

UNIVERZITA KARLOVA

HUSITSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

Sebepoznání na základě biblických textů

Self-knowledge Based on Biblical Texts

Bakalářská práce

Vedoucí práce:

Autor:

Mgr. Barbora Racková

Petra Tesařová

Praha 2020

Poděkování

Své poděkování vyslovuji především vedoucí mé bakalářské práce Mgr. Barboře Rackové za cenné rady, kritiku a nesmírnou trpělivost s dotazy, kterými jsem ji zásobovala během tvorby tohoto textu. Mé upřímné poděkování se týká i otevření nového pole znalostí, které mi zprostředkovala a jsem jí za to velmi vděčná. Rovněž vděčím rodině za poskytnutí prostoru pro psaní této práce a zvláštní dík náleží mým přátelům, kteří se mnou spolupracovali tak, abychom společně vše zvládli. Patří se však uvést, že velké poděkování by mělo náležet celé fakultě a jejím členům za to, jaké prostředí společně vytváří.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem předkládanou bakalářskou práci „Sebepoznání na základě biblických textů“ vypracovala samostatně. Dále prohlašuji, že všechny použité prameny a literatura byly řádně citovány a že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 11. 05. 2020

.....

Petra Tesařová

Anotace

Tato práce je teoretického charakteru a jejím cílem je deskripce sebepoznání skrze práci s biblickými texty a terapeutické změny klienta v kontextu hagioterapie. V první kapitole je proto nejprve popsáno sebepoznání a pojmy k němu vztažené, jako je Já, sebepojetí a sebehodnocení. Rovněž jsou popsány metody, jež slouží k sebepoznání a oblasti, kterým je během tohoto procesu věnována pozornost. Druhá kapitola se zabývá psychotherapeutickým potenciálem Bible a způsobem pohledu na biblické příběhy a postavy, který je pro tuto práci důležitý. Ve třetí kapitole se práce soustřeďuje na analýzu Písma, konkrétně pasáže Gn 1-3. K práci s textem je použito především existenciálního výkladu I. D. Yaloma a teologických rozborů. Závěrečná kapitola pojednává o hagioterapii, kde je spojeno sebepoznání a změna klienta.

Klíčová slova

Já, sebepoznání, psychotherapeutický potenciál Bible, archetypy, existencialismus, hagioterapie, terapeutická změna

Annotation

This thesis is theoretical and its aim is to describe self – knowledge through work with biblical texts and therapeutic change of the client in the context of hagiotherapy. Self-knowledge and the terms, which are connected with it, such as the Self, self – concept and self – evaluation are generally described in the first chapter. Methods and areas of self – knowledge are also described. The second chapter focuses on the psychotherapeutic potential of the Bible and the way of looking at biblical stories and characters, which is important for this thesis. The third chapter includes an analysis of Scripture, specifically passages Gn 1-3. Particularly the existential interpretation of I. D. Yalom and theological analyzes are used for this work with the text. The final chapter deals with hagiotherapy, where self – knowledge and the change of the client are connected.

Keywords

Self, Self – knowledge, psychotherapeutic potential of the Bible, archetypes, existentialism, hagiotherapy, therapeutic change

OBSAH

Obsah.....	5
Seznam zkratek.....	6
Úvod.....	7
1. Sebepoznání jako cesta k Já	10
1.1 Já.....	10
1.1.1 Vztahový aspekt – Já a Ty	13
1.2 Sebepoznání.....	14
1.2.1 Oblasti a nástroje sebepoznání.....	17
1.2.2 Metody sebepoznání.....	18
2. Psychoterapeutický potenciál Bible	21
2.1 Psychoterapie	21
2.2 Archetypy a mytologie.....	23
2.3 Hlubinně psychologický výklad Písma.....	25
2.4 Funkce příběhů	26
2.5 Démonologie Otců pouště	29
3. Písmo promlouvá: Genesis 1-3	32
3.1 Úvodní charakteristika textu.....	33
3.2 Smrt.....	35
3.3 Svoboda (odpovědnost)	37
3.4 Osamělost.....	41
3.5 Ztráta smyslu.....	43
4. Existenciální hagioterapie.....	46
4.1 Definiční znaky hagioterapie	46
4.1.1 Spiritualita a transcendentno	47
4.1.2 Otcové pouště.....	49
4.1.3 Bible a její příběhy	50
4.2 Změna klienta	52
4.2.1 Změna skrze rozbití falešného Já	54
4.2.2 Změna skrze hodnotový vývoj a zaujímání postojů.....	57
Závěr.....	61
Seznam použité literatury.....	63
Seznam příloh.....	68

Seznam zkratek

Seznam biblických zkratek:

Gn – Genesis (První kniha Mojžíšova)

Lk – evangelium podle Lukáše

Mt – evangelium podle Matouše

2S – Druhá kniha Samuelova

Žd – list Židům

Ž – žalm

Ostatní:

ČEP – Český ekumenický překlad

EA – Existenciální analýza

EH – Existenciální hagioterapie

HTF – Husitská teologická fakulta

PL – psychiatrická léčebna

WHO – World health organization

Úvod

Tato práce je inspirována myšlenkou Martina Bubera: „*Odtud nevede jiné východisko než skrze poznání o změně – vše závisí na mně, a skrze vůli ke změně – chci se napravit. Aby člověk dokázal tuto velkou věc, musí se nejprve z veškerého ruchu svého všedního života prodrat k svému Já, musí najít sám sebe; nikoli sebevědomé já egocentrického individua, nýbrž hluboké Já žijící pospolu se světem.*“¹ Pracuje tedy s myšlenkou, že ke změně je důležité prodrání k interním procesům vlastní psyché, sebepoznání. Z uvedeného vyplývá, že v rámci oblastí sebepoznání se práce zabývá vnitřním prostředím člověka, jeho Já a interní dynamikou, která ho pohání. Nelpí však na striktním pořadí uvedených jevů, sebepoznání a změny, ale ukazuje, že k nim může docházet více méně současně. Uvědomuje si, že sebepoznání a změna nejsou jednoduché procesy a člověk se v jejich průběhu setká s překážkami, dokonce touto bariérou může být on sám. Je rovněž nutné zdůraznit, že se jedná o **sebeoznání a změnu klienta hagioterapie**, ačkoliv v oblasti sebepoznání při práci s biblickými texty se nevyklučuje dosažení tohoto cíle i mimo ni. Jelikož je zde změna popisována skrze hagioterapii, jedná se o terapeutickou změnu a je nutné na ni takto pohlížet.

Předložená práce kooperuje s významnými složkami lidské kultury – psychologií (psychoterapií) a náboženstvím. Jejich syntézu, kterou v této práci představuje především hagioterapie, vnímá jako obecně přínosnou, neboť na náboženství a psychologii občas bývá nahlíženo jako na protikladné jsočnosti.² Rovněž si myslí, že ve vzájemné spolupráci mohou vyprodukovat prostředí s obrovským léčebným potenciálem. Člověka je zde pojímán jako „tělesně – duševně – duchovní totalita“³ a náboženská je vnímána jako součást lidské přirozenosti.⁴ Práce má za to, že náboženství je jednou ze složek chování a rovněž nezanedbatelná součást lidské společnosti. Principy náboženství se vtiskly i do základních stavebních kamenů, na kterých společnost stojí, například do Všeobecné deklarace lidských práv, Listiny základních práv a svobod, různých etických kodexů (rozumí se, že i do Etického kodexu sociálních pracovníků) aj.⁵ Zájem o propojení těchto oblastí vyvěrá ze

¹ BUBER, Martin. *Úvahy o chasidismu*. Praha: 2015, s. 33-34

² ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: 2002, s. 32–33

³ FRANKL, Viktor Emil. *Lékařská péče o duši: základy logoterapie a existenciální analýzy*. Brno: 1995, s. 123

⁴ WILSON, Edward O. *O lidské přirozenosti: máme svobodnou vůli, nebo je naše chování řízeno genetickým kódem?* Praha: 1993, s. 163

⁵ Pohle R. M. Hareho je dokonce celá etika fundována nábožensky, jelikož je logicky nemožné z toho, co je (empirická věda), vyvozovat soudy o tom, „co má být“ (etika). (REMEŠ, P. Hagioterapie-nový směr existenciální psychoterapie? In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-05-05]. Dostupné z: <http://www.hagioterapie.cz/?p=75>)

studijního programu oboru Sociální a charitativní práce na HTF⁶, který je spojen se studiem teologie a své opodstatnění spatřuje v názvu oboru, zejména v pojmu charitativní. Pro vysvětlení uvádím menší historický exkurz. Se vznikem křesťanství dochází taktéž k rozšíření okruhu bližních (tedy rovněž těch, kterým pomáháme) na všechny lidské bytosti, oproti judaistickému konceptu vyvoleného národa. Diakonia, péče o bližní, je nahlížena v křesťanské tradici nejen jako lidská cnost, ale i jako důsledek vazby člověka na Hospodina, kterou charitativní vztah k bližnímu přímo žádá. Dlouhá staletí pak zastupovala tuto činnost církev, která vybudovala rozsáhlou charitativní síť. Vzhledem ke změněnému paradigmatu doby, však již nelze pojem charitativní péče vázat na určité náboženské přesvědčení.⁷ Charitativní práce ovšem stále zohledňuje, kromě biologické, psychologické a sociální složky i spirituální sféru člověka.

Sebepoznání a změna jsou v předkládané práci realizovány pomocí biblických textů. Proto je zde pozornost věnována i psychoterapeutickému potenciálu Bible, Hlubinně psychologickému výkladu Písma, archetypům, mytologii a funkcím biblických příběhů. V tomto ohledu se opírá o poznatky C. G. Junga a jeho analytickou psychologii. Na mýty a příběhy je nahlíženo skrze toto prizma a jejich aspekty jsou interpretovány prostřednictvím hlubinných poznatků. Nevyjadřuje se však k jakýmkoliv transcendentním skutečnostem či k pozici Písma jako slova Božího. Na záležitosti v Písmu uvedené nahlíží z pozice psychologie a jejich ozdravného potenciálu. Nejedná se o teologickou práci, avšak vychází i z některých teologických a filozofických podnětů a interpretací.

V třetí kapitole, která do určité míry předjímá poslední, dochází k analýze biblické pasáže Gn 1-3 tak, aby bylo ukázáno, že Písmo je schopno podat výpovědi o člověku, jež obsahují mnoho existenciálních a hlubinných motivů. Výkladově se opírá o práce teologů a z terapeutického hlediska o I. D. Yaloma a jeho existenciální psychoterapii. Na základě těchto prací zároveň prezentuje, že v textu je možné vidět čtyři základní existenciální záležitosti – smrt, svobodu, osamělost a ztrátu smyslu.⁸ Výsledky této snahy podávají další informace k sebepoznání.

V neposlední řadě se zabývá hagioterapií, která zhmotňuje praktické užití předložených informací. Změna klienta je popisována tak, jak ji realizuje hagioterapie, která slučuje sebepoznání a změnu do jednoho terapeutického procesu.

Cílem práce je tedy deskripce sebepoznání skrze práci s biblickými texty a

⁶ Husitská teologická fakulta

⁷ CHADIMA, Martin. *Charitativní péče – dějiny a současnost: pracovní texty pro studenty katedry náboženské výchovy a charitativní práce*. Hradec Králové: 2007, s. 9-10

⁸ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 16

terapeutické změny klienta v kontextu hagioterapie. Též představuje pokus o propojení náboženství a psychoterapie a o pojetí biblických příběhů, které se liší od klasické exegeze. Neb „slovo Boží je živé, mocné a ostřejší než jakýkoli dvousečný meč; proniká až na rozhraní duše a ducha, kostí a morku, a rozsuzuje touhy i myšlenky srdce. Není tvora, který by se před ním mohl skrýt. Nahé a odhalené je všechno před očima toho, jemuž se budeme ze všeho odpovídat“. (Žd 4,12-13)

1. Sebepoznání jako cesta k Já

V první kapitole vymezím pojmy, jako je Já, sebepoznání, sebepojetí a sebehodnocení. Vycházím z toho, že sebepoznání je jednou z důležitých skutečností pro změnu, avšak nikterak skutečností snadnou. Martin Buber tuto melancholickou skutečnost výstižně obsáhl ve své knize *Úvahy o chasidismu*, kde vypráví anekdotu o muži, který si přesně zaznamenal polohu, kam odložil své svršky. Při pročitání lístku se zeptal sám sebe: „Ale já, kde jsem já?“ Marně však hledal a nemohl se najít.⁹

Vzhledem k zaměření celé práce jsou v následující kapitole zohledněny pohledy Freudovy psychoanalýzy, analytické psychologie Junga a existencialismu.

1.1 Já

„Svět je pro člověka dvojitý, neboť i jeho postoj je dvojitý.“ – Martin Buber

Já je v první řadě prosté zájmeno, ale sdělení v první osobě a sdělení týkající se této první osoby, mají velmi specifický význam a zvláštní citový náboj. Celá naše zkušenost se dělí na dvě oblasti. Oblast vlastní osoby a „zbytku světa“. Vše, co činíme, se děje mezi těmito dvěma sférami. Jedná se o neustálý pohyb mezi Já a neJá.¹⁰

Vágnerová definuje Já jako „základní vztažný rámec, který zpracovává a sjednocuje veškerou zkušenost. Je centrem integrace a koordinace všech psychických projevů“. ¹¹ Podstatné je, že se člověk nerodí s pocitem vlastního Já, ale v průběhu života si jej formuje, předně prostřednictvím interakce s vnějším prostředím, zvláště s jeho sociálním komponentem.¹²

Problematikou Já se nezabývá jen psychologie, ale i filozofie, teologie a jiné obory. Zmíňme např. Fichteho a Novalise. Spojuje je myšlenka, že člověk se vymezuje na základě toho, co není – neJá.¹³ Dělicí čára mezi Já a neJá vede vlastním nitrem a může být neostrá. Pravidelně ji překračujeme v identifikaci s druhým člověkem, v mystických stavech, pod vlivem omamných látek atd. Existují lidé, pro které je bytostně důležité splynutí s univerzem nebo s určitou představou božstva.¹⁴

⁹ BUBER, Martin. *Úvahy o chasidismu*. Praha: 2015, s. 34

¹⁰ ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: obor v pohybu*. Praha: 2007, s. 170

¹¹ VÁGNEROVÁ, Marie. *Základy psychologie*. Praha: 2004, s. 252

¹² VÁGNEROVÁ, Marie. *Základy psychologie*. Praha: 2004, s. 259

¹³ BARTH, Karl. *Protestantská teologie v XIX. století: Svazek I. - Prehistorie*. Praha: 1986.

¹⁴ ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: obor v pohybu*. Praha: 2007, s. 173

V psychologii lze chápat Já ze dvou hledisek. Já jako **subjekt**, aktivní činitel, který se manifestuje při zpracování a selekci informací a při regulaci vlastního chování.¹⁵ V prožitku je určeno toto Já jako neustále přítomné schéma vědomí, cítění a jednání. Pokud si uvědomíme, že jsme to my, kdo prožíváme, cítíme a jednáme, stane se naše Já také **objektem** tohoto uvědomění. Ačkoliv se Já jako subjekt v reflexi stane objektem, jedná se o objekt specifického druhu.¹⁶ Balcar o něm říká, že je to jakýsi zkušenostní vztažný bod.¹⁷ Já jako objekt se prezentuje jako obraz sebe sama. Jedinečným atributem sebepoznání je fakt, že poznávané Já je rovněž Já poznávající.¹⁸

Já lze rozdělit do trichotomie, která obsahuje **současné, ideální a požadované Já**. Současné Já je soubor toho, co se člověk domnívá, že aktuálně má. Ideální představuje to, co by člověk rád měl a požadované Já reprezentuje to, co si člověk myslí, že by měl mít.¹⁹

V psychoanalýze se uplatňuje rozdělení na tři komponenty psychického aparátu a jejich funkce. Jedná se o **Id** (Ono), které označuje nadosobní pudy, jež fungují na principu slasti. Druhá složka se nazývá **Ego** (Já) a zahrnuje naučené standardy a různé adaptační mechanismy umožňující existenci ve společnosti. Trojici uzavírá **Superego** (Nadja), které reprezentuje osobní morálku (svědomí).²⁰ V souvislosti s těmito pojmy se hovoří o vědomí a nevědomí.²¹ Freud přichází s vytěšňováním určitých obsahů do nevědomé oblasti, která může skrytě ovlivňovat člověka.²² Pro Freuda tak představovalo nevědomí skryté úložiště traumatických obsahů, často z raného dětství, vytvářející symptomy hysterie v případě jejich opětovného vzkříšení. Mnoho hysterických příznaků, ne-li takřka většina, zapříčiňuje psychické trauma.²³ Freudova koncepce však začala být později kritizována a z jejího

¹⁵VÁGNEROVÁ, Marie. *Základy psychologie*. Praha: 2004, s. 252

¹⁶ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: obor v pohybu*. Praha: 2007, s. 171

¹⁷BALCAR, Karel. *Úvod do studia psychologie osobnosti*. Praha: 1983, s. 154. Podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: obor v pohybu*. Praha: 2007, s. 171

¹⁸VÁGNEROVÁ, Marie. *Základy psychologie*. Praha: 2004, s. 253

¹⁹BLATNÝ, Marek a Alena PLHÁKOVÁ. *Temperament, inteligence, sebepojetí: nové pohledy na tradiční témata psychologického výzkumu*. Brno: 2003, s. 109

²⁰NAKONEČNÝ, Milan. *Psýché: Základy a záhady duševního života*. Praha: 2017, s. 528

²¹Zde se patří uvést menší předzvěst. Hagioterapie samotný koncept nevědomí rozhodně nepopírá, avšak ne vždy s ním explicitně pracuje. Má však za to, že psychologie, která pracuje s existenci nevědomých sil je schopna prostoupit do hlubokých sfér matoucích racionalizací. (*Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 13)

²²Freud podle NAKONEČNÝ, Milan. *Psýché: Základy a záhady duševního života*. Praha: 2017, s. 527
Sílu nevědomí demonstruje Anthony de Mello na hypnotickém transu. Pokud zhypnotizujeme určitou osobu a během tohoto stavu jí zadáme úkol, člověk v transu ho vyplní, aniž by si vědomě pamatoval, že mu byl příkaz zadán. Jeho psychika si tento čin ospravedlní na vědomé úrovni. Dle Mellova příkladu dojde k tomu, že dotyčná osoba, které bychom poručili zítra přinést příteli knihu, odpoví na otázku, proč dílo příteli nese odpovědí, že je tam uvedena modlitba, která se mu bude velmi líbit. (DE MELLO, Anthony. *Spojení s Bohem*. Brno: 1999, str.188. Podle REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 14)

²³FREUD, Sigmund. *Studie o hysterii*. Praha: 1947. Podle NAKONEČNÝ, Milan. *Psýché: Základy a záhady duševního života*. Praha: 2017, s.525-26

kritického zhodnocení se vytvořila neopsychoanalýza, reprezentovaná předně Frommem, Horneyovou a Sullivanem. Odmítli teorii libida a začali pěstovat metafyziku lidské existence, která je doprovázena specifickými konflikty psychologických činitelů (později se v práci tato teorie dostane ke slovu ve Frommově koncepci *modus mít* a *modus být*).²⁴

Z klasické psychoanalýzy vzešla analytická psychologie C. G. Junga, který se oddělil od cesty Freuda. Jung tvrdí, že lidská psychika je složena ze dvou vzájemně se doplňujících činitelů, vědomí a nevědomí. Naše Já je v obou sférách účastno.²⁵ Pod pojmem Já Jung rozuměl komplex představ, jež tvoří centrální pole vědomí a vyznačuje se značnou kontinuitou a vlastní identitou²⁶. Plné porozumění jeho pojetí vyvstane s pojmem nevědomí. Přebírá tento pojem zhruba tak, jak jej formuloval Freud, ovšem pouze ve sféře osobního nevědomí.²⁷ V tomto nevědomí se nacházejí komplexy, „cizí tělesa v lidské psychice“, která nutí jedince k činnostem, jež určitý komplex kompenzují. Centrálním bodem jeho koncepce psychiky je však kolektivní nevědomí, jež tvoří hlubší vrstvu než osobní nevědomí u Freuda, neboť jsou zde uloženy zkušenosti celého lidstva ve formě archetypů. V této kolektivní paměti jsou uchované situace, události, které se během vývoje lidstva opakovaly.²⁸ Pojetí psyché Junga, obzvláště archetypů, se budu věnovat více v pozdějších kapitolách.

Významnou charakteristikou Já je jeho **integrita**. Pro duševně zdravého člověka jeho psychika představuje harmonický a jednotný komplex. Běžně si tuto skutečnost ani neuvědomuje, ale v případě konfliktu, například mezi různými přáními, je tato interní celistvost oslabena a může nastat její rozpad. Pro duševně nemocného člověka však tato dezintegrace může znamenat závažný problém a cestu k úzkosti.²⁹

Další výrazný rys Já je **kontinuita**. Z běžné praxe lze vypožorovat, že člověk je totožný v čase. Já jsem tatáž osoba, kterou jsem byl/a včera, jsem dnes a budu zítra. Můžeme ale tvrdit i to, že já jsem jiná osoba, kterou jsem byl/a včera, jsem dnes a budu zítra.³⁰ Lidské bytí ve světě je paradoxní. Sartre, patrně nejvýznamnější představitel existencialismu říká, že člověk není definovatelný, protože zpočátku není ničím. Jedinec je tím, čím se učiní. Zakládá to na tezi, že neexistuje žádná lidská přirozenost, jelikož není Bůh, jenž by ji pojal ve své mysli. Člověk je tak především projekt, z kterého se vytvoří takový výsledek, pro

²⁴ NAKONEČNÝ, Milan. *Psýché: Základy a záhady duševního života*. Praha: 2017, s. 531

²⁵ Pro zřehlednění uvádím Jungův model osobnosti v příloze B.1

²⁶ Jung podle JACOBI, Jolande. *Psychologie C. G. Junga*. Praha: 1992, s. 81. Podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: 2007, s. 185

²⁷ Jung podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: 2007, s. 185

²⁸ NAKONEČNÝ, Milan. *Psýché: Základy a záhady duševního života*. Praha: 2017, s. 534

²⁹ ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: 2002, s. 87

³⁰ ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: obor v pohybu*. Praha: 2007, s. 172

který se sám rozhodne.³¹ Toto vedlo významného filozofa k tvrzení, že „v případě člověka předchází existence jeho esenci“.³² Sartre tím vyjadřuje myšlenku, že v případě lidské bytosti se její existence ve světě konstituuje dříve, než dojde k jakémukoliv definování konceptu jejího bytí. Jedinec nejprve je, později se teprve definuje.³³ Vystupuje tak proti teistickému pojetí, kde dle jeho slov, Stvořitel utváří svět a člověka podle plánu. Tento záměr je, antropomorfně řečeno, uložen v jeho hlavě a člověk ho naplňuje³⁴.

Sebezpoznaní našeho Já vede v *ideálním případě* k uvědomění jedinečnosti osobnosti, což je primární pro každou pomáhající profesi. Buberovy Úvahy o chasidismu nám říkají, že v každém člověku je něco jedinečného, co není v nikom jiném. Co je tento poklad může objevit člověk jen sám, když pochopí to, co hýbe jeho nitrem.³⁵

1.1.1 Vztahový aspekt – Já a Ty

„Láska je víc než city, není v nás, ale mezi Já – Ty, člověk je v lásce“ Martin Buber

Knih *Já a Ty* je Buberova nejvýznamnější práce, jejíž jádro je teze, že to, co zakládá naše lidství, je vztah.³⁶ Základem jeho dialogického principu je skutečnost, že Bible je pro něj svědectvím o rozhovoru Boha s člověkem a člověka s Bohem, prostorem komunikace, kde se prostřednictvím slova uskutečňuje dialog.³⁷

Existují dvě základní slovní dvojice, které označují poměry. **První dvojice je Já – Ty**, kde se zakládá vztah.³⁸ Poměr mezi Já a Ty nezná účel, chtivost a dochází zde k setkání. Tento ryze bytostný čin se pojí s metapsychickým aktem lásky.³⁹ Ty nelze ze zkušenosti poznat a popsat.⁴⁰ Buber praví, že dítě se první snaží navázat vztah. V této souvislosti hovoří o tzv. vrozeném Ty a nebojí se konstatovat, že vývoj duše dítěte souvisí s touhou po Ty.⁴¹ Taktéž hovoří o démonickém Ty, které nezná žádný skutečný živý vztah.⁴²

Druhou dvojicí je Já – Ono. V případě, že se lidé spokojí pouze s tím, že zakoušejí

³¹ SARTRE, Jean-Paul. *Existencialismus je humanismus*. Praha: 2004, s. 16

³² SARTRE, Jean-Paul. *Existencialismus je humanismus*. Praha: 2004, s. 13

³³ Tamtéž, s. 15

³⁴ Tamtéž, s. 14

³⁵ BUBER, Martin. *Úvahy o chasidismu*. Praha: 2015, s. 20

³⁶ BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2005, s. 21

³⁷ Tamtéž, s. 26

³⁸ Tamtéž, s. 37-38

³⁹ Tamtéž, s. 47

⁴⁰ Tamtéž, s. 41

⁴¹ Tamtéž, s. 59

⁴² Tamtéž, s. 98

a užívají, patří do života tohoto základního slova.⁴³ Jsou – li potřeby člověka saturovány pouze těmito skutečnostmi, uniká mu přítomnost a má pouze předměty.⁴⁴ Cílem Buberova výkladu není vnímat Ono jako zlo. Kdyby neexistovalo Ono, nemohl by člověk žít, avšak ten, kdo žije výlučně s ním, není člověkem.⁴⁵ Uvedené základní vztahy neoznačují dva typy lidí, nýbrž dva póly lidství.⁴⁶

Dovoluji si tvrdit, že podstata je, abychom byli schopni vstupovat do pravého, živého a čistého vztahu. Buber nás vyzívá k tomu, abychom nežili separováni od světa v kójiích a naším cílem nebylo jen užívání, zakoušení a chtivost, nýbrž vztah, který tvoří náš život. I přes předchozí řádky bychom zapřeli Buberu, kdybychom nezmínili jeho přesah k Bohu, ačkoliv přesah není to správné slovo, jelikož Buberova filozofie má kořeny v něm samém, v Božím Ty, kterému se nabízíme jako druhové. Profesor Zdeněk Kučera formuloval Buberovo poselství ve své knize *Hoře a Milost*. V setkání s Ty člověk naráží na relativní mez transcendence, která je mu uložena ze strany druhého člověka. Zkušenost transcendence druhé lidské osoby nás odkazuje k transcenci Boží, ale není s ní totožná. Teprve tam, kde zasvitne přítakání jako na ničem nezávislá a svobodná milost, setkává se člověk s Božím TY.⁴⁷

1.2 Sebepoznání

„Není svobodný ten, kdo nedobyl říši sebe sama.“ Pythagoras

Člověk velmi často inklinuje k zjednodušeným soudům o sobě, o ostatních lidech, o svém okolí. Rovněž používá různé nálepky, schémata, skrze které nahlíží na druhé, ale i sám na sebe. Sebepoznání nám pomáhá vyvarovat se těmto stereotypním aktivitám.⁴⁸ Kohoutek uvádí, že i když je sebepoznání většinou definováno jako „**kognitivní aspekt člověka vůči sobě**, je možno chápat je i jako výsledek procesu sebepoznávání vlastního Já v určitém okamžiku – v tomto významu do jisté míry splývá s pojmem sebepojetí“.⁴⁹

Pojmy sebepoznání a sebepojetí se občas zaměňují, nelze je však zcela ztotožnit, jelikož utvářené sebepojetí je závislé na sebepoznání a vytvořené sebepojetí pak zpětně

⁴³ Tamtéž, s. 46

⁴⁴ Tamtéž, s. 45

⁴⁵ Tamtéž, s. 65

⁴⁶ Tamtéž, s. 95

⁴⁷ KUČERA, Zdeněk. *Hoře a milost: ke kořenům teologie církve radikálního modernismu*. Brno: 2001, s. 108

⁴⁸ KUNEŠ, David. *Sebepoznání*. Praha: 2009, s. 11-12

⁴⁹ KOHOUTEK, Rudolf. a. kol *Základy sociální psychologie*. Brno: 1998, s.143

působí na sebepoznání.⁵⁰ **Sebepojetí** lze jednoduše definovat jako „*vidění nebo mentální reprezentaci sebe*“.⁵¹ Blatný a Plháková říkají, že se jedná spíše o konstrukt, jež vysvětluje jednání a prožívání člověka než o reálně existující psychickou jsoucnost.⁵² Obsah sebepojetí se utváří během socializace. Z vývojového hlediska je jeho náplň určována pozvolným získáváním informací o sobě, například prostřednictvím zpětné vazby prostředí či pozorování vlastního jednání, stavů a duševních procesů. Pro různé věkové skupiny jsou typické rozdílné druhy sebepopisu.⁵³ Velmi významným atributem sebepojetí je tzv. princip význačnosti, který definuje, že obsahy sebepojetí se utvářejí kolem aspektů Já, jež diferencují člověka od okolí, nebo jsou pro něj určitým způsobem velmi podstatné.⁵⁴ Jedna ze složek sebepojetí je **sebehodnocení**, na které je nahlíženo jako na výsledek sociálního srovnávání a sebeposuzování. Při této činnosti se orientujeme podle sebehodnotících kritérií, jež se utvářejí již v dětství a jsou spjaté s rodiči a významnými osobnostmi rodiny.⁵⁵

Po stručné deskripci sebepojetí se přesuňme zpět k ústřednímu pojmu této práce.

Pro změnu klienta je určující, že sebepoznání pomáhá při odhalování našich vlastních nedostatků a limitů, ale taktéž si při něm uvědomíme rozsah svých vloh, schopností a dovedností.⁵⁶ Je třeba zdůraznit, že informace, které nabýváme během sebepoznání, mají ve velké míře nutně subjektivní charakter, z čehož plyne, že výsledný pohled je zkreslený. Kuneš uvádí, že jedna z věcí, která nám pomáhá „pravdivě“ posuzovat naše vlastnosti, jsou druhí lidé. Na základě toho lze tvrdit, že proces sebepoznání je úzce propojen se sociálním prostředím, lidmi kolem nás.⁵⁷

Během sebepoznání se vytváří pohled na sebe, sebesystém.⁵⁸ Již v prenatálním období dítě vnímá podněty, které k němu přicházejí. To, co vnímá a cítí, poté formuje jeho sebepojetí.⁵⁹ V raném dětství z velké části nekriticky přejímáme pohled druhých. U předškoláků si lze všimnout, že ve snaze zachovat svůj pozitivní sebeobraz přenášejí vinu na druhé, typická je věta „*To jsem nebyl já, udělal to...*“ Ve věku od 8 do 11 let v budování sebesystému dominuje sociální srovnávání a zrcadlení. V životní etapě od 12 do 15 let

⁵⁰ Tamtéž.

⁵¹ BLATNÝ, Marek a Alena PLHÁKOVÁ. *Temperament, inteligence, sebepojetí: nové pohledy na tradiční témata psychologického výzkumu*. Brno: 2003, s. 92

⁵² Tamtéž.

⁵³ Tamtéž, s. 105

⁵⁴ Tamtéž, s. 106

⁵⁵ Tamtéž, s. 116

⁵⁶ KUNEŠ, David. *Sebepoznání*. Praha: 2009, s. 12-13

⁵⁷ KUNEŠ, David. *Sebepoznání*. Praha: 2009, s.15

⁵⁸ Tamtéž.

⁵⁹ KOHOUTEK, Rudolf. a. kol *Základy sociální psychologie*. Brno: 1998, s.126

dospívající poprvé začíná záměrně hledat sám sebe a usiluje o větší sebepoznání. Svůj sebeobraz velmi často přetváří podle toho, jak ho vidí ostatní a přezkoumává převzaté pohledy z dětství, podrobuje je kritice a eventuálně zcela odstraňuje. V adolescenci se tento proces vymezování vůči pohledům ostatních ještě umocňuje. Vývoj nezáměrného sebepoznávání se završí v dospělosti.⁶⁰ Pro tuto práci je však určující **záměrné sebepoznávání**.

Sebepoznání je vždy do určité míry limitní, nárok na absolutní pravdu zde nelze vznést. Člověk je sám pro sebe bytostí transcendentní, skutečností přesahující možnosti úplného poznání. Je to omezené vědění toho, co se v lidské psychice děje. Naše Já, které při sebepoznávacím procesu zkoumáme, zná totiž jen vlastní obsahy, ne obsahy nevědomé. Psychická realita zůstává člověku z větší části skryta. Při tomto procesu tak narážíme na určité předsudky a iluzorní představy, jež jsou stvořeny k tomu, aby zakryly pravý stav věcí.⁶¹ Psychoanalýza učí, že tyto nevědomé obsahy lze odkrýt. Freud nabízí metodu volných asociací, kdy klient pronáší vše, co mu zrovna přijde na mysl. Mimo to, pracoval i se sny, kam se tyto nevědomé obsahy promítají. Sen pro něj představoval cestu do hlubin nevědomí, které dle psychoanalytiků promlouvá velmi nepřímou a jeho řeč je složena z různých náznaků či metafor. Terapeut tedy musí tyto hádanky rozklíčovat.⁶² Zároveň je nutné počítat s tím, že při procesu zkoumání nalezneme charakteristiky, na které je v obecném měřítku nahlíženo jako na negativní. Jejich uvědomění je však prvním předpokladem ke změně.⁶³

Přes velký pozitivní dopad má sebepoznání i svá rizika. Buber dokonce hovoří o zvráceném sebeuvědomění, které člověka nepodpoří a nesměruje ho na cestu, ale ukáže mu obrácení jako beznadějně a dovede ho do míst, kde se jakákoliv změna stane zcela nemožnou.⁶⁴ Ačkoliv se práce zaměřuje spíše na pozitivní dopady sebepoznání, je si plně vědoma i jeho stinné stránky a místy se jí taktéž snaží zohlednit. Pokud člověk během sebepoznání nabude nerealistické představy o sobě, například se začne vnímat jako méněcenného, nebo se naopak přecení, může tato skutečnost představovat velký problém a riziko. Hodnocení sebe totiž dalekosáhle ovlivňuje náš život a determinuje hodnotový systém.⁶⁵

⁶⁰ KUNEŠ, David. *Sebepoznání*. Praha: 2009, s. 21-23

⁶¹ JUNG, Carl Gustav. *Budoucnost a přítomnost*. Brno: 2019, s. 8

⁶² Freud podle KUNEŠ, David. *Sebepoznání*. Praha: 2009, s. 27-28

⁶³ KUNEŠ, David. *Sebepoznání*. Praha: 2009, s. 14

⁶⁴ BUBER, Martin. *Úvahy o chasidismu*. Praha: 2015, s. 15

⁶⁵ KOHOUTEK, Rudolf. a. kol *Základy sociální psychologie*. Brno: 1998, s.168

Význam sebepoznání je vhodné vyzdvihnout nejen na straně klienta, ale i na straně odborného pracovníka. Pokud si člověk uvědomí svou unikátnost, začne také vnímat jedinečné rysy druhých lidí a přijde na to, že to, co platí v jeho světě, neplatí ve světě druhých osob. Nebude tedy prezentovat své zkušenosti jako ty pravé, ale začne klienta podporovat v jeho vlastních úsudcích.⁶⁶

Ani ten nejlepší pohled do našeho nitra nám nepřinese neochvějnou jistotu, jak se máme chovat. Ovšem nazírání do hlubinných sfér nám pomůže pochopit to, co se v nás odehrává a rovněž to, jaké změny vnitřního prostředí musí nastat, aby mohlo dojít i ke vnějším změnám.⁶⁷

1.2.1 Oblasti a nástroje sebepoznání

Jednou z možných oblastí sebepoznání je **oblast vnějšího světa**, kde je patrně nejdůležitější dozvědět se, jak nás ovlivňují vnější faktory (např. sociální skupiny, kterých jsme součástí). Další možností je **vnitřní svět**, naše vlastní prožívání. Na tuto oblast se práce soustředí a je zde klíčové zmapovat složku zpracování informací, jak nás ovlivňují emoce, podle čeho se rozhodujeme, jaká skrytá přesvědčení ovlivňují naše rozhodování a pozornost by měla být soustředěna i na tělesnou složku. Vyjma těchto sfér existuje **přechodová zóna** mezi vnitřním a vnějším světem, kam náleží komponenty chování, komunikace a částečně i vnější tělesné charakteristiky.⁶⁸

Rozdělení oblastí zájmu poznávání duševna představuje „**okénko JOHARI**“⁶⁹, které obsahuje čtyři kvadranty lidské psychiky: otevřený, skrytý, slepý a neznámý. *Otevřený* reprezentuje to, čeho si je jedinec vědom a vědí o něm i druzí. *Skrytý* zahrnuje informace, jež o sobě ví jedinec sám, ale ostatní o nich nevědí. Ve *slepém* kvadrantu jsou uloženy věci skryté před jedincem, před ostatními však nikoliv. Do poslední *neznámé* části patří to, co neví jedinec ani okolí.⁷⁰

K získávání informací z vytyčených sfér nám slouží dva velmi důležité nástroje. První z nich je **vnímání**, jakožto přenos těchto informací do našeho vědomí pomocí nervových buněk, konkrétně exteroreceptorů ve smyslových orgánech a interoreceptorů, jež zprostředkovávají podněty z vnějšího světa. Vnímaná informace není většinou přesná a může být změněna, než dorazí k smyslovým orgánům. Mozek si však dokáže informace upravit na základě zkušenosti, a díky ní dochází k jejich zpřesňování, čímž obraz v naší

⁶⁶ KUNEŠ, David. *Sebepoznání*. Praha: 2009, st. 12

⁶⁷ CRABB, Larry *Skutečná změna je možná, jestliže začneš uvnitř*. Praha: 2017, s. 59

⁶⁸ KUNEŠ, David. *Sebepoznání*. Praha: 2009, s. 80

⁶⁹ Příloha B.2

⁷⁰ KOHOUTEK, Rudolf. *Poznávání a utváření osobnosti*. Brno: 2001, s.5-6

mysli není od skutečnosti tak vzdálený. Druhý je **pozornost**, která nám pomáhá vybírat z laviny vnějších podnětů ty důležité. Psychologové rozlišují dva typy pozornosti – bezděčnou a záměrnou. Pro nás je důležitá pozornost záměrná, kterou dokážeme ovládat vůlí. Cíleně se lze zaměřit jen na velmi málo podnětů, obvykle se jedná jen o jeden podnět, figuru.⁷¹

1.2.2 Metody sebepoznání

K cestě do hlubin nitra slouží určité metody, které se využívají v cíleném sebepoznání. Jelikož v sebepoznání jde o seznámení s individuální skutečností, nelze přeceňovat různé teorie. I teorie založená na zkušenosti je do jisté míry statistická, tzn. formuluje určitý ideální průměr.⁷² Na toto je třeba myslet, pokud se pracuje s teoriemi v oblasti sebepoznání. Abychom nepřeceňovali různé teorie a uvědomili si, že si nemohou nárokovat absolutní platnost, zmiňme Junga, který je v tomto ohledu velmi přísný. Dle něj je v procesu poznávání předmětem jednotlivce, který je charakterizován značnou nepravidelností, proto není a nemůže existovat sebepoznání podle teoretických předpokladů.⁷³ Tuto nepravidelnost a různost je třeba mít na paměti.

Nyní uvedu poznávací metody, které se v této oblasti užívají a tato práce s některými z nich bude dále zacházet. Lze je rozdělit do tří skupin: subjektivní, objektivní a projekční metody. Není to však tak, že by mezi sebou jednotlivé kategorie vytvořily neproniknutelnou hradbu. V podstatě různé objektivní, subjektivní a projekční rysy můžeme v různé míře zaznamenat u každého z uvedených typů metod.⁷⁴

Mezi **subjektivní metody** patří introspekce (sebepozorování). Touto metodou se zjišťují hlavně názory dané osoby a jsou závislé na její upřímnosti.⁷⁵ Jung mezi jeho navrhované metody introspekce řadí **imaginaci**. Pro všechny druhy imaginace platí, že začíná obrazem, jež nás zaměstnává. Tyto vnitřní proudy obrazů bychom se měli snažit vnímat, pokud možno bez zkreslení naším kritickým vědomím a akceptovat je jako „něco jiného v nás“. Proces obecně zintenzivňuje uvolnění. Imaginovat lze vsedě, nebo vleže.⁷⁶ Dělí se na *řízenou* imaginaci, kdy terapeut sám dává podněty a navozuje změny obrazů a *neřízenou*.⁷⁷ Můžeme též rozlišit *aktivní* a *pasivní* imaginaci. První zmíněná je

⁷¹ KUNEŠ, David. *Sebepoznání*. Praha: 2009, s. 84–89

⁷² JUNG, Carl Gustav. *Budoucnost a přítomnost*. Brno: 2019, s. 9

⁷³ JUNG, Carl Gustav. *Budoucnost a přítomnost*. Brno: 2019, s. 10

⁷⁴ KOHOUTEK, Rudolf. *Poznávání a utváření osobnosti*. Brno: 2001, s. 6

⁷⁵ Tamtéž.

⁷⁶ KAST, Verena. *Imaginace jako prostor setkání s nevědomím*. Praha: 2010, s 25–26

⁷⁷ Tamtéž, s. 31

charakteristická tím, že jedinec do ní vstupuje kontrolovaně. Jde o vědomé ovládání na jedné straně a schopnost nechat obrazy plynout na straně druhé. Její obtížnost spočívá v tom, že postavám ve svém nitru musíme přiznat značnou autonomii, pak se během bdělého stavu vyjádřit o tom, co se stalo a opětovně se proudu oddat. U pasivní formy se jedná o obrazy, jež nás provázejí prakticky neustále. Občas je vnímáme, někdy nikoliv.⁷⁸ O této metodě pojednám více v souvislosti s hagioterapií.

Do **objektivních metod** náleží pozorování druhých, měření fyziologických funkcí (např. srdeční činnosti) atd. Tyto objektivní postupy nepřihlížejí pouze k osobním sdělením člověka, ale soustředí se i na jeho reakce na nejrůznější podněty.⁷⁹ Na této formě můžeme ještě jednou zdůraznit rizika sebepoznání. Stává se, že jedinec, který se snaží poznat sebe samého, se zaměří na určitou banalitu, nadhodnotí její význam a začne ji zveličovat. Touto maličkovitostí může být právě srdeční rytmus. Člověk zaregistruje nepravidelnosti a vyhodnotí je jako chorobu, ačkoliv nemají nic společného s poškozením zdraví.⁸⁰

Projekční metody stojí na principu, že člověk připisuje své zkušenosti, zážitky, touhy, potřeby a zájmy jiným osobám či je promítá do určitých situací. Promítnutí je provokováno nejrůznějšími podněty.⁸¹ Tato metoda nadále souvisí se sebepoznáním skrze biblické texty a změnou klienta, zejména s prací hagioterapie a funkcemi příběhů, jež se objeví v dalším textu. Upozorníme však, že činnost projekce nemusí být vždy výlučně cílenou metodou. Člověk promítá své Já takřka do všeho, co říká, tvoří a žije. To, co vytváříme je úzce spjato s naší osobností. Uvědomme si jen sílu uměleckých děl a pocit, který zažíváme při střetu s nimi. Občas se umělec do svého díla vtiskne tak silně, že z něho lze vyčíst mnohé o jeho osobnosti.⁸²

K sebepoznávání dochází také prostřednictvím druhých lidí.⁸³ Buber dokonce prohlašuje, že setkání člověka se sebou samým se může realizovat pouze jako setkání jednotlivce s jeho bližním. Teprve v ten moment, kdy jednatelce poznává druhého se vši jeho jinakostí jako sebe samého, prolomí samotu.⁸⁴ Již Sókratés říkal, že nás partner

⁷⁸ Tamtéž, s. 145

⁷⁹ KOHOUTEK, Rudolf. *Poznávání a utváření osobnosti*. Brno: 2001, s. 6

⁸⁰ KUNEŠ, David. *Sebepoznání*. Praha: 2009, s.13-14

⁸¹ KOHOUTEK, Rudolf. *Poznávání a utváření osobnosti*. Brno: 2001, s. 6

⁸² Tamtéž, s. 6–7

Existuje však například i asimilační projekce, kdy člověk připisuje ostatním své vlastnosti, které si připouští, ale vnímá je jako negativní (např. „všichni lžou, kradou, opijí se“). Vyskytuje se též i opačné projekce, kdy jedinec projektuje tato negativa do jiných, ale u sebe si je nepřipouští. V psychoterapii se v souvislosti s tématem projekce hovoří o přenosu a protipřenosu. (KOHOUTEK, Rudolf. *Poznávání a utváření osobnosti*. Brno: 2001, s. 32)

⁸³ KUNEŠ, David. *Sebepoznání*. Praha: 2009, s. 15

⁸⁴ BUBER, Martin. *Problém člověka*. Praha: 1997, s. 148

v dialogu vede k sebepoznání a vynořuje se v něm naše autentické Já⁸⁵. Dle Patočky pro Sókrata totiž jedině zkoumání logem, a to ve společenství s druhým, může přinést sebepoznání a sebepochopení.⁸⁶ Sílu lidských slov si uvědomil již v 7. stol. př. n. l. Hésiodos. Objevuje se u něj myšlenka, že řeč má zvláštní schopnost vést a usměrňovat duši.⁸⁷ Pojmy jako dialog a síla slov nás odkazují k psychoterapii, léčebné činnosti, jež záměrně užívá psychologického prostředku, slova, prostřednictvím kterého se snaží dosáhnout určitých změn u klienta.⁸⁸ Osoba druhého nás ovlivňuje i mimo psychoterapeutická sezení. Například přátelé, spolužáci, kolegové, rodiče nás vedou k získávání informací o sobě samém. Svůj sebeobraz měníme nejen podle toho, jak nás vidí druzí, ale taktéž dle toho, jak si myslíme, že nás ostatní vnímají. Naše okolí výrazně přispívá k utváření pohledu na sebe sama. Díky sociálnímu srovnávání si dokážeme více uvědomit své vlastní charakteristiky.⁸⁹

Poměrování s ostatními, jehož výsledkem je sebehodnocení, v sobě nese i negativní potenciál. Existují poruchy sebehodnocení, které se nekryjí s realitou. Tato deformace se týká sebepřeceňování nebo sebepodceňování. Ke sníženému sebehodnocení patří komplex méněcennosti, tedy nízké sebevědomí a pocit snížení vlastní hodnoty, což ovlivňuje celou osobnost.⁹⁰ V oblasti zvýšeného sebehodnocení se objevuje především narcistický defekt, který způsobuje, že se člověk zamiluje do sebe samého a ztrácí schopnost spatřit cenu v někom/něčem jiném.⁹¹

⁸⁵ Sókratés podle PATOČKA, Jan. *Sókratés: přednášky z antické filosofie*. Praha: 1991, s. 118

⁸⁶ PATOČKA, Jan. *Sókratés: přednášky z antické filosofie*. Praha: 1991, s. 118

⁸⁷ HADOT, Pierre. *Co je antická filosofie?* Praha: 2017, s. 33

⁸⁸ KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. Praha: 2017, s. 15

⁸⁹ KUNEŠ, David. *Sebepoznání*. Praha: 2009, s.17–18

⁹⁰ KOHOUTEK, Rudolf. a. kol *Základy sociální psychologie*. Brno: 1998, s. 130–131

⁹¹ Tamtéž, s. 133

2. Psychoterapeutický potenciál Bible

Ve druhé kapitole se pokusím objasnit psychoterapeutický potenciál Bible a nastínit pohled na biblické příběhy a postavy, který chápe tuto Knihu jako mnohvrstevný text, ukrývající v sobě mnohé psychické procesy. Tento přístup je zde chápán jako jeden z mnoha možných výkladů biblického textu. Práce nikterak nezpochybňuje ani nepotvrzuje pozici Písma jako Slova Božího.

V současnosti se ve světě můžeme setkat s dvěma odlišnými způsoby práce s Biblií v psychoterapii. *První* z nich je mix kognitivně behaviorální terapie a fundamentálního křesťanství a nazývá se biblické poradenství, kde se na Písmo nahlíží jako na učebnici o člověku, která obsahuje návody, jak zacházet s psychologickými tématy, jako je sexualita, smrt, samota atd.⁹² *Druhý* z nich je zaměřen spíše analyticky (hlubinně, existenciálně) a vnímá Bibli jako **zrcadlo**. Předpokládá, že má každý člověk specifický způsob vnímání a zažívání sebe sama a okolního světa.⁹³ Tato práce se ztotožňuje s druhým možným způsobem.

2.1 Psychoterapie

Jelikož se tato kapitola zabývá psychoterapeutickým potenciálem Bible a psychoterapie bude nadále rozvíjena, považuji za nutné krátce pojednat o ní samotné. Obecně lze psychoterapii definovat jako „*léčebnou činnost, při níž psychoterapeut využívá své osobnosti a svých dovedností k tomu, aby u klienta došlo k žádoucí změně směrem k uspokojivějšímu prožívání, chování ve vztazích a sociálnímu začlenění*“.⁹⁴

Stanislav Kratochvíl uvádí pět základních bodů psychoterapie, které ji odlišují od jiných činností:

- 1) Ke svému léčení používá psychologické prostředky, jako jsou slova, rozhovor, podněcování emocí atd.
- 2) Působí na nemoc, poruchu nebo anomálii a napravuje narušené činnosti organismu.
- 3) Prostřednictvím jejího působení by mělo docházet ke zmírnění nebo odstranění potíží a dle možností taktéž k odstranění příčin těchto obtíží.
- 4) V průběhu psychoterapie dochází **ke změnám prožívání a chování klienta**.
- 5) Tuto léčebnou činnost vykonává kvalifikovaná osoba.⁹⁵

⁹² REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše: Bible a psychoterapie*. Praha: 2013, s. 21

⁹³ REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše: Bible a psychoterapie*. Praha: 2013, s. 22

⁹⁴ VYBÍRAL, Zbyněk a Jan ROUBAL, *Současná psychoterapie*. Praha: 2010, s. 30

⁹⁵ KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. Praha: 2017, s. 15

Cílem psychoterapie je pak „*reedukace, resocializace, reorganizace, restrukturační, rozvoj či integrace klientovy osobnosti*“. Dalším cílem by mělo být odstranění „*chorobných příznaků*“.⁹⁶

Tato práce kromě hagioterapie vychází zejména z existenciální psychoterapie (a z Jungovy analytické psychologie, která plynule prostupuje celou touto prací) tak, jak ji popisuje I. D. Yalom. **Existenciální psychoterapii Yaloma** můžeme definovat jako „*dynamický přístup k terapii, který se zaměřuje na záležitosti hluboce zakořeněné v bytí člověka*“.⁹⁷ Pracuje s Freudovým dynamickým modelem, který předpokládá, že se v člověku nachází konfliktní síly a naše myšlení, chování a emoce, jak adaptivní, tak rovněž psychopatologické, jsou výsledkem takovýchto konfliktních sil, jež se vyskytují na různých úrovních vědomí a část z nich je zcela nevědomá. Liší se však v pohledu na tyto konfliktní síly. Freudova psychodynamika vychází z toho, že dítě je ovládáno vrozenými a konfliktními instinktivními silami, pozvolna se rozvíjejících v průběhu psychosexuálního vývoje. Vrozené instinkty se dostávají do střetu s požadavky prostředí a jedinec se tak ocitá v rozkolu se světem.⁹⁸

Existenciální hledisko pracuje s jinou formou konfliktu, která vyvěrá ze srážky člověka s podmínkami existence, jež Yalom nazývá „základní záležitosti“ a rozebírá čtyři z nich: smrt, svobodu, osamělost a ztrátu smyslu. Konfrontace s těmito existencialitami tvoří obsah existenciálně – dynamického konfliktu.⁹⁹ Stará Freudova struktura PUD → ÚZKOST → OBRANNÝ MECHANISMUS je nahrazena UVĚDOMĚNÍ SI ZÁKLADNÍ ZÁLEŽITOSTI → ÚZKOST → OBRANNÝ MECHANISMUS. Oba přístupy mají za to, že úzkost je primární pole tvořící psychopatologii, ovšem existenciální pojetí začíná uvědoměním a strachem.¹⁰⁰

Posledním zmíněným zásadním rozdílem v pojetí psychodynamiky je fakt, že existenciální terapie nepřebírá Freudovo přesvědčení o tom, že fundamentální zdroje úzkosti pocházejí z nejranějších událostí. Je zbytečné přemýšlet nad tím, který proces způsobil to, jaký je člověk dnes, ale je klíčové soustředit se na otázku, proč člověk vůbec je, tzn. přemýšlet nad „*hluboce existenciální situací člověka*“.¹⁰¹

⁹⁶ KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. Praha: 2017, s. 19

⁹⁷ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 13

⁹⁸ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 14-15

⁹⁹ Tamtéž, s. 16

¹⁰⁰ Tamtéž, s. 17-18

¹⁰¹ Tamtéž, s. 18-19

2.2 Archetypy a mytologie

„Mytologie je studiem jednoho velkého příběhu lidstva.“ Joseph Campbell

C. G. Jung pod termínem **archetyp** rozuměl z počátku praobraz, který přichází z našeho nevědomí. Později však definoval archetyp jako to, co je za obrazem, tzn. jako „*element instinktu řídící tvorbu určitého obrazu či množiny obrazů určitého typu*“.¹⁰² „*Jedná se o dědičně dané tendence prožívat a jednat určitým způsobem nejen v oblastech života, jež máme společné se subhumánními živočichy, nýbrž především ve sféře specificky lidské, jež zahrnuje představivost, kulturu, filosofii i náboženství.*“¹⁰³ Celek těchto archetypů pak vytváří náplň kolektivního nevědomí a jádro archetypu náleží k nejhlubší sekci nevědomí, která nemůže být zvědoměna. Najdeme je v mnoha pohádkách, mýtech, náboženských tradicích atd. Mnohé mýty přitom reprezentují v symbolické a obrazné formě psychické procesy.¹⁰⁴

*„Archetypů je tolik, kolik je typických životních situací. Kdykoliv se v životě přihodí něco, co odpovídá archetypu, archetyp se zaktivizuje a nastupuje jako instinktivní reakce nutkání....“*¹⁰⁵ Jedním z nich je dle Junga naše **bytosné Já**. Člověk prochází během druhé poloviny života fází individuace, cestou k sobě samému. Během této pouti se setkává s čtyřmi archetypy, přičemž poslední z nich je výše zmíněné bytosné Já.¹⁰⁶ Jung v jednom ze svých rozhovorů říká, že se jedná o celou naši osobnost, která je však jako celek pro člověka nepopsatelná, jelikož nevědomé oblasti zcela neznáme.¹⁰⁷

Člověk je tedy určen vzorcem chování, se kterým se rodí. Tento vzorec je vyjádřen pomocí archetypálních obrazů. Proto starověké národy vyprávěly příběhy a předávaly si je z generace na generaci, aby mladí muži věděli, co mají dělat. Hrdinové těchto příběhů slouží jako vzory.¹⁰⁸ Mýty totiž pomáhají člověku odhalit, co mají všichni lidé společného. Pokud je budeme číst, tak nás naučí, jak se obrátit do svého nitra.¹⁰⁹ V případě, že jsou vloženy do naší paměti, máme možnost vztahovat je k něčemu, co se odehrává v našem životě, což nám

¹⁰² Jung podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: 2002, s. 213

¹⁰³ ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: obor v pohybu*. Praha: 2007, s. 138

¹⁰⁴ Jung podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: 2002, s. s. 213

¹⁰⁵ JUNG, Carl Gustav. *Výbor z díla II*. Brno: 1997, s. 156. Podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: 2002, s. 213

¹⁰⁶ Jung podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: 2002, s. 216

¹⁰⁷ MCGUIRE, William a R. F. C. HULL. *Hovory s C. G. Jungem*. Praha: 2015, s. 170

¹⁰⁸ MCGUIRE, William a R. F. C. HULL. *Hovory s C. G. Jungem*. Praha: 2015, s. 161

¹⁰⁹ CAMPBELL, Joseph a Bill D. MOYERS. *Síla mýtu*. Praha: 2016, s. 26–27

poskytne širší pohled na danou situaci.¹¹⁰ Je důležité osvětlit, co se pod tímto pojmem skrývá. Zmiňme tři pohledy. První dva z nich jsou propojené s psychoanalýzou a s Jungem, třetí se opírá o dlouhodobou práci religionisty Eliadeho.

Campbell říká, že lékař je „moderní vládce mytologické říše“ a poukazuje na fakt, že rituály, které vykonávali příslušníci kmenů, měly za cíl transformovat vědomé i nevědomé modely člověka a zmiňuje zejména přechodové rituály. Fascinující na tom je, že rituální obrazy odpovídají snům klientů psychoanalýzy, kteří opouštějí určité fixace a kráčí k budoucnosti.¹¹¹ Mytologie je dle něj psychologie a moderní psycholog ji může nasměrovat zpět k jejím významům a zachovat pro náš svět prameny o interních hlubinných procesech člověka.¹¹²

Jako druhého zmiňme Kerénye, který hovoří o řeckém výrazu *mytologém*, jenž představuje „nesmrtelnou látku“, která se po tisíciletí objevuje v příbězích. Mytologie je pak pohybem této látky. Nese vlastní význam, který je velmi nesnadné přeložit do jazyka moderní vědy, jelikož jeho plnost lze vyjádřit pouze mytologicky.¹¹³ V návaznosti na Junga konstatuje, že individuální mytologie člověka obecně odpovídají primární mytologii. Mytologie jako taková se rozprostírá do nekonečna a je třeba mít na paměti její mnohost, avšak funguje v ní jednotící princip, který předpokládá primární pramen.¹¹⁴

Eliade dokonce tvrdí, že mýtus je přirozený způsob lidského myšlení. Kolektivní paměť je dle něj ahistorická a vzpomínka na určitou historickou událost nebo osobu se v lidové paměti uchová nanejvýš dvě nebo tři století. V paměti dochází k procesu mytologizace. Proto se setkáme s četnými mýtickými vyprávěními o lidech, kteří se reálně vyskytovali v tomto čase a prostoru. Mýtus však není první, ale poslední fáze ve vývoji hrdiny. Lidská paměť totiž funguje v jiných kategoriích, místo reálné postavy nastupují archetypy a místo událostí mytologické akce.¹¹⁵

Shrňme mytologickou pouť tím, že tato práce přejímá výše nastíněné stanovisko a na příběhy a postavy v nich obsažené nahlíží skrze toto prizma, které nabude jasnějších kontur v následující podkapitole. Ve svých tvrzeních se opírá primárně o Junga, který je sám živoucím propojení oblastí našeho zájmu, psychologie (psychoterapie) a náboženství. Myslel si, že náboženská funkce je hluboce zakořeněná v hlubinné sféře člověka. Rovněž

¹¹⁰ CAMPBELL, Joseph a Bill D. MOYERS. *Síla mýtu*. Praha: 2016, s. 24

¹¹¹ CAMPBELL, Joseph. *Tisíc tváří hrdiny*. Praha: 2017, s. 21-22

¹¹² Tamtéž, s. 217

¹¹³ KERÉNYI, Karl a Carl Gustav JUNG. *Věda o mytologii*. Brno: 2004, s. 9-10

¹¹⁴ Tamtéž, s. 34

¹¹⁵ ELIADE, Mircea. *Mýtus o věčném návratu: archetypy a opakování*. Praha: 2009, s. 43-44

prohlašoval, že není kompetentní vyjadřovat se k Bohu, který existuje mimo člověka.¹¹⁶ Tato poslední dvě tvrzení práce též přejímá, avšak prozatím je nechávám stranou.

2.3 Hlubinně psychologický výklad Písma

Tuto formu výkladu biblického textu rozvíjí především Eugen Drewermann ve svém díle *Hlubinná psychologie a exegeze*. Z teologické roviny se přechází na úroveň psychologickou. Drewermann vychází z toho, že **pisatelé biblických příběhů popisují své vlastní zkušenosti v obrazech, v kterých se i my můžeme najít**. Skrze tato vyprávění jsou osloveny obrazy a symboly uložené v lidské duši.¹¹⁷ Tyto obrazy Jung nazývá archetypy. Příběh nastavuje zrcadlo, kde člověk zří sám sebe. Zdánlivě cizí příběh se začíná stávat jeho příběhem a jedinec prostřednictvím reflexe vytváří různé souvislosti se svým životem, prohlédne pravdu příběhu a tím i pravdu svého života.¹¹⁸

Drewermann objevuje velkou podobnost mezi tím, co se děje v těchto příbězích a obrazy, které vystupují ve snech. Biblické příběhy se zde vykládají podobně jako sny. K tomuto výkladu slouží dvě základní pravidla:

- 1) Srovnávání motivů příběhu s motivy jiných tradic.
- 2) Vnější předměty, osoby a okolnosti se vykládají jako popis vnitřního průběhu.¹¹⁹

Nejprve se vykládá na rovině objektivní a pakliže to nedává smysl, může se přistoupit k subjektivnímu výkladu. Prakticky to znamená, že osoby v příbězích se nejdříve interpretují jako různé typy lidí, v kterých člověk může poznat sám sebe a teprve později na ně lze nahlížet jako na odlišné stránky lidské duše.¹²⁰

Drewermann formuloval čtyři základní pravidla, dle kterých se máme v hlubinně psychologickém výkladu řídit. Anselm Grün však přináší své zásady a v určité pokorné polemice s předchozím autorem, kterému, jak sám říká, vděčí za mnohé, stanovuje následující:

- 1) Je zbytečné dohadovat se, co je historické a co je výpověď symbolická. Vycházíme z toho, že se věc udála a má pro nás uzdravující význam.

¹¹⁶ Jung podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: 2002, s. 224–225

¹¹⁷ Drewermann podle GRŮN, Anselm. *Hlubinně psychologický výklad Písma*. Praha: 1994, s. 14

¹¹⁸ GRŮN, Anselm. *Hlubinně psychologický výklad Písma*. Praha: 1994, s. 15

¹¹⁹ Drewermann podle GRŮN, Anselm. *Hlubinně psychologický výklad Písma*. Praha: 1994, s. 16

¹²⁰ Drewermann podle GRŮN, Anselm. *Hlubinně psychologický výklad Písma*. Praha: 1994, s.17

- 2) Nezabýváme se subjektivitou autora, ale věcí samou, která vystupuje v archetypálních obrazech. **Obrazy nám pomáhají vztahovat text na sebe a podporují schopnost objevit v něm sebe samé.**
- 3) Není nutné mít hlubinně psychologické znalosti.
- 4) Obrazy nejsou libovolné, ale představují určitý aspekt pravdy.
- 5) Hlubinně psychologický výklad je pouze jedna z mnohých metod.¹²¹

Vyprávění jsou „příběhy o niterném vývoji a jejich cílem je zrání a rozvoj psychické jednoty, rozvoj vnitřního Já“.¹²² Cílem hlubinně psychologického výkladu by mělo být „otevřenější a intenzivnější setkání s Bohem a s tajemstvím našeho vlastního života, které nám v Bohu a skrze Boha nově zazáří“.¹²³

Dalším přístupem, který rovněž nahlíží na Bibli jako na zrcadlo a je ho nyní vhodné alespoň zmínit, je existenciálně – analytické pojetí vycházející z logoterapeutické školy Viktora Frankla a jeho žáka Alfrieda Längleho. Jeho aplikaci na Písmo však začal užívat až MUDr. Prokop Remeš. Dle EA¹²⁴ je každá situace pro člověka výzvou k naplnění smyslu. Hlubinně psychologický výklad je zaměřen spíše na sebepoznání, druhý zmíněný se orientuje na nastartování ke změně.¹²⁵ Zaměřme se nyní na funkce příběhů, které jsou pro terapeutickou práci s Písmem důležité.

2.4 Funkce příběhů

„*Realita se skládá z příběhů, nikoliv z materie.*“ – Zdeněk Neubauer

„Příběh zde chápeme jako základní strukturu lidských životů, která umožňuje člověku porozumět smyslu svého života, událostem a okolnostem, které smysl tvoří.“¹²⁶ Příběhovost je silně zakotvena v lidském životě. Vše, co existuje v lidském světě, je zformováno do tvaru příběhu. Takto chápaný příběh osvětluje realitu a činí ji čitelnou, vytváří horizont lidských možností, umožňuje pochopit minulost a svým způsobem i budoucnost.¹²⁷ Vybíral a Roubal uvádějí, že v současnosti panuje shoda, že příběhy a vyprávění jsou fundamentální organizující principy lidské bytosti pro sdílení vlastní

¹²¹ GRÜN, Anselm. *Hlubinně psychologický výklad Písma*. Praha: 1994, s. 18-20

¹²² Drewermann podle GRÜN, Anselm. *Hlubinně psychologický výklad Písma*. Praha: 1994, s. 17

¹²³ GRÜN, Anselm. *Hlubinně psychologický výklad Písma*. Praha: 1994, s. 20–21

¹²⁴ Existenciální analýza

¹²⁵ REMEŠ, Prokop a Alena HALAOVÁ. *Nahá žena na střeše: Bible a psychoterapie*. Praha: 2013, s. 22

¹²⁶ CZECH, Jan. *Psychoterapie a víra*. Ostrava: 2003, s. 51

¹²⁷ Tamtéž.

zkušenosti, vnímání, chápání a utváření identity.¹²⁸

Je pravdou, že vyprávění byla součástí lidové psychoterapie dříve, než se stala vědeckou disciplínou. Pohádky, mýty, podobenství, básně či bajky jsou prostředky, kterými si lidé pomáhali už od nepaměti. Naši předkové je v minulosti používali při výchově, jelikož napomáhaly do lidského vědomí kódovat hodnoty a vzorce chování.¹²⁹ Příběhy mají moc dát vzniknout novým postojům a stávající změnit. Mohou stabilizovat, ale také relativizovat existující psychosociální normy. Pokud je člověk konfrontován s příběhem, probíhají v mezilidských vztazích při zpracování prožitků procesy, které jsou označovány jako **funkce příběhů**:¹³⁰

1) **Funkce zrcadla**

K posluchačovu Já se dostávají obsahy příběhů a klient se s nimi ztotožňuje. Vyvolávají v něm asociace, usnadňují mu hovořit sám o sobě a získat odstup od svých problémů. Zrcadlení napomáhá klientovi zaujmout stanovisko a jeho reakce se stávají předmětem terapeutické práce.

2) **Funkce modelu**

Příběhy vystupují jako modely, na kterých se klient učí. Zachycují konfliktní situace a nabízejí možná řešení.

3) **Funkce spojovacího článku**

Klienti se velmi těžko zbavují svých postojů a individuálních mýtů. Může vzniknout odpor, zejména v případě, když si člověk není jist, zda mu terapeut pomůže. Odpor bývá klientem vyjadřován různými způsoby. Napětí mezi klientem a terapeutem může být zmírněno tím, že do prostoru vstoupí spojovací článek v podobě příběhu. Uskutečňuje se zde proces klient – příběh – terapeut. Příběh funguje jako filtr a umožňuje odstraňovat případné používání obranných mechanismů.

4) **Trvalé působení**

Většinou jsou příběhy snadno zapamatovatelné a není nesnadné je v případě potřeby opět zvědomit. Nezůstávají pouze v kruhu terapeutickém, ale jsou přítomny i v klientově běžném životě, kde mohou nabývat nových interpretačních vzorců v závislosti na změněné situaci. Nová interpretace aktualizuje jeho postoje, které napomáhají orientaci

¹²⁸ VYBÍRAL, Zbyněk a Jan ROUBAL, *Současná psychoterapie*. Praha: 2010, s. 564

¹²⁹ PESESCHKIAN, Nossrat. *Kupec a papoušek: využití orientálních příběhů v psychoterapii: názorné příklady pro výchovu a sebeovlivňování*. Brno: 1996, s. 12-13

¹³⁰ Tamtéž, s. 22–23

v problémech. Vzhledem ke své trvalé působnosti snižují závislost klienta na terapeutovi.

5) Příběhy jako nositelé tradic

Pod pojmem tradice se myslí tradice kulturní. V tomto smyslu překračují rámec individuálního života.

6) Příběhy jako transkulturní zprostředkovatelé

Příběhy jsou nositelé zvyklostí, norem a postojů prostředí, ve kterém vznikly. Ukazují tak jiné modely myšlení a rozšiřují repertoár řešení konfliktů. Rovněž se odbourávají předsudky vůči cizím způsobům myšlení a cítění, jelikož cizí bývá často doprovázeno určitou antipatií.

7) Příběhy jako prostředek regrese

Během procesu je oslovována také intuice a fantazie. Ponoření do fantazie představuje krok regrese. Při práci s příběhy je umožňováno dospělým klientům odložit „společností diktovaná pravidla chování“ a přijmout stanoviska zdůrazňující radost a zábavu. Tematické volení příběhů dovoluje nenásilnou regresi a opatrný postup s klienty se slabším Já. Ukázalo se, že mani-depresivní, schizofrenní, depresivní a neurotičtí klienti s tematicky orientovanými příběhy pracují překvapivě dobře.

8) Příběhy jako protipostoj

Klientům je nabízen protipostoj, který mohou přijmout, nebo odmítnout.

9) Změna nazírání:

U čtenáře probíhá změna v nazírání, prostřednictvím které je vyvolán Aha – zážitek.¹³¹

Biblické příběhy mohou plnit všechny tyto funkce.¹³² Jejich výpověď nelze uzavřít do učesaných struktur. Je nutné nechat je promluvit a postupem času se mohou stát projekčním plátnem, kde se můžeme objevit my a z našich úst zazní: „*Však to jsem já*“.¹³³

¹³¹Tamtéž, s. 23-28

¹³² Sama Bible ilustruje proměňující schopnosti příběhů, konkrétně příběh o Davidovi, Bat-šebě a Urijášovi. Král krásnou Bat-šebu pozná, tzn. stráví s ní noc a ona otěhotní. David se nejprve pokusí svůj čin zamaskovat, ale nakonec nechá jejího muže Uriáše lstí zabít v boji. Na scénu přichází prorok Nátan s podobenstvím o chudákovi, boháči a ovečce a předkládá ho Davidovi jako případ k vyřešení. O nedlouho mu však Boží prorok vmete do tváře, že lstivý boháč je on sám. Písmo to, co se událo, hlouběji nerozebírá, ale z příběhu je patrné, že David v podobenství uzřel sám sebe, svou temnou stránku. Toto poznání ho vedlo k pokání a proměně (2S 11,1-12,25). Jedná se pravděpodobně o nejstarší literární záznam proto-psychotherapie v dějinách lidstva. (REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychotherapie*. Praha: 2019, s. 65–66)

¹³³ REMEŠ, Prokop a Alena HALAOVÁ. *Nahá žena na střeše: Bible a psychotherapie*. Praha: 2013, s. 14

2.5 Démonologie Otců pouště

„Chceš – li poznat Boha, nauč se znát nejdříve sám sebe.“ *Evagrius Ponticus*

Nejstarší svědectví o užití Písma k psychotherapeutickým účelům sahají až do starověku.¹³⁴ Pochází od Otců pouště, kteří žili v 3–5. století n. l. a ačkoliv se v názvu hnutí objevuje termín otcové, existovaly mezi nimi i některé ženy. Toto hnutí dle tradice spustil Antonín Poustevník, který se motivován Ježíšovým evangelijním výrokiem odebral na poušť. Tito lidé se zde pokoušeli žít asketickým způsobem života. Víme o nich poměrně dost z legend a apoftegmat Otců pouště. Jedno z jejich centrálních učením je démonologie.¹³⁵

Démonologie je naukou praxe, nikoli teorií. Evagrius Ponticus (+399), nejznámější z mnichů, jim přisuzuje *thymos*, emocionální součást duše, která je vznětlivá, vzrušivá a vyvolává prudké emoční stavy. Staří mniši jim připisují tělo, které je však tvořeno vzduchem. Dokáží létat a polem jejich působnosti je fantazie, kde vyvolávají přeludy, ve spánku pak sny. Evagrius přiznává démonům pouze emocemi zbarvené myšlenky. Boj s nimi se odehrává jako boj s vlastními myšlenkami, které jsou nabitě afekty.¹³⁶ „*Po bližším pohledu na mnišské výpovědi lze rozeznat, že jsou to pokusy o vysvětlení jistých jevů. Nejde tedy o definici, která by si nárokovala přesnou znalost podstaty démonů. Mniši svým mytologickým slovníkem popisují psychické skutečnosti.*“¹³⁷ I v dnešní době hnutí Anonymních alkoholiků označuje alkoholismus jako břemeno neúprosné posedlosti.¹³⁸

Co tedy znamená démonologie pro samotné Otce pouště? Prokop Remeš uvádí dva přístupy:

1) Diskurz mimořádnosti

V souvislosti s démony se řeší, jaký to má vztah k pacientově nemoci, tzn. dříve byl tento jev označován slovem démoni, dnes v medicínské oblasti termínem duševní nemoci. V psychiatrii dokonce existuje diagnóza F 44. 3 Trans a posedlost. Oproti tomu stojí tradiční pohled Katolické církve, kde spadá oblast démonických věcí pod pravomoc biskupskou.

¹³⁴ REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše: Bible a psychotherapie*. Praha: 2013, s. 21

¹³⁵ MUDr. Prokop Remeš – Spiritualita Otců pouště (přednáška, část 1). In: Youtube [online]. 05.06.2018 [cit. 10.02.2020]. Dostupné z <https://www.youtube.com/watch?v=gr9gJFJYT7U>. Kanál uživatele CCSHHK

¹³⁶ GRÜN, Anselm. *Jak zacházet se zlým: Boj s démony ve starém mnišství*. Kostelní Vydří: 2003, s. 8-9

¹³⁷ Tamtéž, s. 11

¹³⁸ *Dvanáct kroků a dvanáct tradic*. New York: 2000, s. 7

2) Diskurz normálnosti

Jung zjistil, že Otcové pouště o démonech mluví velmi zvláště. Není vyloženě jasné, co tím myslí (viz „*Nevěř, že by byl démon něco jiného než hněvem zmatený člověk.*“¹³⁹) a označuje je jako autonomní komplexy.¹⁴⁰

Jung komplex definuje jako „*odštěpenou část osobnosti, oddělenou od vědomí a fungující tedy samostatně. Vede zvláštní existenci v temné sféře nevědomí, odkud může kdykoliv brzdit nebo naopak podporovat vědomé akce.*“¹⁴¹ Komplex je příčinou projekce, nevědomého a neúmyslného promítnutí vlastních přání nebo emocí do druhého. Mniši tuto skutečnost označovali jako oklamání démonem.¹⁴² Jung rovněž pozoruje propojení mezi komplexem a afektem. Tvrdí, že každý afekt má tendenci proměnit se v autonomní komplex.¹⁴³ Démon je tedy obraz personifikovaného afektu a nevědomých obsahů, jež se snaží dostat člověka pod svou moc.¹⁴⁴

Jak s démony bojovat? Otcové pouště vypracovali celou škálu návrhů, jak se s nimi vyrovnat. Jedna z nich je *pozorování myšlenek a citů a jejich vzájemné souvislosti*. Toto je výsledkem dlouhodobého zkoumání sebe sama. Klíčové je odhalit příčiny špatných nálad a na čem tyto negativní stavy závisí. Jejich teorie se kryje s dnešní naukou psychologie chování.¹⁴⁵ Evagrius Ponticus vypracoval antirrhethickou metodu.¹⁴⁶ Spočívá v tom, že démonovi vmetáme do tváře různé biblické výroky. Výroky nejsou voleny nahodile, ale jsou pečlivě vybrány, aby obsahovaly vítězství nad myšlenkou, která člověka tísní.¹⁴⁷ Například: „*Proti myšlence, která ve mně kvůli tvrdé chudobě mého života budí zahořklost: ‚Hospodin je můj pastýř, nic nepostrádám.‘*“ (Ž 23,1)¹⁴⁸

Mniši používali Bibli k psychoterapeutickým účelům. Pracovali s pojmenováním démona a změnou psychického prostředí. Jinými slovy pojmenovávali problém, čímž si ho připouštěli a přerámovali situaci, aby nad nimi démon ztratil kontrolu. Při tomto dění byli

¹³⁹ GRÜN, Anselm. *Jak zacházet se zlým: Boj s démony ve starém mnišství*. Kostelní Vydří: 2003, s. 8

¹⁴⁰ MUDr. Prokop Remeš – Spiritualita Otců pouště (přednáška, část 1). In: Youtube [online]. 05.06.2018 [cit. 10.02.2020]. Dostupné z <https://www.youtube.com/watch?v=gr9gJFJYT7U>. Kanál uživatele CCSHHK

¹⁴¹ Jung podle JACOBI, Jolande. *Psychologie C. G. Junga*. Praha: 1992. Podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: obor v pohybu*. Praha: 2007, s. 140

¹⁴² GRÜN, Anselm. *Jak zacházet se zlým: Boj s démony ve starém mnišství*. Kostelní Vydří: 2003, s. 11-12

¹⁴³ JUNG, Carl Gustav. *Gesammelte Werke (Sebrané spisy)*. Zürich: 1967 s. 395. Podle GRÜN, Anselm. *Jak zacházet se zlým: Boj s démony ve starém mnišství*. Kostelní Vydří: 2003, s. 15

¹⁴⁴ GRÜN, Anselm. *Jak zacházet se zlým: Boj s démony ve starém mnišství*. Kostelní Vydří: 2003, s. 15

¹⁴⁵ Tamtéž, s. 44-45

¹⁴⁶ Věnuje se tomu se své knize s názvem Antirrhethikon, která obsahuje velký výběr biblických slov, jež se dají použít při boji s démony. (GRÜN, Anselm. *Jak zacházet se zlým: Boj s démony ve starém mnišství*. Kostelní Vydří: 2003, s. 50)

¹⁴⁷ Evagrius Ponticus podle GRÜN, Anselm. *Jak zacházet se zlým: Boj s démony ve starém mnišství*. Kostelní Vydří: 2003, s. 50-51

¹⁴⁸ GRÜN, Anselm. *Jak zacházet se zlým: Boj s démony ve starém mnišství*. Kostelní Vydří: 2003, s. 51

v kontaktu s věcmi, které bychom nazvali jako existenciality,¹⁴⁹ věci nejhlubšího bytí (téma viny, smrti, smyslu, hodnoty dobra a zla atd.).¹⁵⁰

Na závěr kapitoly se pokusím zkonkrétnit pole, na kterém se v současnosti tato práce pohybuje. Je nutné stručně definovat dvě významné složky lidské kultury, se kterými tato práce zachází, tedy psychologii a náboženství. Říčan na tyto dvě skutečnosti nahlíží jako na dva způsoby, jimiž se člověk vztahuje k sobě samému a rovněž k tomu, co ho přesahuje.¹⁵¹ Též považuji za vhodné objasnit pojem psychika.

Z pozice empirické vědy představuje **psychika** „*dynamickou jednotu složek s různými dílčími funkcemi a vytváří tak jednotně fungující celek*“.¹⁵² Jakožto systém různých psychických jevů, například vnímání, inteligence, cítění, myšlení a jednání, zajišťuje existenci jednotlivce v jeho životním prostředí prostřednictvím regulace vztahů k tomuto okolí. Tato regulace vztahů se projevuje jako jednota prožívání a chování.¹⁵³

Psychologie se zabývá duševními (psychickými) jevy. Termín duše je opředen spoustou definic. Říčan ji vnímá jako základní metaforu oboru, kterou nelze vyjádřit slovy.¹⁵⁴ Není od věci tvrdit, že psychologie navazuje na náboženství. Staletí duchovní péče vyprodukovalo množství literatury, z které sama psychologie čerpá. Setkáme se i s tvrzením, že psychologie nahrazuje křesťanství v úloze vykládat svět. Nelze však opomenout, že tato věda vznikla v ostré ideologické opozici vůči teologii a snažila se osvobodit duši od matoucích koncepcí.¹⁵⁵

Náboženství se vyznačuje slovy Mrázka „*projevy kladného vztahu k numinózní transcendenci*“ a uznává „*rozdíl mezi svatým a nesvatým*“¹⁵⁶. Pod slovy numinosum lze rozumět stav mysli i specifický citový prožitek, kde se pojí tzv. *mysterium tremendum* (tajemství děsící) a *mysterium fascinans* (tajemství okouzlující).¹⁵⁷

¹⁴⁹ MUDr. Prokop Remeš – Spiritualita Otců pouště (přednáška, část 1). In: Youtube [online]. 05.06.2018 [cit. 10.02.2020]. Dostupné z <https://www.youtube.com/watch?v=gr9gJFJYT7U>. Kanál uživatele CCSHHK

¹⁵⁰ MUDr. Prokop Remeš – Spiritualita Otců pouště (přednáška, část 2). In: Youtube [online]. 05.06.2018 [cit. 11.02.2020]. Dostupné z <https://www.youtube.com/watch?v=IjPn5ki9ObA&t=776s>. Kanál uživatele CCSHHK

¹⁵¹ ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: 2002, s. 25

¹⁵² NAKONEČNÝ, Milan. *Psýché: Základy a záhady duševního života*. Praha: 2017, s. 9

¹⁵³ NAKONEČNÝ, Milan. *Psýché: Základy a záhady duševního života*. Praha: 2017, s. 9–10

¹⁵⁴ ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: 2002, s. 26

¹⁵⁵ Tamtéž, s. 32–33

¹⁵⁶ Mrázek podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: 2002, s. 38. Slovo kladný Mrázek používá pravděpodobně kvůli tomu, aby náboženství odlišil od magie. Termíny svatý a nesvatý odkazují zřejmě na Eliadeho a jeho pojetí náboženského člověka, jakožto osoby, která žije mezi dvě existenciální mody – posvátným a profánním (ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: 2002, s. 38–39) Upozorníme však ještě, že jen těžko budeme hledat nějakou definici náboženství, na které by se vědecká komunita obecně shodla.

¹⁵⁷ ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: 2002, s. 38

3. Písmo promlouvá: Genesis 1-3

„Dříve než Boha chtěj sám sebe znát, lidstvu přec patří člověka studovat.“ Alexandr Pope

V této kapitole se zaměřím na rozbor biblické pasáže Gn 1-3.¹⁵⁸ Analýza bude vycházet především ze tří výpovědí, které považuji za zásadní, jelikož dle mého soudu zahrnují klíčové biblické informace týkající se člověka a obsahově korespondují se záměrem této kapitoly. Jedná se o následující sdělení:

- 1) Jako prach ze země a obraz Boží je stvořil.
- 2) Jako muže a ženu je stvořil.
- 3) Adame, kde jsi?

Kapitolu rozčlením podle schématu existenciální psychoterapie I. D. Yaloma, konkrétně dle jeho základních záležitostí. Uvedená biblická sdělení a obsah v nich zahrnutý budu přiřazovat k těmto fundamentálním skutečnostem. Biblické pasáže nejsou k záležitostem připojovány nahodile. Práce se opírá o teologické, psychologické a filozofické rozbor, jež uvádějí jako hlavní důraz uvedených textů jednu nebo více z těchto životních skutečností. Čtyři existenciály předkládá jako eventuality, které lze v zrcadle při psychoterapii pracující s Písmem (rozumí se, že se nevyklučuje i mimo ni) spatřit. Výjimku z tohoto schématu tvoří poslední záležitost, otázka smyslu. Její spatření je v textu rovněž možné, avšak bude popisována jako fakt, který se vynoří ve chvíli, pokud se člověk s otázkou smrti, svobody a osamělosti setká. Rovněž bude věnována pozornost absenci životního smyslu.

Cílem této kapitoly je demonstrovat, že Písmo samotné, ale předně ve spolupráci s existenciální psychoterapií, jejím teoretickým podkladem z oblasti filozofie a teologií, podává o člověku různá sdělení, jež obsahují mnoho existenciálních a hlubinných motivů. Rovněž, že práce s tímto textem může člověka posunout na cestě sebepoznáním, jelikož odpovídá na některé otázky spojené s tímto bádáním po interních procesech lidské psyché.

V druhé kapitole bylo uvedeno, že tato práce nakládá s Písmem jako se zrcadlem. Rovněž došlo k distancování od pojetí Bible jako učebnice o člověku. Ačkoliv záměr práce se opírá o funkci zrcadla, aby bylo možné naplnit cíl této kapitoly, je možné, že chvílemi

¹⁵⁸ kompletní text – příloha A.1

analýza sklouzne k této koncepci či ji bude připomínat. Jakým způsobem lze zahlédnout to, co je obsahem této kapitoly, bude popsáno v závěrečné části.

3.1 Úvodní charakteristika textu

Úvod do historicko – literárně – kulturních souvislostí je při využití Bible v psychoterapii významný. Písmo podává výklady světa, jež jsou specifické i pro náš náhled na realitu.¹⁵⁹ I přes paralely těchto interpretací je žádoucí orientovat se v časoprostoru a stylu myšlení, který je v Písmu zaznamenán. Vskutku nelze popřít, že hebrejské uvažování se vyznačuje značnými odlišnostmi, rovněž i složitým a mnohovýznamovým systémem hebrejské abecedy. Aby mohla psychoterapie naplnit svůj účel, je důležité alespoň částečně ozřejmit svět, kam klient vstupuje, například kvůli plnému pochopení biblického textu, který někdy zachycuje události kulturně podmíněné a v dnešní době se již nevyskytující. Proto také Halamová a Remeš v knize *Nahá žena na střeše*, která se týká Bible a psychoterapie, pokaždé pro úplné porozumění rozebíraných příběhů ke každému doplňují i biblické reálie.¹⁶⁰

Z hlediska literárního kontextu se toto tvrzení opírá o teorii, že způsob vnímání díla a jeho působení na psychiku, je určován třemi základními faktory: obsahem, žánrem a jazykovým vyjádřením. Každá z uvedených složek čtenáře/klienta velmi ovlivňuje, přináší informace o vnitřním prožívání člověka, odráží způsob pohledu na realitu, její strukturu a umožňuje identifikaci s osobami.¹⁶¹ Proto je důležité se v nich orientovat. Prokop Remeš uvádí, že kulturně – historické zarámování je významné, protože prohlubuje koncentraci na daný příběh a zvětšuje jeho zajímavost, což vytváří snadnější prostředí pro uchycení čtenáře/klienta ve významovém poli příběhu.¹⁶²

Genesis 1–3 pojednává o Božím stvořitelství, jehož korunou je člověk, který však padne kvůli neakceptování Hospodinova příkazu a je vyhnán ze zahrady, aby obdělával zem. Bible doslova říká, že člověk byl zapuzen (Gn 3,24). Tato tematika není vlastní pouze hebrejské tradici, ale je přítomna i v mytologii jiných kultur. Příběhy o stvoření vždy popisují určitý zákaz, který je však člověkem porušen, dochází k jeho vzbouření a člověk se vydává vlastní cestou.¹⁶³

Prvních jedenáct kapitol Genesis hovoří o bájných událostech. Obsah počátečních kapitol je starobylý, ačkoliv datum její redakce je mladší. Pisatel pasáže pravděpodobně znal

¹⁵⁹ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 71

¹⁶⁰ REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše: Bible a psychoterapie*. Praha: 2013

¹⁶¹ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 65-66

¹⁶² Tamtéž, s. 87

¹⁶³ CAMPBELL, Joseph a Bill D. MOYERS. *Síla mýtu*. Praha: 2016, s. 77

Enúma Eliš, babylonský mýtus o stvoření světa, s kterým vede dialog.¹⁶⁴ Enúma Eliš znamená „Když nahoře“ a stvoření je zde popisováno jako zápas božstev. Hospodin oproti mezopotámské kosmogonii tvoří slovem a nemá protivníka.¹⁶⁵ Text není psán se záměrem podat zprávu o původu nebo věčnosti hmoty. Není rovněž vědeckým popisem toho, jak byl stvořen svět. Dění předcházející našemu světu je zahaleno tajemstvím. Nejvýše můžeme společně s žalmistou vyznat, že „*než se hory zrodily, než vznikl svět a země, od věků na věky jsi ty, Bože*“ (Ž 90,2) Lze usuzovat, že pokud Bible začíná slovy „Na počátku“, pak existuje i nějaký konec. Člověk žije mezi těmito dvěma milníky a je ohraničen nejen jimi, ale i svými možnostmi.¹⁶⁶

Vybraná pasáž začíná stvořitelem hymnem (Gn 1,3 – 2,3), který obsahuje zvěst o tom, že pokud Hospodin promluví, okamžitě začíná určité dění. Jiří Beneš říká, že je to patrně klíčová zpráva celé Tóry. Samotné slovo Hospodinovo je činem a má obrovskou váhu.¹⁶⁷ Toto Boží činění má účel. Hospodin tvoří, jelikož chtěl svým dílem připravit podmínky pro život člověka. Produkt Boží aktivity, země, je stvořena pro člověka a nebe, které se nad ní vyjímá, je oblast Boží. Bůh však chce se svým stvořením žít v obecenství.¹⁶⁸ Hexaameron, šestiden, má specifickou strukturu a jedná se o stvoření, které je dobré a Hospodin mu požehnal.¹⁶⁹ Campbell vyzdvihuje, že primárním motivem všech příběhů o stvoření světa je úsilí přesvědčit lidskou mysl, aby se vyrovnala s podmínkami života.¹⁷⁰ V hebrejštině existuje sloveso *bárá*, které se využívá výhradně pro Boží stvořitelem aktivitu. Od Gn 2,4 se však toto slovo již nepoužívá. Stvoření se zde předpokládá a vše se zaměřuje na člověka.¹⁷¹

Poslední úsek se týká vzpoury a pádu člověka (Gn 3, 1-24). Čtenář se zde setkává s mytologickým obrazem, který předkládá informace o zlu ve světě. Bible hovoří o prastarém pokusu odpovědět na otázku, odkud se vzalo zlo. Zlo v biblickém podání není vrozenou tendencí, ale jedná se o něco nadlidského, čemu člověk mohl odolat, ale příběh praví, že neobstál.¹⁷²

Toť vše k stručnému zarámování rozebíraného příběhu. V následujících řádcích se pokusím nahlédnout na pasáž Gn 1-3 z perspektivy existenciální psychoterapie I. D. Yaloma,

¹⁶⁴ ELIADE, Mircea. *Dějiny náboženského myšlení I*. Praha: 1995, s. 159–160

¹⁶⁵ MELMUK, Petr. *Dějiny textu a doby Starého zákona*. Praha: 2014, s. 13

¹⁶⁶ BIČ, Miloš. *Svíce k nohám mým: Hrst podnětů k zamyšlení nad starým zákonem*. Praha: 1992, s. 12

¹⁶⁷ BENEŠ, Jiří. *Pradějiny*. Praha: 2010, s. 26

¹⁶⁸ BIČ, Miloš. *Svíce k nohám mým: Hrst podnětů k zamyšlení nad starým zákonem*. Praha: 1992, s. 15

¹⁶⁹ ELIADE, Mircea. *Dějiny náboženského myšlení*. Praha: 1995, s. 160

¹⁷⁰ CAMPBELL, Joseph a Bill D. MOYERS. *Síla mýtu*. Praha: 2016, s. 69

¹⁷¹ BIČ, Miloš. *Svíce k nohám mým: Hrst podnětů k zamyšlení nad starým zákonem*. Praha: 1992, s. 26

¹⁷² Tamtéž, s. 36–37

kteřá je postavena na základních tématech, jež zní: smrt, svoboda, osamělost a ztráta smyslu. Nejedná se tedy o teologický rozbor, ale o smělý pokus, který slouží záměrům této práce.

3.2 Smrt

V knize Genesis najdeme sdělení, že „*vytvořil Hospodin Bůh člověka, prach ze země, a vdechl mu v chřípí dech života*“ (Gn 2,7). Miloš Bič poukazuje na fakt, že v předchozím verši se hovoří o tom, že „*jen záplava vystupovala ze země a napájela celý zemský povrch*“ (Gn 2,6). Je proto mylné tvrdit, že člověk byl stvořen z prachu. Správný překlad hebrejského textu by měl znít: „*I vytvořil (=zformoval, ne stvořil) Hospodin Bůh člověka, prach ze země (=role), tzn. jako prach, ne z prachu*“.¹⁷³ Prach úzce souvisí se smrtí. Člověku je už od samého počátku připomínána jeho konečnost. Do tohoto „prachovitého nic“ proniká Hospodinův dech, který však nelze komparovat s lidským či jakýmkoliv jiným dechem. Skrze tento *nišmat chajim*, Hospodinův dech, se dostává do člověka něco živoucího a stává se tak živou duší.¹⁷⁴ Po sdělení o prachu Bible nečekaně zmiňuje roli (hebr. *adámá*), zemi úrodnou, nikoli neúčinnou. Jsme stvořeni ze země, která má potenciál a pro člověka je naděje.¹⁷⁵

Písmo zde čtenáře konfrontuje se smrtí. Yalom spojuje smrt s **úzkostí** a domnívá se, že smrt je prapůvodním zdrojem úzkosti, neustále se ozývá pod slupkou života a má nesmírný vliv na prožívání a chování.¹⁷⁶ Freud dokonce tvrdil, že strach ze smrti vytvořil základní lidskou skupinu, jelikož první lidé v Písmu se choulili k sobě ze strachu z odloučení a z temnoty.¹⁷⁷ Indogermánský kořen slova úzkost prozrazuje to, co vnímáme při tomto pocitu: zúžení, tíseň, stísněnost, soužení. Pocity úzkosti se běžně spojují s pocitem horšího dýchání a staženým hrdlem.¹⁷⁸ Vjem úzkosti ze smrti může být vědomý, přičemž se vyskytuje pozitivní korelace mezi touto úzkostí a psychopatologií. Lidé, kteří jsou psychicky nezralí či narušení, vykazují stopy velkého strachu ze smrti. Tato tíseň se však vyskytuje i na nevědomé úrovni.¹⁷⁹ W. W. Meissner v experimentu, který testoval galvanickou kožní reakci, prokázal existenci význačné nevědomé úzkosti. Testování na symboly smrti reagovali prokazatelně více než na kontrolní slova.¹⁸⁰ V terapeutické praxi se však málokdy

¹⁷³ Tamtéž, s. 28-29

¹⁷⁴ BENEŠ, Jiří. *Pradějiny*. Praha: 2010, s. 61

¹⁷⁵ BIČ, Miloš. *Svíce k nohám mým: Hrst podnětů k zamyšlení nad starým zákonem*. Praha: 1992, s. 30

¹⁷⁶ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 39

¹⁷⁷ Freud podle YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. s. 52

¹⁷⁸ KAST, Verena. *Úzkost a její smysl*. Praha: 2012, s. 11

¹⁷⁹ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 62

¹⁸⁰ MEISSNER, Walter. *Affective Response to Psychoanalytic: Death Symbols*. *Journal Of Abnormal and Social Psychology*: 1958, 56: s. 295-299. Podle YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 63

setkáme s ryzí úzkostí ze smrti, jelikož člověk se s ní vyrovnává tím, že ji přemění v něco „méně jedovatého“ a úzkost pak vystupuje zahalena pod vypůjčeným pláštěm.¹⁸¹

Je nutné zdůraznit, že smrt nemusí být výlučně negativním fenoménem. Heidegger si uvědomil, že smrt je primárně „stav, který nám umožňuje žít náš život autenticky“. Slovy filozofa se jedná o způsob bytí, kdy si člověk toto své bytí ve světě neustále uvědomuje, přijímá možnosti a omezení a je si neustále vědom odpovědnosti za vlastní existenci. Je-li smrt popřena, život ztrácí něco ze své intenzity, lidem zmizí ze zorného pole to, co je v sázce a tím se jejich život stává ochuzeným.¹⁸²

Další pasáž, která se tradičně pojí se smrtí a skon je v ní přímo zmíněn, je situace, kdy **Hospodin přikázal člověku, ať nejí ze stromu poznání dobrého a zlého, jinak propadne smrti** (Gn 2,17). Nedlouho po formulaci tohoto varování Písmo vypráví o tom, že člověk na něj nedbal. ČEP¹⁸³ označuje tuto pasáž jako touhu po bohorovnosti (Gn 3,1-7). Poté, co první lidé pojedli ze stromu poznání, uvědomili si, že jsou nazí a přepásali se fíkovými listy. Když uslyšeli, že se po zahradě prochází Hospodin, ukryli se. Bůh Všemohoucí se však zeptal: „**Kde jsi?**“ Člověk odpovídá: „*Uslyšel jsem v zahradě tvůj hlas a bál jsem se. A protože jsem nahý, ukryl jsem se*“ (Gn 3, 6-10). Dle Larryho Crabba zde vystupují tři nezávislé, ale interně propojené výroky. Prozatím uvedu pouze dva z nich.

1. Výpověď o prvním sebepoznání člověka („*jsem nahý*“).
2. Výpověď o první prožité emoci („*bál jsem se*“).¹⁸⁴

První tvrzení se týká nejočividnější nevyhnutelnosti našeho bytí, vědomí smrtelnosti, konečnosti. Člověk není nic než prach a kdykoliv může být odmítnut, ponížěn či zničen. Hebrejské slovo *eiróm*, *nahý*, znamená rovněž slizký, zákeřný a podlý. Pod nahotou prvních lidí se může skrývat uvědomění si nejtemnějších stránek lidské existence, inklinace k podlosti, krutosti, ubližování a v neposlední řadě – smrti.¹⁸⁵ Emmanuel Lévinas, který v mnohém navazuje na Martina Bubera, podává fenomenální analýzu pojmu **nahota**. Dle něj je nahota odhalení intimity, jež je vztahem k sobě samému. Kořeny nahoty, často vnímané jako absence oděvu, jsou ale mnohem hlubší. V Písmu v sobě termín nahota skrývá výpověď existenciální závažnosti.¹⁸⁶ S nahotou se velmi často pojí stud. Lévinas říká, že

¹⁸¹ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 56

¹⁸² Heidegger podle YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 41-42

¹⁸³ Český ekumenický překlad

¹⁸⁴ CRABB, Lawrence J., ALLENDER, Dan. B. *Encouragement*. S. John Bacon: 1985, s. 8-9. Podle REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 16

¹⁸⁵ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 16–17

¹⁸⁶ Lévinas podle VIK, Dalibor. *Slovo, na kterém záleží: člověk a etika u Emmanuela Lévinase*. Chomutov: 2014, s. 61

stud není primárně spojen s vědomím mravního řádu a jeho porušením, tzn. není otázkou svědomí. Pramení z neschopnosti člověka utéci sobě samému, zbavit se sám sebe. To, že se bibliční lidé opásali fíkovými listy, je výrazem toho, že se člověk zahaluje na všech úrovních svého života. Stud je reakcí na odhalení lidské intimity, která vyjadřuje skutečnost, že člověk je sebou samým.¹⁸⁷

Tvrzení druhé se dotýká zoufalství a úzkosti.¹⁸⁸ Další pocit, který se pojí se smrtí je **vina**. Z biblického úryvku lze usuzovat, že si první lidé byli vědomi toho, čeho se dopustili a toto vědomí v nich vyvolalo první reakci, strach a únik. Koncepce viny v existenciální psychoterapii je jiná než v tradičních terapiích, kde souvisí s pocitem, že člověk koná něco špatného. Zde se pracuje s tím, že jedinec je vinen za přestupky nejen proti druhému člověku či mravnímu řádu, ale taktéž proti sobě samému.¹⁸⁹ Heidegger upozorňuje, že být vinen znamená být za něco odpovědný.¹⁹⁰

Paul Tillich rozlišuje tři zdroje úzkosti. Jeden z nich je smrt, další ztráta smyslu. Třetí je pocit viny a úzkost ze sebezavržení. Vyslovuje tvrzení, že bytí je člověku dáno, avšak žádá po něm, aby naplnil svůj osud. Toto je pramenem úzkosti viny a děsem ze ztracení.¹⁹¹ Rollo May v této souvislosti hovoří o nevyužitém potenciálu v nás.¹⁹² Heidegger a Tillich by souhlasili, že ho lze objevit právě skrze vinu, úzkost a svědomí. Takto nahlížená existenciální vina vystupuje jako konstruktivní síla, která člověka volá zpět k sobě samému.¹⁹³

3.3 Svoboda (odpovědnost)

Z existenciálního hlediska, jež předkládá Yalom, svoboda představuje absenci vnější struktury, tzn. člověk nežije v dobře strukturovaném světě s vnitřním řádem. Za své řády je člověk zodpovědný, je jejich autorem.¹⁹⁴ Pakliže, jak již bylo zmíněno, předchází existence esenci, člověk je plně odpovědný za to, kým je. Sartre říká, že jedinec není odpovědný pouze za svou individualitu, ale i za jiné lidi, jelikož tím, že volí sám sebe, volí i ostatní. Pokud například volím sňatek, což je zdánlivě velmi individuální a intimní věc, můj výběr zavazuje

¹⁸⁷ Lévinas podle VIK, Dalibor. *Slovo, na kterém záleží: člověk a etika u Emmanuela Lévinase*. Chomutov: 2014, s. 59–60

¹⁸⁸ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 16

¹⁸⁹ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 284–285

¹⁹⁰ HEIDEGGER, Martin. *Being and Time*. New York: 1962, s. 327. Podle YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 285

¹⁹¹ P. Tillich podle YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s.286

¹⁹² MAY, Rollo. *Existential Psychology*. New York: 1969, s. 19. Podle YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 286

¹⁹³ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 288

¹⁹⁴ Tamtéž, s. 17

i druhé k monogamii, protože mým rozhodnutím vytvářím určitý obraz člověka.¹⁹⁵ Druhá základní záležitost je tedy úzce propojena s odpovědností. Svoboda nám totiž pomáhá odpovědnost chápat.¹⁹⁶ Pakliže člověk nedisponuje eventualitou participovat na vytváření světa několika možnými způsoby, pojem odpovědnosti pozbývá smyslu.¹⁹⁷ Následující řádky se budou soustředit právě na odpovědnost.

„*Adame, kde jsi?*“ Touto otázkou Bůh volá na ukrytého člověka. Buber hovoří o tom, že tato otázka je mířena na každého z nás. Člověk se skrývá, aby nemusel před Bohem skládat účty. Hospodin se neptá za účelem získat informace o přesné poloze prvního lidského páru, ale chce do nich vpravit něco, co zasáhne přímo jejich srdce. Bibličtí lidé se však ukryjí, rovněž jako my, když se snažíme uniknout odpovědnosti za prožitý život. Tím, že se chtěli před Bohem schovat, skryli se sami před sebou. V člověku je uschováno něco, co sám hledá a Boží otázka v něm chce probudit sílu vyjít ven z vybudovaného mechanismu. Muž a žena přiznávají, že se ukryli, čímž začíná cesta jejich života.¹⁹⁸

Reakce muže a ženy na Boží otázku zrcadlí **odmítání odpovědnosti**. Na dotaz, zda muž nejedl ze stromu, ze kterého mu Bůh zakázal jíst, muž odpověděl: „*Žena, kterou jsi mi dala, aby při mně stála, ta mi dala z toho stromu a já jsem jedl*“ (Gn 3,12). Ani žena však nechce nést břemeno viny, tíhu odpovědnosti a přenáší ji dále se slovy: „*Had mě podvedl a já jsem jedla*“ (Gn 3,13).

Nyní přichází ke slovu třetí sdělení, které v lidské reakci zahlédl Larry Crabb. Jedná se o výpověď o první strategii chování při nepohodlné situaci („*skryl jsem se*“). Poslední výrok představuje obranou strategii – únik.¹⁹⁹ Písmo zachycuje, že jednou z archetypálních reakcí člověka je ukrýt se před odpovědností. Ta se může proměnit ve skutečnost člověku velmi nepříjemnou a jedna základní odezva je snaha předat ji dále, nebo se o ni alespoň podělit. V psychoterapeutické praxi je přenášení odpovědnosti na jinou osobu velmi běžná strategie.²⁰⁰

Sartre vyslovuje tvrzení, že „*člověk je zcela odpovědný za svůj život, nejen za své jednání, ale také za své nejednání*“. Obě tyto roviny odpovědnosti mají pro člověka zásadní význam.²⁰¹ K odpovědnosti se rovněž vyjadřuje Yalom, když říká, že *uvědomovat si odpovědnost znamená uvědomovat si, že vytvářím své vlastní Já, svůj osud, životní úděl, své*

¹⁹⁵ SARTRE, Jean-Paul. *Existencialismus je humanismus*. Praha: 2004, s. 17–19

¹⁹⁶ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 221

¹⁹⁷ Tamtéž, s. 228

¹⁹⁸ BUBER, Martin. *Úvahy o chasidismu*. Praha: 2015, s. 12-14

¹⁹⁹ CRABB, Lawrence. J., ALLENDER, Dan. B.: *Encouragement*. S. John Bacon: 1985, s. 8-9. Podle REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s.16

²⁰⁰ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 233

²⁰¹ Sartre podle YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 228

*pocity a pokud na to dojde, i své vlastní utrpení.*²⁰² Tato věta zrcadlí jeho postoj k Bohu, jehož existenci odmítá. Víru v osobní jedinečnost a v Absolutního Zachránce, sám ho nazývá antropocentrickým bludem, interpretuje jako základ obrany, kterou si člověk vytváří proti děsu ze smrti již v dětství. Tvrdí, že tyto dvě základní obrany jsou v nás hluboce zakořeněné, což dokazuje na existenci mýtů o nesmrtnosti a víry v osobního Boha, která je základem mnoha náboženství, zejména Abrahámovských.²⁰³ Nepředpokládá žádný vyšší smysl, což mu dovoluje tvrdit, že jsme odpovědní i za své utrpení. Setkali jsme se již s vymezením Sartra proti teistickému pojetí lidské existence. Ze spojení Sartra a Yaloma plyne, že takto svobodný člověk, který se konstituuje na základě vlastních rozhodnutí, je přirozeně, neovlivněn Božím zásahem, odpovědný za vše, co učiní.²⁰⁴

Jejich pohled lze rozporovat. Tvrzení, že jsme za své utrpení odpovědní, tzn. že si ho sami způsobujeme, nelze plošně aplikovat na každou lidskou bytost. Sartre hovoří o tzv. koeficientu neštěstí, čímž chce říci, že všichni čelíme přirozené nepřízni života, osudu, která má vliv na náš život.²⁰⁵ Yalom uvádí, že i zde máme odpovědnost nebo volbu.²⁰⁶ Odpovědnost však máme za to, jak se k utrpení postavíme. Anselm Grün říká, že je důležité se naučit s utrpením zacházet a hledat řešení. Měli bychom změnit přístup k utrpení, poté by mohlo dojít k jeho transformaci, a nakonec eventuálně zmizet.²⁰⁷ Existuje význačné množství situací, kde objektivně nelze říci, že příčinou je sám člověk. Do kontrastu s Yalomem můžeme postavit Frankla, který hovoří o osudu, pod kterým si představuje vše, co člověk nemůže v životě ovlivnit. Dle něj je dokonce svoboda²⁰⁸ bez osudu nemožná. Projevuje se ve třech formách jako „*vloha*“ (biologický, sociální, psychologický), „*poloha*“ (soubor dosavadních externích situací) a „*postavení*“ (vlohy, polohy).²⁰⁹

Právě tak považuji za potřebné vyslovit se proti jeho pojetí víry v Boha. Předně se tato práce nevyjadřuje k existenci nebo neexistenci Vyšší Bytosti, v této oblasti je metodologicky agnostická. Avšak pracuje s biblickými mytologickými tématy a

²⁰² YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 226

²⁰³ Tamtéž, s. 105

²⁰⁴ Sartre, Yalom a Heidegger se řadí mezi ateistické existencialisty. Neznamená to ale, že všichni existencialisté se ztotožňují s tímto světonázorem. Existuje i „teistická existencialistická škola“, kam se řadí např. Jaspers, Marcel a jiní. (SARTRE, Jean-Paul. *Existencialismus je humanismus*. Praha: 2004, s.13)

²⁰⁵ SARTRE, Jean-Paul. Being and Nothingness, s. 629. Podle YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 280

²⁰⁶ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 280

²⁰⁷ GRÜN, Anselm. Za co mě Bůh potrestá? Nepochopitelná Boží spravedlnost. Kostelní vydří: 2006, s. 140

²⁰⁸ Frankl rozlišuje „svobodu k“, tedy k odpovědnosti a „svobodu od“, která v podstatě představuje emancipaci. (FRANKL, Viktor Emil. *Vůle ke smyslu*. Brno: 1997. Podle NAVRÁTIL, Pavel. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: 2001, s. 67)

²⁰⁹ FRANKL, Viktor Emil. *Lékařská péče o duši: základy logoterapie a existenciální analýzy*. Brno: 1996. Podle NAVRÁTIL, Pavel. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: 2001, s. 67

s ozdravným potenciálem těchto skutečností. Vychází z přítomnosti nábožensko – spirituálních struktur v lidské psychice a s Písmem pracuje jako s projekčním plátnem.²¹⁰ Rovněž pokládá za pravdivý výskyt existenciálního pole s názvem náboženskost, na kterou bývá často nahlíženo jako na geneticky podmíněnou a můžeme ji předpokládat v rámci konceptu nevědomí v každém z nás.²¹¹ Na takto pojatou náboženskost nenahlíží společně s Yalomem jako na obranu. Frankl ve spojitosti s tímto hovoří o duchovním nevědomí, jež je veskrze vztaženo k Já. Tato neuvědomělá religiozita představuje latentní vztah k transcendentnu a odkrývá transcendentní Ty. Skrytá víra implikuje „skrytého Boha“, což ale neznamená, že by Bůh sám o sobě byl nevědomý, nýbrž že náš vztah k němu může být nevědomý, potlačený.²¹²

Bible nezrcadlí pouze odmítání odpovědnosti. Odpovědnost je člověku dána z jeho přirozenosti a vzhledem k její povaze, jež představuje vznešený úkol, předpokládám, že člověk je obdařen všemi prostředky ji zdárně plnit. Pro bližší vysvětlení je nezbytné zaměřit se na pasáž, kde se uvádí, že „**Bůh stvořil člověka, aby byl jeho obrazem, stvořil ho, aby byl obrazem Božím, jako muže a ženu je stvořil**“ (Gn 1,27).

S Božím obrazem v člověku souvisí i biblická etika práce. Skrze tuto podstatu jí je připisována velká důstojnost. Práce sama o sobě není přítěž, degradující aktivita, ale je naopak zrcadlením Boží stvořitelství. Jedná se o společné dílo, při kterém se prosazují rozdílná obdarování a vždy pracujeme pro sebe navzájem.²¹³ „**Hospodin Bůh postavil člověka do zahrady v Edenu, aby ji obdělával a střežil**“ (Gn 2,15). Práce není trestem za neuposlechnutí Hospodinova příkazu, ale obtíže a neúspěchy s ní spojené jsou důsledkem lidské vzpoury (Gn 3,17-19).²¹⁴ Tomáš Akvinský říká, že v zahradě Eden člověk pracoval ve stavu dokonalosti a blaženosti. Člověk nepracuje z nezbytnosti či nutnosti, ale ze své přirozenosti.²¹⁵ Lidskou aktivitou není zemi jen střežit a obdělávat. **Hospodin k člověku dokonce přivedl všechna zvířata a měl právo je pojmenovat** (Gn 2,19). Sedláček ve své knize vysvětluje, že právo pojmenovat patřilo v židovské kultuře objeviteli, vynálezci či rodiči. Jedná se o motiv dotvořování a člověk participuje na stvoření. Realita tedy není absolutní danost a povoluje, ba vyžaduje aktivní participaci lidské bytosti. Člověk

²¹⁰ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 9

²¹¹ Tamtéž, s. 21

²¹² FRANKL, Viktor Emil. *Psychoterapie a náboženství: hledání nejvyššího smyslu*. Brno: 2007, s. 38-39

²¹³ SCHIRRMACHER, Thomas. *Morální odpovědnost: tři rozměry etického rozhodování – zákon, moudrost, svědomí*. Praha: 2016, s. 31

²¹⁴ Tamtéž, s. 33

²¹⁵ Akvinský podle SEDLÁČEK, Tomáš. *Ekonomie dobra a zla: po stopách lidského tázání od Gilgameše po finanční krizi*. Praha: 2009, s. 117

disponuje možností dotvářet realitu a je mu stanoveno přistupovat ke světu analyticky.²¹⁶

Bible ukazuje, že lidé odpovědnost pracovat přijali a po dlouhou dobu ji ze své přirozenosti vykonávali. Přijetí odpovědnosti je předpokladem terapeutické změny, avšak lidé disponují nevyčerpatelnou studnicí vynálezů, jak se jí zbavit.²¹⁷ Terapeutova úloha tkví ve zprostředkování přijetí odpovědnosti, přičemž naráží na dilema. Jedno úskalí představuje přílišná aktivita, na druhém pólu se nachází pasivita. Yalom říká, že zlatá střední cesta je zvýšení klientova vědomí, že má svobodnou volbu a nemůže této volbě uniknout.²¹⁸

3.4 Osamělost

V předchozích řádcích jsem vyložila výrok, že **člověk byl stvořen jako obraz Boží**, jako událost vypovídající mnohé o odpovědnosti. Jiný pohled podává Jan Amos Komenský, který načrtl několik cest duchovní obnovy světa. Aby vyjádřil stav, ve kterém se svět nachází, užívá mytologický příběh o stavbě Babylónské věže (Gn 11,1-9). Prapůvodní stav lidstva se vyznačoval spontánní jazykovou komunikací. Boží obraz v člověku je právě schopnost porozumění. Pokud je tato způsobilost porušena, komunikace selhává a nastává zmatení jazyků.²¹⁹ Zdeněk Kučera ve své knize říká, že „*porozumění se pak stalo základem obnoveného lidského rodu*“. Jeho prvním členem je Kristus, jakožto nový *adam*.²²⁰ Do člověka je vložena schopnost porozumění, způsobilost vstupovat do dialogu se svým bližním, do vztahu Já a Ty. Jedná se o představu, že v centru naší osobnosti stojí bytostné Já, které je způsobilé autenticky se vztahovat k druhým lidem.²²¹ Jestliže však člověk pozbude této schopnosti, ocitá se v osamoceném předmětném světě.

Další zmínku o odloučení a osamělosti lze najít v následující pasáži. **Hospodin učinil člověka jako muže a ženu** (Gn 1,27). Hebrejské *adam* znamená totiž člověk, tedy obecné označení druhu. I žena je *adam*. Muž a žena jsou si zcela rovni, neporušený stvořitelství řád nezná nadřazení jednoho nad druhého. Miloš Bič vysvětluje pád člověka a fakt, že Adam (již jméno pro muže) pojmenoval ženu jako Eva, hebrejsky Chavva, to jest Živa či Dárkyně života tím, že se tímto činem učinil nad ženou pánem a prvotní rovnost byla ztracena (Gn 3,20).²²² Jiří Beneš nabízí jiný pohled a říká, že je zde skryt počátek nového vztahu,

²¹⁶ SEDLÁČEK, Tomáš. *Ekonomie dobra a zla: po stopách lidského tázání od Gilgameše po finanční krizi*. Praha: 2009, s. 49

²¹⁷ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 234

²¹⁸ Tamtéž, s. 250–251

²¹⁹ Komenský podle KUČERA, Zdeněk. *Hoře a milost: ke kořenům teologie církve radikálního modernismu*. Brno: 2001, s. 115

²²⁰ KUČERA, Zdeněk. *Hoře a milost: ke kořenům teologie církve radikálního modernismu*. Brno: 2001, s. 115

²²¹ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 17

²²² BIČ, Miloš. *Svíce k nohám mým: Hrst podnětů k zamyšlení nad starým zákonem*. Praha: 1992, s.32

který vyvolává to, že se ze slova stává jméno.²²³

Larry Crabb analyzuje mužství a ženství na základě Písma. Dochází k tomu, že pochopení toho, co tyto dva pojmy znamenají přichází tehdy, pokud začneme poznávat, co potřebuje druhý člověk. „*Pravé mužství a ženství se objevuje a rozvíjí jen v rámci nesobeckého přístupu k druhým.*“²²⁴ Bůh stvořil člověka pro vztah a důvod lidské existence se nachází ve vztahu, odkud přicházejí ty nejhlubší radosti ze života.²²⁵

Bible tedy staví jako protipól osamělosti vztah, jenž je přirozenou formou bytí člověka, pro kterou byl stvořen. Yalom uvádí tři typy osamělosti:

- 1) Interpersonální osamělost související s izolací od druhých lidí. Typicky je prožívána jako samota.
- 2) Intrapersonální osamělost, při které člověk separuje části sebe samého. Nastává v případě, kdy člověk potlačí své pocity nebo touhy a absorbuje do sebe zákazy a příkazy a přijme je za své.

3) Existenciální osamělost.²²⁶

Na poslední formu klade Yalom velký důraz. Označuje ji jako odloučení mezi člověkem a světem. Do prostoru této samoty vede mnoho stezek, jedna z nich je konfrontace se smrtí a svobodou. Tvrdí, že umírání je na té nejvíce fundamentální rovině aktem ryzí samoty.²²⁷ Jelikož odmítá existenci osobního Boha, transcendentna obecně, hovoří o kosmické lhostejnosti vesmíru. Být odpovědný dle něj znamená opustit víru, že nás kdokoli jiný ochraňuje či vytváří.²²⁸

Erich Fromm uvádí, že reakce na osamělost je **úzkost** a pro ilustraci zmiňuje, že muž a žena v Písmu zažili zážitek odloučenosti, který v nich vyvolal právě tuto tíseň. Být odloučen představuje zbavení využití svých lidských schopností. Je to stav bezmocnosti a neschopnosti uchopit svět.²²⁹ V průběhu toho, co poznávají svou odloučenost, jsou si cizí, jelikož se zatím nenaučili milovat jeden druhého. Fromm to dokládá na skutečnosti, že muž místo toho, aby svou ženu hájil, tak ji obviňuje. „*Vědomí lidské odloučenosti bez opětovného spojení s láskou je zdrojem studu. Je zároveň i zdrojem pocitu viny a úzkosti.*“²³⁰

Východisko z osamělosti by mohl být **vztah**. Yalom ovšem soudí, že žádný vztah

²²³ BENEŠ, Jiří. *Pradějiny*. Praha: 2010, s. 78

²²⁴ CRABB, Larry. *Muž a žena*. Praha: 1997, s. 117

²²⁵ Tamtéž, s. 119

²²⁶ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s.360-361

²²⁷ Tamtéž, s. 362-363

²²⁸ Tamtéž, s. 364

²²⁹ FROMM, Erich. *Umění milovat*. Praha: 2001, s. 16

²³⁰ Tamtéž, s. 17

nemůže odstranit osamělost. Člověk se ocitá ve svém bytí zcela sám, avšak je schopen sdílet s druhým natolik, že láska vynahradí bolest z osamělosti.²³¹ Zde mu lze opět odporovat. Tato práce se opírá o Bubera (ale i jiné, viz Crabb, Kučera, Komenský), který prezentuje vztah jako základní lidskou strukturu. V tomto vztahu, do kterého má člověk potenciál vstoupit, ba je mu to do vínku dáno jako jeho přirozenost, se samota nenachází. Vztah je v tomto pojetí východiskem ze samoty. To však neznamená, že existenciální osamělost, odcizení člověk – svět, nemůže jedinec zažít a v Buberově systému, jak tvrdí Yalom, není pro tuto skutečnost místo.²³² Buber dokonce uvádí, že slovo Já – Ono je slovo, které odděluje.²³³ Buber hovoří o tom, že existuje dvojí samota, podle toho, od čeho se odvrací. Můžeme ji zakusit v případě, že se vyvážeme z aktu, kdy jen zakoušíme a užíváme, přičemž vede ke schopnosti vstoupit do vztahu. Druhá možnost nastává, pokud člověka opustili všechny bytosti, kterým říkal Ty. S jeho vírou ale může tvrdit, že takové přijme Bůh.²³⁴ Pakliže je pro Bubera živý svět utkán bytostným vztahem, absence tohoto vztahu může vést ke kolizi člověk a svět.

3.5 Ztráta smyslu

Z analýzy biblického textu vyplynula existenciální témata, se kterými se setkává každý z nás. Střetnutí s těmito existencialitami nemusí být, obdobně jako u postav z Písma, záležitost snadná. Hans Küng se domnívá, že otázky po smyslu života jsou pro lid Tanachu irelevantní, jelikož jediným smyslem pro ně byl Hospodin a dodržování jeho příkazů.²³⁵

Pakliže budeme vycházet z toho, že toto tvrzení je pravdivé a vztáhneme ho na biblické postavy, jež odráží víru této komunity, lze tvrdit následovně. Bylo řečeno, že první pár neuposlechl Hospodinova příkazu nejíst ze stromu poznání dobrého a zlého. Pokud bylo jejich životním smyslem následování Božích nařízení, tento smysl se musel otřást v základech, jelikož se obrátili proti němu a ocitli se tak mimo prostor jeho dosahu. Je možno položit si otázku, co lidé v nově nabyté emancipaci cítili. Nebyl jejich vzpurný čin krokem do existence beze smyslu? Tuto otázku ponechme jako možnost k úvaze.²³⁶

²³¹ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 370

²³² Tamtéž, s. 374

²³³ BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2005, s. 55

²³⁴ Tamtéž, s. 132

²³⁵ KÜNG, Hans. *V co věřím*. Praha: 2012. Podle TRTÍKOVÁ, Marie. Viktor E. Frankl, logoterapie a hledání smyslu. *Theologická revue*, 2013, roč. 84, s. 191

²³⁶ Jako ilustraci toho, že se bibličtí lidé ocitli mimo sféru jejich smyslu uvádím poznatek, že fíkové listy, kterými se po objevení své nahoty opásali, představovaly pro starověké obyvatele Palestiny démonský strom. Člověk, který se cítí před Hospodinem vinen, hledá pomoc jinde, ve světě démonů. Proto jim pak Hospodin uplete kožené suknice, aby jim toto „démonské zastření“ odebral. (Gn 3,21) (BIČ, Miloš. *Svíce k nohám mým: Hrst podnětů k zamýšlení nad starým zákonem*. Praha: 1992, s. 37–38)

Od dob starého Izraele však uplynulo mnoho let a situace se změnila. Mnohokrát bývá zdůrazňováno, že se tento dotaz vynořuje ve chvíli, kdy je člověk konfrontován s vlastní smrtí, konečností. Miloš Raban dochází k závěru, že se jedná o situace, kde se ocitneme tváří v tvář našim hranicím, například skrze ztrátu milovaného člověka (osamělost), domova (odpovědnost), případně zážitek války (smrt). Tato otázka rovněž mnohdy trápí dospívající mládež, lidi v tzv. středním věku a objevuje se i u starších lidí.²³⁷ Toto tázání může nabýt mnoha podob. Jaký je smysl života? Proč žijeme? Podle čeho máme žít?²³⁸

Z hlediska existencialismu se jedná o rozporuplné téma. Yalom říká, že je evidentní, že člověk potřebuje k životu nějaký smysl, avšak v jeho existenciálním pojetí je uznána za platnou pouze jediná absolutní pravda, jež zní, že žádné absolutní pravdy neexistují. Setkali jsme se již s tvrzením, že svět je nahodilý a nemá žádný vnitřní řád. Neexistuje tedy žádný smysl, velký plán vesmíru. Leč i v tomto světě beze smyslu je nutné smysl najít.²³⁹ Yalom v důsledku toho odkazuje na tzv. sekulární smysl, či – li „*mysl v nepřítomnosti kosmického smyslu*“.²⁴⁰ Můžeme ho najít např. v altruismu, zapálení pro věc, tvořivosti, seberealizaci atd.²⁴¹

Otázkou smyslu se zabývá především **logoterapie**, která stojí na tezi, že základní lidská potřeba je „vůle ke smyslu“. Jejím primárním východiskem je, že každá situace v životě člověka nese určitý smysl.²⁴² Soustředí se taktéž na duchovní problémy člověka. Frankl zcela zásadně rozlišoval mezi pojmy duchovní a duševní. Logoterapie nemá ambice nahrazovat náboženství nebo jiné psychoterapeutické směry, ale chce je doplňovat.²⁴³ Liší se od Yaloma pohledem na náboženství, které je dle Frankla na vyšší hodnotové úrovni a je považováno za velmi důležitou instituci. Logoterapie sama je určena jak pro teisty, tak ateisty, jelikož jejím cílem není spása duše ani nevyžaduje víru v Boha, ale soustřeďuje se na duševní zdraví a víru ve smysl.²⁴⁴

Člověk se tedy táže po smyslu a hledá ho. Tato činnost předpokládá existenci něčeho skrytého nebo ztraceného, tzn. smysl může být ztracen. Yalom shrnuje empirické výzkumy o smyslu života, jež vypovídají, že absence životního smyslu souvisí lineárně se vznikem

²³⁷ RABAN, Miloš. *Duchovní smysl člověka dnes: Od objektivního k existenciálnímu a věčnému*. Praha: 2008. Podle TRTÍKOVÁ, Marie. Viktor E. Frankl, logoterapie a hledání smyslu. *Theologická revue*, 2013, roč. 84, s. 193-194

²³⁸ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 424

²³⁹ Tamtéž, s. 427-428

²⁴⁰ Tamtéž, s. 431

²⁴¹ Tamtéž, s. 436-442

²⁴² NAVRÁTIL, Pavel. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: 2001, s. 61-62

²⁴³ NAVRÁTIL, Pavel. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: 2001, s. 81

²⁴⁴ Tamtéž, s. 83 Pro upřesnění toho, jaké jsou cíle psychoterapie a náboženství, přikládám přílohu B.3

psychopatologie, tzn. čím menší člověk vnímá smysl, tím významnější je psychopatologie. Nelze ale tvrdit, že nepřítomnost smyslu přímo způsobuje psychopatologii. Pro toto tvrzení neexistují žádné důkazy. Studie jsou korelační, pouze uvádějí, **že snížený pocit životního smyslu a patologie se objevují společně.**²⁴⁵

Frankl definuje dvě stádia syndromu ztráty smyslu – existenciální vakuum, které se vyznačuje subjektivním pocitem nudy, prázdnoty a existenciální (noogenní) neurózu. Neuróza může obsahovat mnohé symptomatické vzorce jako je deprese, alkoholismus, delikvence atd. Dominantní dvě behaviorální reakce na tento stav jsou konformismus (dělat to, co dělají druzí) a totalitarismus (dělat to, co si přejí druzí).²⁴⁶ Rovněž sestavil tři hodnotové skupiny, které dávají životu zpět smysl:

- 1) Čin, který člověk vytyčí.
- 2) Dílo, které vytvoří.
- 3) Zážitek, setkání a láska, utrpení.²⁴⁷

Smysl života je třeba neustále hledat, může se však během života měnit. Toto pátrání je hlavní odpovědností člověka a úspěšné objevení hledaného pokladu je v možnostech každého z nás.²⁴⁸

²⁴⁵ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 464-465

²⁴⁶ Frankl podle YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. s. 454

²⁴⁷ FRANKL, Viktor Emil. *Was nicht in meinen Büchern steht*, s. 44. Podle TRTÍKOVÁ, Marie. Viktor E. Frankl, logoterapie a hledání smyslu. *Theologická revue*, 2013, roč. 84, s. 197

²⁴⁸ TRTÍKOVÁ, Marie. Viktor E. Frankl, logoterapie a hledání smyslu. *Theologická revue*, 2013, roč. 84, s. 197–198

4. Existenciální hagioterapie

„Náboženství jsou psychoterapeutické systémy.“ – C. G. Jung

Závěrečná kapitola se bude soustředit na hagioterapii, která představuje praktické zhmotnění dosud uvedených informací. Pozornost bude soustředěna předně na sebezpoznání a terapeutickou změnu, proto jsou informace zde uvedené vybrané a sestavené tak, aby tento cíl mohly naplnit. Termín hagioterapie je složen ze dvou řeckých slov – *hagios*, svatý či posvátný a *therapeia*, péče, léčba.²⁴⁹ V současné době je u nás jejím významným představitelem MUDr. Prokop Remeš a k její aplikaci dochází v PL²⁵⁰ Bohnice.

Hagioterapii lze definovat jako *„psychoterapeutický přístup vycházející ze zásad existenciální psychoterapie a v jejím rámci zdůrazňující význam nábožensko – spirituálních struktur lidské psychiky pro zdravé fungování člověka. Jako projektivní nástroj umožňující setkávání s nejhlubšími silami lidského nitra používá hagioterapie Bibli“*.²⁵¹ Pro Remeše představuje psychoterapie *„zvláštní druh péče o psychické fungování člověka, která využívá léčivého potenciálu vědomých a nevědomých sil jeho nitra a která směřuje k odstranění nebo zmírnění jeho psychických obtíží“*.²⁵²

Je indikována zejména **klientům** s takovými psychopatologickými stavy, u kterých je předpokládána nedostatečná konzistence morálně hodnotových struktur. Z tohoto deficitu poté plynou poruchy motivace, jež se podílejí na etiopatogenezi poruchy. Do této oblasti se řadí klienti z oddělení závislostí, jedinci s neurotickými poruchami, poruchami životního smyslu a osobnosti.²⁵³

4.1 Definiční znaky hagioterapie

Tento směr v sobě skrývá trojjedinost, která je vyjádřitelná v trichotomii dynamické, existenciální a narativně zaměřené psychoterapie.²⁵⁴ Na tomto místě se patří vysvětlit, že v rámci narativního zaměření pracuje s příběhy tak, jak bylo ukázáno v podkapitole 2.5 Funkce příběhů a zdůrazňuje zejména první zmíněnou funkci – funkci zrcadla. Skrze tyto funkce a práci s Bibli se snaží dosáhnout předpokládané terapeutické změny. Rovněž je

²⁴⁹ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 7

²⁵⁰ psychiatrická léčebna

²⁵¹ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 8

²⁵² Tamtéž, s. 9

²⁵³ REMEŠ, Prokop. Hagioterapie-nový směr existenciální psychoterapie? In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-25]. Dostupné z: <http://www.hagioterapie.cz/?p=75>

²⁵⁴ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s.13

inspirována Hlubinně psychologickým (analytickým) výkladem Písma, který čerpá z Junga a Existenciálně analytickým přístupem Frankla a Längleho.²⁵⁵ Hagioterapie se vyznačuje třemi níže zmíněnými charakteristikami.²⁵⁶

4.1.1 Spiritualita a transcendentno

„Člověk je nevyčísitelně náboženský.“ C. G. Jung

EH²⁵⁷ předpokládá existenci nábožensko-spirituálních struktur v lidské psyché. Rovněž pokládá za pravdivý výskyt náboženskosti, jakožto pole uloženého ve sféře nevědomí a pojatého tak, jak bylo představeno v podkapitole 3.3 Svoboda (odpovědnost) v polemice s Yalomem a jeho pojetím víry. Nejedná se však o náboženskou terapii. Nevychází z víry v existenci Boha a nepracuje s věroučným obsahem náboženských systémů.²⁵⁸ K víře se vztahuje z pozice psychologie a považuje přítomnost a zralost zmíněných struktur za významný předpoklad interní integrity a duševního zdraví.²⁵⁹

WHO²⁶⁰ definuje zdraví jako „stav dokonalé fyzické, psychické a sociální pohody, která je výsledkem souladu vzájemného působení organismu a prostředí“.²⁶¹ Dočkal doplňuje tuto definici o spirituální zdraví – „jako uvědomění si něčeho, co nás přesahuje a žití v souladu s touto transcendentní skutečností“.²⁶² Mimo to, potřeba transcendence, tedy toho, že je člověk součástí většího celku (lidstva, země, přírody, celého vesmíru), stojí na vrcholu hierarchie potřeb. Tento vrchol Maslow doplnil až na konci života, proto se stává,

²⁵⁵ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 36

V této souvislosti ještě jednou připomeňme, že inspirace těmito směry a jejich prolínání, je životodárnou půdou pro toto téma, jelikož první zmíněný se orientuje předně na sebepoznání, druhý na změnu. (REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střechě: Bible a psychoterapie*. Praha: 2013, s.22)

²⁵⁶ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 9–10

²⁵⁷ Existenciální hagioterapie

²⁵⁸ Institucionálně ukotvená víra není pro hagioterapii překážkou, avšak terapeutická práce s lidmi věřícími může být obtížnější, jelikož vyžaduje nutnost práce s předporozuměním, které při terapii s Bibli může bránit setkání s vlastní hlubinnou autenticitou. (REMEŠ, P. Metodologický a/ teismus. In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. 2009-2017 [cit. 2020-05-4]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=3113

²⁵⁹ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 57

Toto však není úhel pohledu všech. Připomeňme např. Yaloma, který na víru v Boha a v lidskou jedinečnost nahlíží jako na obranu před úzkostí ze smrti. Proti tomuto pojetí by se rovněž postavil Freud. Z jeho úvah můžeme zmínit například to, že víru v Boha Otce interpretoval jako iluzorní touhu po Otci, který vše vyřeší a náboženské rituály mu připomínaly nutkavé neurozy. (Freud podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: 2007, s. 158-159)

²⁶⁰ World Health Organization (Světová zdravotnická organizace)

²⁶¹ DOČKAL, Jan. *Člověk v současném světě: než začneme studovat sociální práci*. Středokluky: 2008, s. 63

²⁶² Tamtéž.

že občas pozornosti uniká.²⁶³ Říčan tuto pyramidu komparuje s Frommem a s jeho pěti existenciálními potřebami, kde se potřeba transcendence také vyskytuje.²⁶⁴

V tomto ohledu zajímavou definici člověka přináší Frankl, který o něm tvrdí, že je „*tělesně – duševně – duchovní totalitou*“ a požaduje, aby se tato totalita brala na zřetel, tzn. aby se stala terapeutickým východiskem nejen duševní, ale i duchovní sféra v člověku.²⁶⁵ Podobnou problematikou se zabývá americký sociobiolog E. O. Wilson, který na dispozice k náboženské víře hledí jako na „*nejsložitější a nejmocnější sílu v lidské psychice*“ a „**velmi pravděpodobně nevykořitelnou součást lidské přirozenosti**“.²⁶⁶

I přes pozitivní dopad takto pojaté náboženskosti nelze opomenout destruktivní sílu, kterou v sobě náboženská praxe nese. Některé formy náboženského života mohou vést k duševním poruchám.²⁶⁷ Především se hovoří o tzv. ekleziogenních poruchách, jež jsou spojeny s rigidní výchovou, kde jsou tabuizována sexuální témata, což může vést k sexuálním poruchám. Některá patriarchálně založená společenství, především ve své zhýralé podobě, mohou praktikovat snižování významu žen a jejich vedení k podřízenosti.²⁶⁸ Další příklad nabízí Lindström, který zkoumal děti, jež byly vychovávány v tradičním a výrazně autoritářském prostředí a jejich rodiče disponovali přehnanými představami o dokonalosti, ke které děti musely směřovat. Tyto děti nazývá „Boží vnoučata“ a vyznačují se tím, že jim byl vnucován náhled na sexualitu jako na jev velmi hříšný. V důsledku atmosféry strachu se Boží vnoučata vyvíjela trojím způsobem, a to směrem k ateismu, podlehnutí dětskému vlivu a k přítomnosti pocitu méněcennosti. Třetí způsob představoval hyperidentifikaci s tím, jak byla vychovávána.²⁶⁹

Bylo řečeno, že tato práce vystupuje jako metodologicky agnostická. Nepovažuje se za kompetentní vyjadřovat se k ateistickému nebo teistickému světonázoru. Specifikem EH

²⁶³ ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: 2007, s. 233–334

Jako doklad uvádím kompletní hierarchii v příloze B.4

²⁶⁴ **Pět základních existenciálních potřeb podle Fromma zní:** (1) potřeba vztaženosti k druhým, v které má být spojena blízkost a nezávislost. (2) potřeba transcendence. (3) potřeba zakořenění. (4) potřeba identity. (5) potřeba orientačního rámce a oddanosti. (Fromm podle HJELLE, L. A., ZIEGLER, D.J. *Personality theories*. New York: 1992, s. 219. Podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: 2007, s. 233)

²⁶⁵ FRANKL, Viktor Emil. *Lékařská péče o duši: základy logoterapie a existenciální analýzy*. Brno: 1995, s. 123

²⁶⁶ WILSON, Edward O. *O lidské přirozenosti: máme svobodnou vůli, nebo je naše chování řízeno genetickým kódem?*. Praha: 1993, s. 163

²⁶⁷ Nejen náboženská praxe může mít negativní účinek, ale rovněž i falešné představy, které zaujímáme o Bohu. V tom nejzhooubnějším případě může dojít k identifikaci s tímto démonickým obrazem Boha a k jeho uplatňování v našem životě. (REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVIČOVÁ. *Nahá žena na střeše: Bible a psychoterapie*. Praha: 2013, s. 42.)

²⁶⁸ ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: 2002, s. 307

²⁶⁹ LINDSTRÖM, Harry. *Guds barnbrän – problembarn*. Stockholm: 1957. Podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: 2002, s. 308

je fakt, že v ní platí oba postuláty současně. Z hlediska **metodologického je ateistická** a na náboženskost nahlíží jako na geneticky podmíněnou a mimořádně vlivnou sílu lidského duševna. Zároveň je **metodologicky teistická**. Ačkoliv existenciální, liší se od Yaloma, který ve svém neskrývavém ateismu sebevědomě tvrdí, že svět je místo bez smyslu a odmítá objektivní existenci takového smyslu, hagioterapie razí postulát smysluplnosti a naděje. Její pohled se dá shrnout do věty: „*žít, chovat se a rozhodovat tak, jako by byl Bůh, jako by život byl dialog a jako by život měl smysl a naději*“.²⁷⁰

4.1.2 Otcové pouště

Existenciální hagioterapie čerpá inspiraci z praktické démonologie Otců pouště. Prokop Remeš vidí v démonech „*destruktivní vzorce chování a přemýšlení o světě, které vycházejí ze zaplavujících emočních stavů a jsou neslučitelné s habituálním stavem vědomí. Člověk si uvědomuje, že se jedná o skutečnosti v jeho psychice, ale současně to cítí jako něco jiného*“.²⁷¹ Hagioterapie má za to, že destruktivní algoritmy v lidské psychice nelze přímo měnit a potlačovat posilováním vůle, ale proměňuje psychické pole člověka a skrze tuto proměnu se snaží, aby algoritmy ztratily nad klientem moc. Inspirací jsou pro ni právě Otcové pouště a jejich praktická démonologie.²⁷²

Remeš vidí podobnost práce s autonomními komplexy u starých mnichů s dvanácti kroky Anonymních alkoholiků, zejména s prvními třemi:

- 1) „*Přiznali jsme si svou bezmocnost vůči alkoholu – naše životy se staly nezvládnutelnými.*“
- 2) „*Dospěli jsme k víře, že jen Síla větší než je naše vlastní nám vrátí duševní zdraví.*“
- 3) „*Rozhodli jsme se předat svou vůli a svůj život do rukou Boha, tak jak Ho my sami chápeme.*“²⁷³

Struktura jejich programu vychází z předpokladu neschopnosti člověka změnit život vlastním úsilím, proměnit vlastní životní modus. Připuštění vlastní nedokonalosti před Boží tváří vede k proměně v modus nový.²⁷⁴ Tyto dvě základní strategie dosažení pozitivní

²⁷⁰ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2020, s. 58

²⁷¹ MUDr. Prokop Remeš – Spiritualita Otců pouště (přednáška, část 1). In: Youtube [online]. 05.06.2018 [cit. 10.02.2020]. Dostupné z <https://www.youtube.com/watch?v=gr9gJFJYT7U>. Kanál uživatele CCSHHK

²⁷² REMEŠ, Prokop. Hagioterapie, Otcové pouště a Anonymní hnutí. In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. 2009-2017 [cit. 2020-04-06]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=9910

²⁷³ *Dvanáct kroků a dvanáct tradic*. New York: 2000, s. 5

²⁷⁴ REMEŠ, Prokop. Dvanáctikrokový program In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. 2009-2017 [cit. 2020-04-28]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=7625

emoční bilance označuje Fromm jako *modus mít* a *modus být*. První strategie je charakteristická naplňováním neuspokojených potřeb, tužeb. Druhá tkví ve vděčnosti a úžasu z dobra duchovní a materiální povahy, jež je člověku aktuálně k dispozici.²⁷⁵ EH uznává za pravdivé, že dosahování pocitu spokojenosti je antropologická konstanta a za terapeuticky principiální považuje dešifrování těchto taktik.²⁷⁶

V praxi dojde k tomu, že „jedinec rezignuje na svou snahu bojovat přímo svojí silou a vůlí proti destruktivním závislostním algoritmům.“²⁷⁷ Toto později vede k „restartování psychického pole a podlomení moci destruktivního algoritmu“.²⁷⁸

Klienti trpící závislostí na alkoholu velmi často při hagioterapii interpretují evangelijní Ježíšův boj na poušti, kde je pokoušen ďáblem jako intrapsychický dialog, tzn. Ježíš hovoří s ďáblem ve své vlastní psychice (Mt 4,1-11). Zde lze spatřovat analogii k našemu každodennímu životu, kdy lidé vedou vnitřní dialog mezi svým autentickým Já a Já destruktivním (znásobeno ještě více u duševních poruch). Můžeme si zde položit otázku, zda tímto způsobem svou démonologii vnímali i staří mniši. Remeš říká, že při podrobnějším přemýšlení není nikterak od věci říci, že je to vskutku možné.²⁷⁹

4.1.3 Bible a její příběhy

Hagioterapie pracuje s **hlubinně a existenciálně analytickým výkladem Písma**. Tato forma se nesoustředí na analýzu textu, ale na rozbor komunikace, čímž čtenáře uvádí do interakce s Bohem. V praxi se ukazuje, že při této formě výkladu lidé pociťují větší zasažení, a to v jiných oblastech, než jak to činí běžná hermeneutika a interpretace na rovině informací. EH tak vychází z teorie komunikační psychoterapie z Palo Alto v Kalifornii, jež postuluje, že každé sdělení v sobě skrývá mimo informační roviny i rovinu interpretační a tuto teorii aplikuje na Bibli. Písmo nám na jedné straně sděluje informace o povaze bytí, na

²⁷⁵ E. Fromm podle REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše: Bible a psychoterapie*. Praha: 2013, s. 23

Pro zajímavost můžeme uvést, že námi rozebíraná pasáž o požití zakázaného plodu bývá interpretována taktéž jako obraz touhy člověka brát život do svých rukou. První lidé byli hluboce ukotveni v *modu mít* a chtěli dosáhnout štěstí skrze „něco mít, vlastnit“, což jim nabízel právě had a většina z nás žije podle jejich vzoru. (REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše: Bible a psychoterapie*. Praha: 2013, s. 24)

²⁷⁶ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 28

²⁷⁷ REMEŠ, Prokop. Hagioterapie, Otcové pouště a Anonymní hnutí. In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-06]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=9910

²⁷⁸ Tamtéž

²⁷⁹ MUDr. Prokop Remeš – Spiritualita Otců pouště (přednáška, část 1). In: Youtube [online]. 05.06.2018 [cit. 10.02.2020]. Dostupné z <https://www.youtube.com/watch?v=gr9gJFJYT7U>. Kanál uživatele CCSHHK

straně druhé může představovat formu komunikace mezi Bohem a člověkem.²⁸⁰ Remeš říká, že v sobě mimo informační roviny nese i akční složku. Tento činný element může působit na náš emoční aparát a směřovat nás k určitému typu jednání.²⁸¹

V předchozí kapitole došlo k analýze biblických textů ve spojení se čtyřmi základními záležitostmi, které byly předloženy jako eventuality, jež lze v textu spatřit. Výběr těchto existenciál nebyl nahodilý, ale poskytl teoretický základ pro jejich uchopení, který je inspirací i pro hagioterapii. Ta v mnohém s Yalomem souhlasí a přejímá od něj, avšak od čteného se taktéž distancuje a zaujímá jiné stanovisko. Podstatnou shodou je fakt, že **hagioterapie společně s Yalomem mezi základními záležitostmi akcentuje smrt.**²⁸² Jako další důvod ke zvolení těchto existenciál uveďme zkušenost z hagioterapeutických sezení, která ukázala, že se existenciální témata vynořují téměř při každé práci s textem a je možné se k nim dostat skrze rozvíjení debat o dopadech nejrozličnějších etických, filozofických, náboženských a morálních problémech na život člověka.²⁸³

Ve třetí kapitole bylo taktéž řečeno, že v závěrečné části dojde k upřesnění, jak tyto existenciály spatřit. Odpověď podává právě hagioterapie. Nyní se soustředíme na její praktické uskutečnění. EH je skupinovou formou psychoterapie a jejím jádrem jsou skupinové „meditace“ nad vybranými pasážemi z Písma. Jedná se o zásadně tematicky orientované skupiny a jejich problémy jsou inspirovány biblickou látkou stejně tak, jako v nich zahrnutými morálními konflikty a životními postoji. Skupiny jsou direktivně řízené, fluktuující a průběžně obměňované. Očekává se, že se každý účastník vyjádří k probíranému tématu z hlediska své vlastní zkušenosti. Záměrem skupiny je pak zpracování názorů a postojů.²⁸⁴

Na počátku každé skupiny stojí úvod s „rozehřívací otázkou“. Začíná vstup do příběhu, první čtení a následné objasnění kontextu děje (historicko – literárně – kulturní). Následuje čtení druhé, kdy jsou opět vyjasňovány případné nejasnosti. Při třetím čtení, které realizuje sám terapeut, jsou účastníci vybídnuti k imaginaci a současně k náhledu na své emoční prožitky. Po následném pětiminutovém ztišení má každý možnost vyjádřit to, co ho

²⁸⁰ Tuto myšlenku můžeme komparovat s dialogickým principem Martina Bubera, který je představen v první kapitole práce.

²⁸¹ REMEŠ, Prokop. Hlubinně a existenciálně analytický výklad Bible. In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-25]. Dostupné z: <http://www.hagioterapie.cz/?p=45#more-45>

²⁸² REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 31

²⁸³ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 96

²⁸⁴ REMEŠ, Prokop. Hagioterapie-nový směr existenciální psychoterapie? In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-25]. Dostupné z: <http://www.hagioterapie.cz/?p=75>

v příběhu zaujalo. Závěrem jsou všichni vybídnuti k tomu, aby formulovali své největší obohacení.²⁸⁵

4.2 Změna klienta

Naše největší svoboda spočívá ve volnosti výběru postoje. V. E. Frankl

V úvodu bylo řečeno, že je práce inspirovaná slovy Martina Bubera, tzn. myslí si, že pro změnu je důležité sebepoznání. Larry Crabb souhlasí a oznamuje, že skutečná změna je možná, pokud pohlédneme do svého nitra a zahledíme se do vlastního vnitřního prožívání, které velmi často přirozeně popíráme.²⁸⁶ Při celém komplexním procesu sebepoznání a změny však záleží na tom, jaký zaujímá osoba postoj sama k sobě. Uvidíme, že se EH snaží o akceptaci těch osobnostních rysů, jež odmítáme a nahlížíme na ně jako na negativní. Kohoutek uvádí, že obecně platí, že osoby s pozitivním postojem vůči sobě inklinují k objektivnějšímu poznání sebe sama. Jsou též schopny uvědomit si i své negativní rysy a spíše akceptovat je bez sebepohrdání.²⁸⁷ Slovy Fromma: „*pokud sebepoznání slouží k uvědomění si pravdy o sobě samém a spíše k vlastnímu vývoji než k introjekci cizího Já vnuceného autoritami, pak je velikou lidskou hodnotou*“.²⁸⁸

V podkapitole 2.1 Psychoterapie, byla tato psychoterapeutická změna obecně definována v rámci znaků a cílů psychoterapie. Během terapeutického procesu však klient může začít vykazovat známky odporu vůči takovéto změně, jehož manifestace je variabilní v závislosti na heterogenitě klientů. V takovém případě záleží na schopnostech terapeuta rozklíčovat, čemu se přesně klient brání a z jakého důvodu.²⁸⁹

Aby terapeutická změna byla úspěšná, dochází k testování teorií terapeutické změny. Přesná podoba této proměny se liší v závislosti na druhu psychoterapie. Tento typ výzkumného plánu testuje, zda určitá forma terapeutické interakce vede k teoreticky předpokládaným účinkům na klientovo chování v průběhu setkání.²⁹⁰ Při této změně hraje roli i osobnost terapeuta a jeho dovednosti, jež při terapii využívá cíleně k tomu, aby došlo

²⁸⁵ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 83-100, více o průběhu hagioterapie a jejich krocích dle EA na: REMEŠ, P. Formální rámec. In: *Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu* [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-28]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=333

²⁸⁶ CRABB, Larry *Skutečná změna je možná, jestliže začneš uvnitř*. Praha: 2017, s. 34

²⁸⁷ KOHOUTEK, Rudolf. *Poznávání a utváření osobnosti*. Brno: 2001, s. 187

²⁸⁸ FROMM, Erich. *Umění být*. Praha: 1994, s.77

²⁸⁹ VYBÍRAL, Zbyněk a Jan ROUBAL, *Současná psychoterapie*. Praha: 2010. s. 103

²⁹⁰ VYBÍRAL, Zbyněk a Jan ROUBAL, *Současná psychoterapie*. Praha: 2010, s. 549

ke klientově proměně. Dovednosti se týkají umění vést rozhovor, užívání technik a vytvoření důvěrného vztahu.²⁹¹ Lambert vyjádřil přibližnou proporcionalitu proměnných, jež se podílejí na tom, jak terapie působí následovně:

- 1) ze 40 % jsou za změnu k lepšímu odpovědné faktory, jež nejsou na psychoterapii závislé. Například okolnosti, které klienta provází, sociální opora atd.
- 2) z 30% faktory, které nezávisí na teoretickém zaměření terapeuta: empatie, povzbuzování, vstřícnost atd.
- 3) z 15 % má na změně podíl očekávání, že terapie pomůže a uvědomění si děje léčení.
- 4) dalších 15 % tvoří užité techniky²⁹²

Simplifikované shrnutí může znít, že „psychoterapie může mít efekt tam, kde je klient připraven se měnit a terapeut s ním umí navázat kvalitní terapeutický vztah. Tuto ‚dvojkombinaci‘ ovlivňuje závažnost klientova trápení, krize nebo vyčerpání.“²⁹³

Jelikož je hagioterapie skupinovou terapií, vezmeme v úvahu i Yaloma, který ve své knize *Teorie a praxe skupinové psychoterapie* uvádí, že terapeutická změna je velmi komplexním procesem a realizuje se skrze interní souhru lidských zážitků, jež nazývá „terapeutické faktory“. Jejich výčet zní: naděje, univerzalita, předání informací, altruismus, korektivní rekapitulace primární rodiny, rozvoj socializace, napodobující chování, interpersonální učení, skupinová soudržnost, katarze a existenciální faktory.²⁹⁴

Je potřebné počítat s tím, že změna není u všech klientů stejná. Někteří se zlepšují poměrně plynule, jiní skokově. Jedná se velmi často o pomalý proces. Existují klienti, pro které je jen pomýšlení na změnu, ukončení terapeutického procesu problematické, jelikož se bojí toho, že by je terapeut opustil, proto pokrok skrývají.²⁹⁵ Shrňme tedy, že se jedná o komplexní proces, jenž závisí na mnoha faktorech a v jeho průběhu se mohou objevit značné překážky.

²⁹¹ VYBÍRAL, Zbyněk a Jan ROUBAL, *Současná psychoterapie*. Praha: s. 30

²⁹² Lambert podle VYBÍRAL, Zbyněk a Jan ROUBAL, *Současná psychoterapie*. Praha: s. 34-35

Ne vždy má terapie žádoucí účinky, může způsobit i zhoršení stavu. Míru ublížení lze předpokládat cca. mezi 5-10 %. Je ale nutné upozornit, že ne vždy jsou zhoršení způsobena terapií a terapeut jim může zabránit. Rovněž, jak uvádí Vybíral a Roubal, terapeuti nejsou onnipotentní. (VYBÍRAL, Zbyněk a Jan ROUBAL, *Současná psychoterapie*. Praha: 2010, s. 34)

²⁹³ VYBÍRAL, Zbyněk a Jan ROUBAL, *Současná psychoterapie*. Praha: s. 35

²⁹⁴ YALOM, Irvin D. *Teorie & praxe skupinové psychoterapie*. Hradec Králové, 1999, s. 21.

Podrobnější popsání těchto faktorů a informace o terapeutickém procesu se nachází na YALOM, Irvin D. *Teorie & praxe skupinové psychoterapie*. Hradec Králové, 1999, s. 24–137

²⁹⁵ Tamtéž, s. 434

Samotná EH se soustřeďuje na terapeutickou proměnu klienta prostřednictvím kontaktu s existenciálními tématy, předně, jsou-li propojeny se spiritualitou, náboženstvím a transcendentem.²⁹⁶ Bezprostředním cílem hagioterapie je pak nový náhled na život, který může vést k jeho pozitivní proměně. K tomuto jí primárně slouží Bible, jakožto zrcadlo lidského myšlení, chování a prožívání.²⁹⁷ Pracuje s příběhy z Písma a podporuje tím sebepoznání člověka a jeho změnu.

V následujících řádcích budou konkretizovány dvě cesty proměny, které EH nabízí. Tyto změny jsou odvozeny od dvou cílů hagioterapie tak, jak je definuje sám Prokop Remeš. Jelikož v hagioterapii jde sebepoznání a změna ruku v ruce, tyto změny se rovněž dotýkají poznání toho, co je v nás autentické – sebepoznání.

4.2.1 Změna skrze rozbití falešného Já

„Když již nemůžeme změnit situaci, je výzvou změnit sebe.“ – V. E. Frankl

Obecný cíl hagioterapie je *„rozbití obrazu falešného sociálního Já, respektive rezignace na závislost klienta na jeho vlastním sociálním sebepojetí. Současně se zaměřuje na přitakávání pravému, dosud většinou odmítanému autentickému Já. Konečným terapeutickým cílem v tomto smyslu je navození stavu vstřícnosti k zásadní osobnostní proměně a restrukturalizaci hodnotového systému.“*²⁹⁸

Tato osobnostní transformace se děje prostřednictvím již zmíněného přetvoření psychického pole, k čemuž vede mnoho cest. Za nejpodstatnější považuje EH tematizaci existenciál: smrti, viny, odpovědnosti, osamělosti, svobody, smyslu života atd. Tato témata se vynořují během práce s biblickými texty.²⁹⁹

Popisovaná změna se dotýká akceptace autentického vnitřního prožívání. K otázce autenticity se vyjadřuje Yalom a sám uvádí, že se setkává u svých klientů s pochybnostmi o autentickém prostředí terapie. Někteří prohlašují, že jejich chování ve skupině je atypické, nepředstavuje jejich skutečný život a celá situace je umělá. Yalom souhlasí, že skupinová terapie je do jisté míry umělým prostředím, protože členové si své spoluklienty nevybrali jako přátele, nežijí spolu, nestolují apod. Ovšem zdůrazňuje, že skupina může být mnohem

²⁹⁶ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 9

²⁹⁷ Tamtéž, s. 41

²⁹⁸ REMEŠ, Prokop. Hagioterapie-nový směr existenciální psychoterapie? In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-27]. Dostupné z: <http://www.hagioterapie.cz/?p=75>

²⁹⁹ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 95-96

reálnější než okolní svět. Její členové často procházejí významnými životními zkušenostmi. Nelze tvrdit, že se jedná o něco neautentického. Klienti se často přiznávají, že řekli něco, co nikdy nikomu neprozradili, snaží se být upřímní a odstraňují vnější masky a fasády.³⁰⁰

Tématu autentického Já se práce dotkla již s archetypem bytostného Já. Pro Junga znamená toto Já zážitek odpoutání a objektivitu, kterou charakterizuje jako odpojení od citové sounáležitosti.³⁰¹ Bezpochyby oprávněně vznáší Říčan dotaz, do jaké míry je Jungovo pojetí trasou do samoty. Do kontrastu lze položit „autentické Já“ Bubera, tedy Já ze vztahu Já – Ty, veskrze dialogické.³⁰² Hagioterapii však nejde o definování otázky této autenticity, ale, jak stojí výše, přitakat našemu Já, které většinou **odmítáme**. Nelze tedy obsáhnout objektivní definici, co tím hagioterapie myslí, neboť tato zavrhaná skutečnost je variabilní v závislosti na situaci klienta.

Přesto však můžeme zkonkretizovat to, co hagioterapie pod touto autentičností spatřuje. Remeš prohlašuje, že v konečném důsledku se EH snaží podporovat faktory, jež klienta přemísťují z běžné formy existence do více autentičtějšího modu. Je to právě onen modus být, který se objevil v oddílu 4. 1. 2. Otcové pouště.³⁰³ Halamová a Remeš označují tento životní způsob jako „homo religiosus“, člověk náboženský, jelikož tento modus reprezentuje konečné místo pro všechny mocné spirituality světa. Jedinec tohoto ražení je totiž velmi vděčný za to, čím disponuje teď a tady.³⁰⁴ Klient by se měl odpoutat od egoistického „mít“, které má za následek redukci lidské existence na honbu za všestranným ziskem.³⁰⁵ Takto pojatý životní postoj je změna, kam se hagioterapie snaží dojít.

K poznání tohoto Já slouží v hagioterapii **imaginace**. Kastová konstatuje, že mít imaginativní schopnost znamená, „že člověku je dáno, aby více či méně vědomě viděl obraz něčeho, co už nebo ještě není a co se možná ani nikdy nestane“.³⁰⁶ Představy, které vlastníme, nám pomáhají uchopit svět. Rovněž vcítění nám může pomoci změnit náš pohled na realitu, předně, jsou-li tyto představy určovány našimi problémy.³⁰⁷ Její terapeutické účinky spočívají v tom, že člověk je díky práci na obrazech otevřenější pro více hledisek prožívání a jednání. Během procesu imaginace se přibližujeme k emocím a můžeme zaujmout odstup od negativních názorů na nás samotné. Obrazy jsou též schopny vyjevit

³⁰⁰ YALOM, Irvin D. *Teorie & praxe skupinové psychoterapie*. Hradec Králové, 1999, s. 65–66

³⁰¹ Jung podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: 2007, s. 200

³⁰² ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: 2007, s. 201

³⁰³ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 42

³⁰⁴ REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše: Bible a psychoterapie*. Praha: 2013, s. 23
Cestu člověka, který se snaží vymanit z modu mít a vstoupit do autentičtějšího životního modu být popisuje Anthony de Mello v knize *Bdělost* a je uvedena v příloze A.2

³⁰⁵ NAKONEČNÝ, Milan. *Psýché: Základy a záhady duševního života*. Praha: 2017, s. 533

³⁰⁶ KAST, Verena. *Imaginace jako prostor setkání s nevědomím*. Praha: 2010, s. 13

³⁰⁷ Tamtéž, s. 14

podstatné aspekty osobnosti, které doposud nebyly řádně integrovány.³⁰⁸ Takto pojatá imaginace slouží jako prostředek sebepoznání.

Hagioterapie spojuje imaginaci s „**překládáním jazyků**“. Každý člověk vlastní osobitý jazyk, kterým zachycuje svou autenticitu. Oproti němu vystupuje jazyk biblického příběhu. Neustálý pohyb mezi jazykem „teď a tady“, tedy klientovým vlastním prožíváním a jazykem „tam a kdysi“ biblického příběhu má efekt, který umožňuje prožívat situaci příběhu jako model, jež zrcadlí autentickou zkušenost.³⁰⁹

Při terapeutickém procesu dostává imaginace svůj prostor při třetím čtení biblického textu. Klienti jsou vyzváni k tomu, aby zavřeli oči a zaujali správnou polohu vsedě. Prosba zní: „*Sledujte příběh všemi smysly, jako byste tam byli a příběh sám vás povede k místu, které je pro vás důležité*“.³¹⁰ Terapeut imaginaci ovšem neprovádí, ale nechává ji plynout. Po imaginaci dochází k pětiminutovému ztišení, kdy nastává reflexe pocitů a následně každý dostane slovo, aby vyslovil, jak imaginaci prožíval. Skrze obrazy, které člověk prožil, se postupuje k hlubinným vnitřním dynamikám a rozebírá se, proč se v mysli vynořily právě tyto obrazy a pozornost se soustřeďuje i na to, k jakým životním předporozuměním tyto obrazy odkazují.³¹¹

Jak lze s tímto autentickým Já, které často odmítáme pracovat, ukazuje funkce zrcadla. Pro ilustraci uveďme podobenství o nepoctivém správci (Lk 16, 1-9). V tomto příběhu nastává neuvěřitelná situace. Ježíš nepoctivého správce neodsuzuje a nekritizuje. Ba naopak, pochválí ho, že jedná rozumně. Pro mnohé pobuřující reakce může nabrat jiných kontur, vstoupíme – li do tohoto příběhu a prožijeme ho v postavě správce. V ten moment bude Ježíš chválit naše jednání, za které se stydíme, kvůli kterému se užíváme a cítíme pocit viny. Ježíš zde promluví k našemu odmítanému Já. Skrze tento prožitek se dostaneme přímo do centra milosti, bezpodmínečné lásky a pocítíme osvobození od vin, úzkostí a jiných „svazujících a trýznivých pocitů“.³¹² Popisovaná zkušenost se může stát prostředkem našeho vlastního uzdravení.³¹³

³⁰⁸ Tamtéž, s. 22

³⁰⁹ REMEŠ, Prokop. Metody a techniky In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-27]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=342

³¹⁰ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 87-88

³¹¹ Tamtéž, s. 89

³¹² Podobnou zrcadlicí schopnost může mít i námi rozebíraná pasáž Gn 1-3, konkrétně Gn 3, 14–19, která pojednává o následcích za neuposlechnutí Hospodinova příkazu nejíst ze stromu poznání dobrého a zlého. Jiří Beneš poukazuje nato, že člověku je zde darována budoucnost, kterou si ani nezaslouží. Nejenže člověk není potrestán, jak by se dalo čekat, prokleti jsou totiž had a země, ale navíc od Boha dostane další šanci. Ukazuje se tady, že vztah Boha k člověku je velmi pevný a člověk ho žádným svým činem nemůže zpřetrhat. Před námi se tak vyskytuje další pole obrovského milosrdenství (BENEŠ, Jiří. *Pradějiny*. Praha: 2010, s. 102)

³¹³ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 74–76

4.2.2 Změna skrze hodnotový vývoj a zaujímání postojů

Speciální cíl hagioterapie postihuje oblast morálně axiologickou a „v prvním stupni spočívá v procvičování schopnosti přijímat odlišné sociální perspektivy, v konkrétním případě tedy schopnosti prožitkového ztotožňování se s jednotlivými postavami biblických příběhů. V druhém stupni jde o schopnost zaujímání hodnotově morálních postojů k nejrůznějším morálním dilematům“. ³¹⁴

Nejprve se dotkneme první možné **změny skrze hodnotový vývoj**. Specifikem EH je její tvrzení, že „věřící není nikdy úplně věřící a nevěřící není úplně nevěřící“. ³¹⁵ Vychází tak z J. W. Fowlera a jeho poznatku, že hranice mezi teismem a ateismem není zcela jasná. ³¹⁶ Nejdůležitějším teoretickým podkladem je pro ni čtyřstupňový model **M. S. Pecka**, který se soustředí na deskripci psychické struktury imperativů, tedy jak a kde má být správně hledáno. ³¹⁷ Jeho vývoj ontogeneze spirituality zní následujícím způsobem:

A. Fáze I. - chaotická, antisociální („správné = já chci“)

Vztahy jedinců, kteří se v této fázi nacházejí, jsou ryze manipulativní a nesené sobeckostí. Toto stádium se vyznačuje tím, že člověk nemá zásady a řídí se pouze vůlí, která si žije svým vlastním životem a Peck proto hovoří o absenci integrity. Zde sídlící lidé často končí ve věznicích nebo se ocitají v jiných společenských obtížích.

B. Fáze II. – formální, institucionální („správné= vyšší řád“)

Občas se někomu podaří proniknout do druhé fáze. Tyto přechody bývají převážně náhlé, dramatické a skok se rovněž jeví jako nevědomý. Druhá etapa je spojena s určitou institucí, pro někoho to může být vězení, armáda, církev či jiné zařízení. Hlavní hodnota pro lidi v této fázi je stabilita a jsou závislí na normách, formách a pravidlech.

C. Fáze III. – skeptická, individuální („správné= smysluplné“)

Osoby v tomto stádiu jsou individualisté, ale rozhodně nejsou antisociální, ba naopak, prokazují velkou oddanost sociálním záležitostem. Podrobují všechny skutečnosti kritice

³¹⁴ REMEŠ, Prokop. Hagioterapie-nový směr existenciální psychoterapie In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-25]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=329

³¹⁵ REMEŠ, Prokop. Co je hagioterapie In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-05-08]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=11624

³¹⁶ REMEŠ, Prokop. Hagioterapie-nový směr existenciální psychoterapie In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-25]. Dostupné z: <http://www.hagioterapie.cz/?p=75>

³¹⁷ REMEŠ, Prokop. Ontogeneze spirituality In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-25]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=329

a jsou podřízeni zásadám. Jsou charakterističtí autonomním hledáním pravdy a kriticky skládají informace do smysluplných celků.

D. Fáze IV. – mystická, společenská („správné= ne-narcistické)

Jedince tohoto stupně lze postavit do kontrastu s osobami ve II. fázi, kteří k životu potřebují opět na jednoduchých a ohraničených strukturách, vyznačujících se až dogmaticností. Oproti nim lidé v této fázi milují tajemství, proto je Peck komparuje s mystiky a vysvětluje tuto fázi na pozadí mysticismu. Rovněž jsou již zběhlí v osvobozování se od předpojatých názorů na sebe sama a měli by být schopni nahlížet bez předsudků. Toto stadium se rovněž označuje jako společenské a to proto, že tito jedinci si nejlépe uvědomují fakt, že svět je komunitou a to, co nás svazuje žít v separovaných kójiích, je právě nedostatek tohoto uvědomění.³¹⁸

Peck osoby v I. a II. fázi označuje jako recidivisty a hovoří o jejich opakovaném propadávání na nižší stupeň. Rovněž popisuje kolísání mezi II. a III. fází.³¹⁹ Tato ontogeneze spirituality³²⁰ nemá přímočarý vývoj, ale může ustrnout v některé fázi nebo klesnout na nižší úroveň. Z historického hlediska je zajímavá výpověď Otců pouště, kteří nám říkají, že ideálem duchovní cesty nebyla morální bezchybnost, ale duševní zdraví. Duše je dle nich zdravá tehdy, pokud je „*sama v sobě integrována, ve všech svých biologických, morálních i hodnotových dimenzích*“.³²¹

Hagioterapie považuje Peckův popis za inspirativní, avšak její zkušenosti se mírně liší, zejména ve vyšších stupních. Zmiňme jen fakt, že na podkladě **Kohlbergových výzkumů**³²² bylo nutné mezi II. a III. stupeň zařadit ještě stádium vývojově slepé a zdánlivě regresivní, jež se dá označit jako *hodnotově – relativistické („správné= nemáš pravdu“)* Lidé v tomto stádiu se zásadně vymezují proti nárokům autority. Jde o projev narcistního

³¹⁸ PECK, M. Scott. *V jiném rytmu: vytváření komunit*. Olomouc: 1995, s. 141–144, doplněno informace v závorkách z REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVI. *Nahá žena na střeše: Bible a psychoterapie*. Praha: 2013, s. 102

³¹⁹ Tamtéž, s. 144

³²⁰ Pojem spiritualita zde přejímám tak, jak ji ve svém pojednání nazývají Vojtíšek a Dušek, tedy jako složku osobnosti, která se konstituuje na základě vnímání posvátnosti a k jejímu dalšímu vývoji dochází ve vztahu k posvátnému. Tento pojem odkazuje na „osobní duchovní život jednotlivce“, ne na náboženské instituce. (VOJTÍŠEK, Zdeněk, Pavel DUŠEK a Jiří MOTL. *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Praha: 2012, s. 12)

³²¹ REMEŠ, Prokop. Hagioterapie-nový směr existenciální psychologie? In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-27]. Dostupné z: <http://www.hagioterapie.cz/?p=75>

³²² Kohlberg zrekonstruoval stupně vývoje morálního usuzování na podkladě výzkumů s 72 chlapci prostřednictvím 10 hypotetických rozhodnutí. Na základě těchto rozhovorů rozlišil 6 stupňů. Dle něj jednotlivci procházejí stupni postupně a v totožném pořadí. Přirozeně se může rychlost vývoje lišit, nebo se na některém ze stupňů zastavit. I jeho studie se ale nevyhnuly kritice, například, že málo zohledňují strukturální odlišnosti v morálním myšlení (HEIDBRINK, Horst. *Psychologie morálního vývoje*. Praha: 1997, s. 72–74)

vzdoru a o pokus uniknout pocitu bezmocnosti. Rovněž upozorňuje na to, že žádný vývojový stupeň nepředstavuje popření předchozího (s výjimkou zmíněného mezistupně), nýbrž jeho prohloubení.³²³ Spojení Kohlberga a Pecka popisuje na teoretické úrovni alespoň částečně vývojovou změnu tak, jak ji vnímá hagioterapie.

I přes odlišnosti a fakt, že v běžném životě může člověk regredovat k méně zralým algoritmům, je tento ontogenetický vývoj pro hagioterapii klíčový. V její praxi se totiž změna uskutečňuje skrze pomoc ve strukturálním vývoji osobnosti klienta. Zdrojem takovéto změny může být prožitek **disonance**.³²⁴ Teorie kognitivní disonance říká, že pokud se nachází dva poznatky v rozporu, zpravidla to vede k jejich přezkoumání. Tato teorie se však soustřeďuje na situace, kdy jeden z poznatků je nepopiratelný, zatímco druhý je možné přeměnit, ovšem za cenu sebeklamu. Disonance je významným faktorem formování postojů a přesvědčení.³²⁵ Tento termín rovněž popisuje negativní prožitek, jež vyplývá ze zmíněného rozporu mezi chováním, emocemi a názory. Zážitek stravujícího prožitku vede k hlubšímu ponoření do sebe sama.³²⁶ Skrze tento prožitek může dojít ke změně, kdy stávající postoje, pocity a poznatky klienta nemohou adekvátním postupem organizovat jeho interní zkušenost, ale nabízí se mu eventualita strukturace vyššího a zralejšího systému, řádu.³²⁷

Ke **změně v rámci zaujímání postojů** lze říci následovně. Prostřednictvím práce s biblickými texty klient zaujímá nové postoje a skrze snahu hodnotit příběh v kategoriích dobra a zla pracuje s morální rovinou. Hagioterapie klade důraz na to, aby hodnocení vycházelo z emočního prožívání a korespondovalo s ním. Jelikož se zde klienti dotýkají roviny morální, souvisí tato práce i s oblastí svědomí.³²⁸

³²³ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 53–55

³²⁴ Tamtéž, s. 55

³²⁵ ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: 2002, s. 124

³²⁶ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 93

³²⁷ Tamtéž, s. 55

O potenciálu disonance proměnit člověka hovoří i Yalom v souvislosti se smrtí. Konfrontace s vlastní smrtí představuje hraniční situaci. „*Přestože fyzická smrti člověka ničí, představa smrti jej může zachránit.*“ Smrt v tomto případě představuje katalyzátor, který může vystřelit člověka z jednoho stavu bytí do druhého, vyššího. V případě, že si člověk uvědomí smrt, přestane se zabývat nepodstatnými záležitostmi a jeho život nabude hloubky a získá jinou perspektivu. (YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 234)

³²⁸ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 52

V rámci práce s knihou Genesis si můžeme dovolit uvést menší zajímavost. EH se snaží dosáhnout změny skrze toto morální hodnocení v kategoriích dobra a zla. Nabytí této schopnosti je však v konečném důsledku důvodem vyhnání člověka z ráje, jeho zapuzení. „Prvotní pád“ se v tomto případě může stát vzestupem člověka. Pro zamyšlení vzpomeňme Sedláčka, který uvádí, že jsme sice dobro a zlo schopni poznat, ale nejsme způsobilí ho činit a hovoří o nezamýšleném zlu dobrých skutků. Do kontrastu můžeme postavit Mandevillovu teorii neviditelné ruky, jež říká, že všechny naše neřesti se v posledku transformují v obecné blaho (SEDLÁČEK, Tomáš. *Ekonomie dobra a zla: po stopách lidského tázání od Gilgameše po finanční krizi*. Praha: 2009, s. 100-101)

K práci s **pluralitou postojů a jejich polarizací** využívá hagioterapie A–B–C model psychoterapie. V tomto modelu určitá událost **A** (= activating event) vyvolává emocionální odezvu **C** (= consequences) obzvláště díky zprostředkujícímu vlivu kolekce názorů, postojů a přesvědčení jedince **B** (= belief system).³²⁹ EH vychází z toho, že existuje – li identická aktivující událost **A** (biblický příběh) a rovněž rozličnost vstupů **C** (variabilita názorů na daný příběh), pak je tento fakt vysvětlitelný rozličností vnitřního světa klientů **B** (systém přesvědčení). Tato pluralita názorů je ve skupinovém dění částečným cílem.³³⁰

Yalom považuje tuto variabilitu prožívání za základní axiom skupinové terapie a rovněž registruje, že klienti nezdědka reagují na jeden podnět odlišným způsobem. Existenci deseti různých reakcí na jednu událost zdůvodňuje tím, že v člověku „žije“ právě deset různých vnitřních světů. Analýza různorodých reakcí je pro něj „*via regia – královská cesta do vnitřního světa skupiny.*“³³¹

Rozdílně se též klienti identifikují s biblickými postavami. Terapeut se tuto různorodost nesnaží tlumit, naopak ji podporuje. Přes snahu porozumět příběhům a postavám se klienti učí porozumět sami sobě. Zároveň se snaží odhadovat prameny motivace chování postav. Tento proces ztotožňování s postavami má za cíl napomáhat, měnit a rozvíjet porozumění vlastní osobě, vcítění do druhých, mezilidské vztahy atd..³³²

³²⁹ PAULÍK, Karel. *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: 2010, s. 156

³³⁰ REMEŠ, Prokop. *Metody a techniky* In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-28]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=342

³³¹ Irvin D. YALOM *Teorie & praxe skupinové psychoterapie*. Hradec Králové, 1999, s. 65

³³² REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 92

Závěr

Cílem této práce byla deskripce sebepoznání skrze práci s biblickými texty a terapeutické změny klienta v kontextu hagioterapie. Proto v první kapitole byly nejprve obecně definovány pojmy, které se pojí se sebepoznáním a sebepoznání samotné. Zde i v celé práci jsem se soustředila spíše na kladné skutečnosti vztahující se ke změně, avšak jsem si vědoma i stinných stránek, které jsem se též snažila zohlednit. Rovněž zde bylo zmíněno rozdělení metod sebepoznání, a to takovým způsobem, aby výběr metod korespondoval s praxí hagioterapie. Jelikož se v této práci jedná o sebepoznání našeho vnitřního prožívání, uvedla jsem i „okénko JOHARI“, abych zpřehlednila toto pole našeho bádání. Kvůli jednotnému pohledu a poskytnutí teoretického rámce, z kterého hagioterapie vychází, je celá práce nesena analytickou psychologií Junga, narativní psychoterapií a existencialismem. Zvláštní pozici zaujímá Jungova hlubinná psychologie, předně jeho teorie archetypů, jež je jedním ze základních podkladů pro možnost sebepoznání skrze práci s biblickými texty.

Jelikož sebepoznání a změna jsou realizovány pomocí práce s biblickými texty, celá druhá kapitola se soustředila na uchopení biblických příběhů a postav tak, aby bylo jasné, jak je Písmo v této práci pojímáno. Ještě jednou zdůrazňuji, že se nejedná o teologickou práci, ačkoliv je teologických podnětů užito, ale v konečném důsledku je na Písmo nahlíženo z pozice psychologie. V oblasti mytologie šlo o stručný pokus uvést úhly pohledu, jež na ni nahlíží jako na věc pro člověka přirozenou již po staletí, ba, co více, mohlo by se jednat i o lidský způsob myšlení. Pakliže toto tvrzení uznáme za pravdivé, tak práce s biblickými mytologickými tématy je nejen ozdravná, jak se pokusila práce ukázat, ale i přirozená věc pro člověka.

Ve třetí kapitole se jednalo o smělý pokus prezentovat, že Písmo při spolupráci s psychologií a teoretickým podkladem z oblasti filozofie a teologie, je schopno podat výpovědi o člověku. Na základě teorie archetypů jsem mohla tvrdit, že pokud vypovím něco o biblické postavě, tak se toto sdělení může dotýkat nás samých. Proto prezentuji tyto informace jako tvrzení týkající se taktéž člověka. Údaje, které z mé snahy vplynuly, jsou však spíše informace inspirativní. Nemohou si nárokovat obecnou platnost a ani to nechtějí. Jedná se o nastíněnou možnost, kterou se lze při sebepoznání vydat. Z obsahu celé práce však může vyvstat možnost spatření konceptu pojetí člověka, který si ale v takovémto případě neklade jiné nároky než opět nejvýše inspirativní.

V poslední kapitole se soustředuji na samotnou „praktickou realizaci“ sebepoznání a terapeutické změny tak, jak ji činí hagioterapie. Jak se práce pokusila ukázat, tyto dvě

změny jsou zde sloučeny do jednoho terapeutického procesu a probíhají více méně současně. Snažila jsem se tuto změnu popsat a ukázat práci s Písmem, která pracuje s funkcemi příběhů a se specifickým druhem výkladu. Sama Bible se zde stává pohonem změny a sebepoznání. Z kompletního textu čtvrté kapitoly je patrné, že se tato změna týká i pojetí náboženskosti, které hagioterapie razí a je pro její terapeutický proces velmi důležité. Tento specifický pohled na člověka a důraz na jeho spiritualitu chápu jako obecně velmi přínosný. Mimo jiné proto, že studijní program oboru Sociální a charitativní práce je spojen se studiem teologie. EH pro mě představuje krásné propojení těchto dimenzí, náboženství a sociální oblasti. „Duchovní úvahy“ zde mohou nabýt „přijatelných a stravitelných“ kontur, jelikož nepředstavují žádné složité myšlenkové konstrukce a nevyžadují hluboký vhled do dějin myšlení, ale ztvárňují praktické užití a dle mého soudu jsou přístupné i pro hluboce nezasvěcené.

Ozřejměme ještě následující. V úvodu je psáno, že se jedná o sebepoznání a změnu klienta hagioterapie. Patří se uvést, že v oblasti sebepoznání s biblickými texty se nevyklučuje dosažení tohoto cíle i mimo ni, jelikož na základě teorie archetypů Písmo vypoví tyto informace i bez ukotvení v hagioterapii. Tato dimenze sebepoznání bez procesu hagioterapie však nebyla dále rozpracována, jelikož se tato práce soustřeďuje právě na jejího klienta. Avšak zmiňuji ji, jelikož tuto cestu zde lze oprávněně zahlédnout. Možná může představovat možnost pro další zpracování stejně tak, jako větší zapojení mytologie a religionistiky propojené s hlubinnou psychologií.

Myslím, že jsem ukázala, že pro terapeutickou změnu v hagioterapii je důležité sebepoznání, a dokonce se během terapeutického procesu předpokládá. Snažila jsem se popsat trochu jinou možnost sebepoznání s ohledem na duchovní komponent člověka. Ačkoliv Prokop Remeš sám píše, že mnozí klienti hagioterapie svou religióznost hluboce popírají, „*tak nezbyvá nic jiného než se k této hluboké autenticitě dostat*“.³³³

Na závěr uvedme Remešova slova: „*Stejně jako v minulosti lze i dnes Bibli užívat k psychoterapeutickým účelům – může posloužit jako zdroj poučení o člověku a jeho psychice, může však pomoci i tomu, kdo se biblickým textem zabývá, k poznání vlastních hlubokých vnitřních sil, které působí a motivují jeho život.*“³³⁴

³³³ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s.

³³⁴ Remeš podle DEMKO, M. Nahá žena na streche. In: *Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu* [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-05-02]. Dostupné z: <http://www.hagioterapie.cz/?p=11739>

Seznam použité literatury

BENEŠ, Jiří a Petr VANDŮRA. *Pradějiny*. Praha: Kalich, 2010, 286 s. ISBN 978-80-7017-130-1.

Bible: Písmo svaté Starého a Nového zákona (včetně deuterokanonických knih): český ekumenický překlad. 15. (6. opravené) vydání. Praha: Česká biblická společnost, 2008. ISBN 978-80-85810-74-5.

BIČ, Miloš. *Svíce k nohám mým: Hrst podnětů k zamýšlení nad starým zákonem*. Praha: Evangelická církev metodistická, 1992, 213 s. ISBN 80-85013-25-8.

BLATNÝ, Marek a Alena PLHÁKOVÁ. *Temperament, inteligence, sebepojetí: nové pohledy na tradiční témata psychologického výzkumu*. Brno: Psychologický ústav Akademie věd ČR, 2003, 150 s. ISBN 80-86620-05-0.

BUBER, Martin. *Já a ty*. Praha: Kalich, 2005, 164 s. ISBN 80-7017-020-4.

BUBER, Martin. *Problém člověka*. Praha: Kalich, 1997, 159 s. ISBN 80-7017-109-X.

BUBER, Martin. *Úvahy o chasidismu*. Praha: Vyšehrad, 2015, 110 s. Krystal (Vyšehrad). ISBN 978-80-7429-480-8.

CAMPBELL, Joseph a Bill D. MOYERS. *Síla mýtu*. Praha: Argo, 2016, 287 s. Capricorn (Argo). ISBN 978-80-257-1904-6.

CAMPBELL, Joseph. *Tisíc tváří hrdiny*. Praha: Argo, 2017, 382 s. Capricorn (Argo). ISBN 978-80-257-2184-1.

CRABB, Lawrence J. *Muž a žena*. Praha: Návrat domů, 1997, 167 s. ISBN 80-85495-72-4.

CRABB, Lawrence J. *Skutečná změna je možná, jestliže začneš uvnitř*. Druhé české vydání. Praha: Návrat domů, 2017, 246 s. ISBN 978-80-7255-381-5.

CZECH, Jan. *Psychoterapie a víra*. Ostrava: Ing. Břetislav Janeček – JUPOS, 2003, 142 s. ISBN 80-85832-55-0.

DOČKAL, Jan. *Člověk v současném světě: než začneme studovat sociální práci*. Středokluky: Zdeněk Susa, 2008, 158 s. ISBN 978-80-86057-53-8.

Dvanáct kroků a dvanáct tradic. USA, New York: Alcoholics Anonymous World Services, c2000, 184 s. ISBN 1-893007-04-9.

ELIADE, Mircea. *Dějiny náboženského myšlení I: od doby kamenné po eleusinská mystéria*. Praha: OIKOYMENH, 1995, 429 s.

ELIADE, Mircea. *Mýtus o věčném návratu: archetypy a opakování*. 2., opr. vyd. Praha: OIKOYMENH, 2009, 131 s. Knihovna novověké tradice a současnosti. ISBN 978-80-7298-388-9.

FRANKL, Viktor Emil. *Lékařská péče o duši: základy logoterapie a existenciální analýzy*. Brno: Cesta, 1995, 237 s. ISBN 80-85319-39-X.

FRANKL, Viktor, Emil. *Psychoterapie a náboženství: hledání nejvyššího smyslu*. Brno:

- Cesta, 2007, 87 s. ISBN 80-7295-088-6.
- FROMM, Erich. *Umění být*. Praha: Naše vojsko, 1994, 124 s. ISBN 80-206-0225-9.
- FROMM, Erich. *Umění milovat*. Dotisk. Praha: Antilopa, 2001, 125 s. ISBN 80-85637-26-X.
- GRÜN, Anselm. *Za co mě Bůh trestá?: nepochopitelná boží spravedlnost*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006, 150 s. ISBN 80-7195-054-8.
- GRÜN, Anselm. *Hlubinně psychologický výklad Písma*. Praha: Česká křesťanská akademie, 1994, 82 s. Knihy ze světa, ISBN 80-85795-05-1.
- GRÜN, Anselm. *Jak zacházet se zlým: boj s démony ve starém mnišství*. 2. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2003, 85 s. Duchovní život, 47. ISBN 80-7192-703-1.
- HADOT, Pierre. *Co je antická filosofie?*. Praha: Vyšehrad, 2017, 319 s. Dějiny idejí, svazek 6. ISBN 978-80-7429-680-2.
- HEIDBRINK, Horst. *Psychologie morálního vývoje*. Praha: Portál, 1997, 319 s. Studium (Portál). ISBN 80-7178-154-1.
- BARTH, Karl. *Protestanská teologie v XIX. století: Svazek I. - Prehistorie*. Praha: Kalich, 1986, 409 s.
- CHADIMA, Martin. *Charitativní péče – dějiny a současnost: pracovní texty pro studenty katedry náboženské výchovy a charitativní práce*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2007, 160 s. ISBN 978-80-7041-632-7.
- JUNG, Carl Gustav. *Přítomnost a budoucnost*. Brno: Nadační fond Holar, 2019, 93 s. ISBN 978-80-906731-7-5.
- KAST, Verena. *Imaginace jako prostor setkání s nevědomím*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2010, 167 s. Spektrum (Portál). ISBN 978-80-7367-702-2.
- KAST, Verena. *Úzkost a její smysl*. Praha: Portál, 2012, 235 s. Spektrum (Portál). ISBN 978-80-262-0160-1.
- KERÉNYI, Karl a Carl Gustav JUNG. *Věda o mytologii*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2004, 255 s. Megaron. ISBN 80-85880-32-6.
- KOHOUTEK, Rudolf. a kol. *Základy sociální psychologie*. Brno: Akademické nakladatelství CERM, 1998, 181 s. ISBN 80-7204-064-2.
- KOHOUTEK, Rudolf. *Poznávání a utváření osobnosti*. Brno: CERM, 2001, 275 s. ISBN 80-7204-200-9.
- KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. Praha: Portál, 2017, 403 s. ISBN 978-80-262-1227-0.
- KUČERA, Zdeněk. *Hoře a milost: ke kořenům teologie církve radikálního modernismu*. Brno: L. Marek, 2001, 128 s. Pontes pragenses (L. Marek). ISBN 80-86263-19-3.
- KUNEŠ, David. *Sebepoznání: psychoterapeutické principy a postupy*. Praha: Portál, 2009, 151 s. ISBN 978-80-7367-541-7.

- MCGUIRE, William J. a R. F. C. HULL, *Rozhovory s C.G. Jungem*. Praha: Portál, 2015, 301 s. ISBN 978-80-262-0914-0.
- MELMUK, Petr. *Dějiny textu a doby Starého zákona*. Druhé vydání. Praha: Husův institut teologických studií ve spolupráci s Vysokou školou Zdravotnictva a sociální práce sv. Alžbety, detašované pracoviště Praha, 2014, 99 s. ISBN 978-80-904964-7-7.
- NAKONEČNÝ, Milan. *Psýché: základy a záhady duševního života*. Praha: Vladimír Kvasnička, nakladatelství Vodnář, 2017, 658 s. ISBN 978-80-7439-124-8.
- NAVRÁTIL, Pavel. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Marek Zeman, 2001, 168 s. ISBN 80-903070-0-0.
- PATOČKA, Jan. *Sókratés: přednášky z antické filosofie*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1991, 158 s. ISBN 80-04-25383-0.
- PAULÍK, Karel. *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada, 2010, 240 s. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-2959-6.
- PECK, M. Scott. *V jiném rytmu: vytváření komunit*. Olomouc: Votobia, 1995, 251 s. ISBN 80-85619-77-6.
- PESESCHKIAN, Nossrat. *Kupec a papoušek: využití orientálních příběhů v psychoterapii: názorné příklady pro výchovu a sebeovlivňování*. Brno: Cesta, 1996, 126 s. ISBN 80-85319-60-8.
- REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše: Bible a psychoterapie*. Druhé rozšířené vydání. Praha: Jiří Sušanka – POMPEI, 2013, 212 s. ISBN 978-80-905580-0-7.
- REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: Powerprint, 2019, 107 s. ISBN 978-80-7568-178-2.
- ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007, 326 s. ISBN 978-80-7367-312-3.
- ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: Portál, 2002, 325 s. ISBN 80-7178-547-4.
- ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: obor v pohybu*. Praha: Grada, 2007, 196 s. ISBN 978-80-247-1174-4.
- SARTRE, Jean-Paul. *Existencialismus je humanismus*. Praha: Vyšehrad, 2004, 109 s. Krystal (Vyšehrad). ISBN 80-7021-661-1.
- SEDLÁČEK, Tomáš. *Ekonomie dobra a zla: po stopách lidského tázání od Gilgameše po finanční krizi*. Praha: 65. pole, 2009, 270 s. ISBN 978-80-903944-3-8.
- SCHIRRMACHER, Thomas. *Morální odpovědnost: tři rozměry etického rozhodování*. Praha: Návrat domů, 2016, 131 s. ISBN 978-80-7255-353-2.
- TRTÍKOVÁ, Marie. Viktor E. Frankl, logoterapie a hledání smyslu. *Theologická revue*. Praha: Univerzita Karlova v Praze – Husitská teologická fakulta, 2013, **84**(2/2013), 171–210. ISSN 12117617.
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Základy psychologie*. Praha: Karolinum, 2004, 356 s. ISBN 80-246-0841-3.

VIK, Dalibor. *Slovo, na kterém záleží: člověk a etika u Emmanuela Lévinase*. Chomutov: L. Marek, 2014, 187 s. Pontes pragenses (L. Marek). ISBN 978-80-87127-67-4.

VOJTÍŠEK, Zdeněk, Pavel DUŠEK a Jiří MOTL. *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Praha: Portál, 2012, 232 s. ISBN 978-80-262-0088-8.

VYBÍRAL, Zbyněk a Jan ROUBAL, ed. *Současná psychoterapie*. Praha: Portál, 2010, 743 s. ISBN 978-80-7367-682-7.

WILSON, Edward O. *O lidské přirozenosti: máme svobodnou vůli, nebo je naše chování řízeno genetickým kódem?*. Praha: Lidové noviny, 1993, 247 s. Edice 21. ISBN 80-7106-076-3.

YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: Portál, 2006, 527 s. ISBN 80-7367-147-6.

YALOM, Irvin D. *Teorie & praxe skupinové psychoterapie*. Hradec Králové: Konfrontace, 1999, 704 s. ISBN 80-86088-05-7.

Internetové zdroje

DEMKO, Matúš. Nahá žena na streche. In: *Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu* [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-05-02]. Dostupné z: <http://www.hagioterapie.cz/?p=11739>

MUDr. Prokop Remeš – Spiritualita Otců pouště (přednáška, část 1). In: *Youtube* [online]. 05.06.2018 [cit. 10.02.2020]. Dostupné z <https://www.youtube.com/watch?v=gr9gJFJYT7U>. Kanál uživatele CCSHHK

MUDr. Prokop Remeš – Spiritualita Otců pouště (přednáška, část 2). In: *Youtube* [online]. 05.06.2018 [cit. 11.02.2020]. Dostupné z <https://www.youtube.com/watch?v=IjPn5kI9ObA&t=776s>. Kanál uživatele CCSHHK

REMEŠ, P. Co je hagioterapie In: *Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu* [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-26]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=11624

REMEŠ, P. Dvanáctikrokový program In: *Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu* [online]. 2009-2017 [cit. 2020-04-28]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=7625

REMEŠ, P. Formální rámec. In: *Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu* [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-28]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=333

REMEŠ, P. Hagioterapie, Otcové pouště a Anonymní hnutí. In: *Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu* [online]. 2009-2017 [cit. 2020-04-06]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=9910

REMEŠ, P. Hagioterapie-nový směr existenciální psychologie? In: *Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu* [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-25]. Dostupné z: <http://www.hagioterapie.cz/?p=75>

REMEŠ, P. Hlubinně a existenciálně analytický výklad Bible. In: *Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu* [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-25]. Dostupné z: <http://www.hagioterapie.cz/?p=45#more-45>

REMEŠ, P. Metody a techniky In: *Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu* [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-04-27]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=342

REMEŠ, Prokop. Ontogeneze spirituality In: *Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu* [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-05-08]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=329

REMEŠ, P. Metodologický a/ teismus. In: *Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu* [online]. 2009-2017 [cit. 2020-05-4]. Dostupné z: http://www.hagioterapie.cz/?page_id=3113

Seznam příloh

Přílohy A – Texty

- A.1 Pasáž Genesis 1–3..... s. 32
- A.2 Anthony de Mello – Cesta z mít do být.....s. 55

Přílohy B – Schémata

- B.1 Jungův model osobnosti.....s. 12
- B.2 „Okénko JOHARI“- čtyři kvadranty lidské psychiky.....s. 17
- B.3 Záměrný a nezáměrný cíl psychoterapie a náboženství.....s. 44
- B.4 Maslowa hierarchie potřeb.....s. 48

Přílohy A. – Texty

A1. Pasáž Genesis 1-3

Stvořitel a stvoření (Gn 1, 1–31)

¹ Na počátku stvořil Bůh nebe a zemi. ² Země byla pustá a prázdná a nad propastnou tůň byla tma. Ale nad vodami vznášel se duch Boží.

³ I řekl Bůh: „Bud' světlo!“ A bylo světlo. ⁴ Viděl, že světlo je dobré, a oddělil světlo od tmy. ⁵ Světlo nazval Bůh dnem a tmou nazval nocí. Byl večer a bylo jitro, den první.

⁶ I řekl Bůh: „Bud' klenba uprostřed vod a odděluj vody od vod!“ ⁷ Učinil klenbu a oddělil vody pod klenbou od vod nad klenbou. A stalo se tak. ⁸ Klenbu nazval Bůh nebem. Byl večer a bylo jitro, den druhý.

⁹ I řekl Bůh: „Nahromad'te se vody pod nebem na jedno místo a ukaž se souš!“ A stalo se tak. ¹⁰ Souš nazval Bůh zemí a nahromaděné vody nazval moří. Viděl, že je to dobré. ¹¹ Bůh také řekl: „Zazelenej se země zelení: bylinami, které se rozmnožují semeny, a ovocným stromovým rozmanitého druhu, které na zemi ponese plody se semeny!“ A stalo se tak. ¹² Země vydala zeleň: rozmanité druhy bylin, které se rozmnožují semeny, a rozmanité druhy stromoví, které nese plody se semeny. Bůh viděl, že je to dobré. ¹³ Byl večer a bylo jitro, den třetí.

¹⁴ I řekl Bůh: „Bud'te světla na nebeské klenbě, aby oddělovala den od noci! Budou na znamení časů, dnů a let. ¹⁵ Ta světla ať jsou na nebeské klenbě, aby svítala nad zemí.“ A stalo se tak. ¹⁶ Učinil tedy Bůh dvě veliká světla: větší světlo, aby vládlo ve dne, a menší světlo, aby vládlo v noci; učinil i hvězdy. ¹⁷ Bůh je umístil na nebeskou klenbu, aby svítala nad zemí,¹⁸ aby vládla ve dne a v noci a oddělovala světlo od tmy. Viděl, že je to dobré. ¹⁹ Byl večer a bylo jitro, den čtvrtý.

²⁰ I řekl Bůh: „Hemžete se vody živočišnou havětí a létavci létejte nad zemí pod nebeskou klenbou!“ ²¹ I stvořil Bůh veliké netvory a rozmanité druhy všelijakých hbitých živočichů., jimiž se zahemžily vody, stvořil i rozmanité druhy všelijakých okřídlených létavců. Viděl, že je to dobré. ²² A Bůh jim požehnal: „Plod'te a množte se a naplňte vody v mořích. Létavci necht' se rozmnoží na zemi.“ ²³ Byl večer a bylo jitro, den pátý.

²⁴ I řekl Bůh: „Vydej země rozmanité druhy živočichů, dobytek, plazy a rozmanité druhy zemské zvěře!“ A stalo se tak. ²⁵ Bůh učinil rozmanité druhy zemské zvěře i rozmanité druhy dobytka a rozmanité druhy všelijakých zeměplazů. Viděl, že je to dobré.

²⁶I řekl Bůh: „Učiňme člověka, aby byl naším obrazem podle naší podoby.“ Ať lidé panují nad mořskými rybami a nad nebeským ptactvem, nad zvířaty a nad celou zemí i nad každým plazem plazícím se po zemi.“

**²⁷Bůh stvořil člověka, aby byl jeho obrazem,
stvořil ho, aby byl obrazem Božím, jako muže a ženu je stvořil.**

²⁸A Bůh jim požehnal a řekl jim:

„Plod'te se a množte se a naplňte zemi.

Podmaňte ji a panujte nad mořskými rybami,
nad nebeským ptactvem, nade vším živým,
co se na zemi hýbe.

²⁹Bůh také řekl: „Hle, dal jsem vám na celé zemi každou bylinu nesoucí semena i každý strom, na němž rostou plody se semeny. To budete mít za pokrm. ³⁰Veškeré zemské zvíře i všemu nebeskému ptactvu a všemu, co se plazí po zemi, v čem je živá duše, dal jsem za pokrm zelenou bylinu.“ A stalo se tak. ³¹Bůh viděl, že všechno, co učinil, je velmi dobré. Byl večer a bylo jitro, den šestý.

Stvořitelova péče o člověka (Gn 2, 1-25)

¹Tak byla dokončena nebesa i země se všemi svými zástupy. ²Sedmého dne dokončil Bůh své dílo, které konal; sedmého dne přestal konat veškeré své dílo. ³A Bůh požehnal a posvětil sedmý den, neboť v něm přestal konat veškeré své stvořitelské dílo.

⁴Toto je rodopis nebe a země, jak byly stvořeny. V den, kdy Hospodin Bůh učinil zemi a nebe, ⁵nebylo na zemi ještě žádné polní křovisko ani nevzcházela žádná polní bylina, neboť Hospodin Bůh nezavlažoval zemi deštěm, a nebylo člověka, který by zemi obdělával.

⁶Jen záplava vystupovala ze země a napájela celý zemský povrch. ⁷I vytvořil Hospodin Bůh člověka, prach ze země, a vdechl mu v chřípí dech života. Tak se stal člověk živým tvorem. ⁸A Hospodin Bůh vysadil zahradu v Edenu na východě a postavil tam člověka, kterého vytvořil. ⁹Hospodin Bůh dal vyrůst ze země všemu stromovní žádoucímu na pohled, s plody dobrými k jídlu, uprostřed zahrady pak stromu života a stromu poznání dobrého a zlého. ¹⁰Z Edenu vychází řeka, aby napájela zahradu. Odtud dál se rozděluje ve čtyři hlavní toky. ¹¹Jméno prvního je Píson; ten obtéká celou zemi Chavílu, v níž je zlato, ¹²a zlato té země je skvělé; je tam také vonná pryskyřice a kámen karneol. ¹³Jméno druhé řeky je Gíchón; ta obtéká celou zemi Kúš. ¹⁴Jméno třetí řeky je Chidekel; ta teče východně do Asýrie. Čtvrtá je Eufrat.

¹⁵Hospodin postavil člověka do zahrady v Edenu, aby ji obdělával a střežil.
¹⁶Hospodin Bůh člověku přikázal: „Z každého stromu ze zahrady smíš jíst. ¹⁷Ze stromu poznání dobrého a zlého však nejez. V den, kdy bys z něho pojedl, propadneš smrti.“

¹⁸I řekl Hospodin Bůh: „Není dobré, aby byl člověk sám. Učiním mu pomoc jemu rovnou.“ ¹⁹Když vytvořil Hospodin Bůh ze země všechnu polní zvěř a všechno nebeské ptactvo, přivedl je k člověku, aby viděl, jak je nazve. Každý tvor se měl jmenovat podle toho, jak jej nazve. ²⁰Člověk tedy pojmenoval všechna zvířata a nebeské ptactvo i všechnu polní zvěř. Ale pro člověka se nenašla pomoc jemu rovná. ²¹I uvedl Hospodin Bůh na člověka mrákotu, až usnul. Vzal jedno z jeho žeber a uzavřel to místo masem. ²²A Hospodin Bůh utvořil z žebra, které vzal z člověka, ženu a přivedl ji k němu.

²³Člověk zvolal:

„Toto je kost z mých kostí a tělo z mého těla!

At' muženou se nazývá, vždyť z muže vzata jest“

²⁴Proto opustí muž svého otce i matku a přilne ke své ženě a stanou se jedním tělem.

²⁵Oba dva byli nazí, člověk i jeho žena, ale nestyděli se.

Vzpouira člověka proti Stvořiteli (Gn 3, 1–24)

¹Nejzchytralejší ze vši polní zvěře, kterou Hospodin Bůh učinil, byl had. Řekl ženě: „Jakže, Bůh vám zakázal jíst ze všech stromů v zahradě?“ ² Žena hadovi odvětila: „Plody ze stromů v zahradě jíst smíme. ³Jen o polodech ze stromu, který je uprostřed zahrady, Bůh řekl: „Nejezte z něho, ani se ho nedotkněte, abyste nezemřeli.““ ⁴Had ženu ujišťoval: „Nikoli, nepropadnete smrti. ⁵Bůh však ví, že v den, kdy z něho pojíte, otevřou se vám oči a budete jako Bůh znát dobré i zlé.“ ⁶Žena viděla, že je to strom s plody dobrými k jídlu, lákavý pro oči, strom slibující vševědoucnost. Vzala tedy z jeho plodů a jedla, dala také svému muži, který byl s ní, a on též jedl. ⁷Oběma se otevřely oči: poznali, že jsou nazí. Spletli tedy fíkové listy a přepásali se jimi.

⁸Tu uslyšeli hlas Hospodina Boha procházejícího se po zahradě za denního vánku. I ukryli se člověk a jeho žena před Hospodinem Bohem uprostřed stromoví v zahradě. ⁹Hospodin Bůh zavolal na člověka: „Kde jsi?“ ¹⁰On odpověděl: „Uslyšel jsem v zahradě tvůj hlas a bál jsem se. A protože jsem nahý, ukryl jsem se.“ ¹¹Bůh mu řekl: „Kdo ti pověděl, že jsi nahý? Nejedl jsi z toho stromu, z něhož jsem ti zakázal jíst? ¹²Člověk odpověděl: „Žena, kterou jsi mi dal, aby při mně stála, ta mi dala z toho stromu a já jsem jedl.“ ¹³Proto řekl Hospodin Bůh ženě: „Cos to učinila?“ Žena odpověděla: „Had mě podvedl a já jsem jedla.“

¹⁴I řekl Hospodin Bůh hadovi:

„Protožeš to učinil, budeš proklet,
odvržen ode všech zvířat a ode vsí polní zvěře.
Polezeš po břiše, po všechny dny svého života
žrát budeš prach.

¹⁵Mezi tebe a ženu položím nepřátelství,
i mezi símě tvé a símě její.
Ono ti rozdrtí hlavu a ty jemu patu.“

¹⁶Ženě řekl:

„Velice rozmnožím tvé trápení i bolesti těhotenství,
syny budeš rodit v utrpení, budeš dychtit po svém muži,
ale on nad tebou bude vládnout.“

¹⁷Adamovi řekl:

„Uposlechl jsi hlasu své ženy
a jedl jsi ze stromu, z něhož jsem ti zakázal jíst.

Kvůli tobě necht' je země prokleta;
po celý svůj život z ní budeš jíst v trápení.

¹⁸Vydá ti jenom trní a hloží a budeš jíst polní byliny.

¹⁹V potu své tváře budeš jíst chléb,
dokud se nenavrátiš do země, z níž jsi byl vzat.

Prach jsi a v prach se navrátiš.“

²⁰Člověk svou ženu pojmenoval Eva (to je Živa), protože se stala matkou všech živých. ²¹Hospodin Bůh udělal Adamovi a jeho ženě kožené suknice a přioděl je. ²²I řekl Hospodin Bůh: „Teď je člověk jako jedem z nás, zná dobré i zlé. Nepřipustím, aby vztáhl ruku po stromu života, jedl a byl živ navěky.“ ²³Proto jej Hospodin Bůh vyhnal ze zahrady v Edenu, aby obdělával zem, z níž byl vzat. ²⁴Tak člověka zapudil. Východně od zahrady v Edenu usadil cheruby s míhajícími se plamenným mečem, aby střežili cestu ke stromu života.

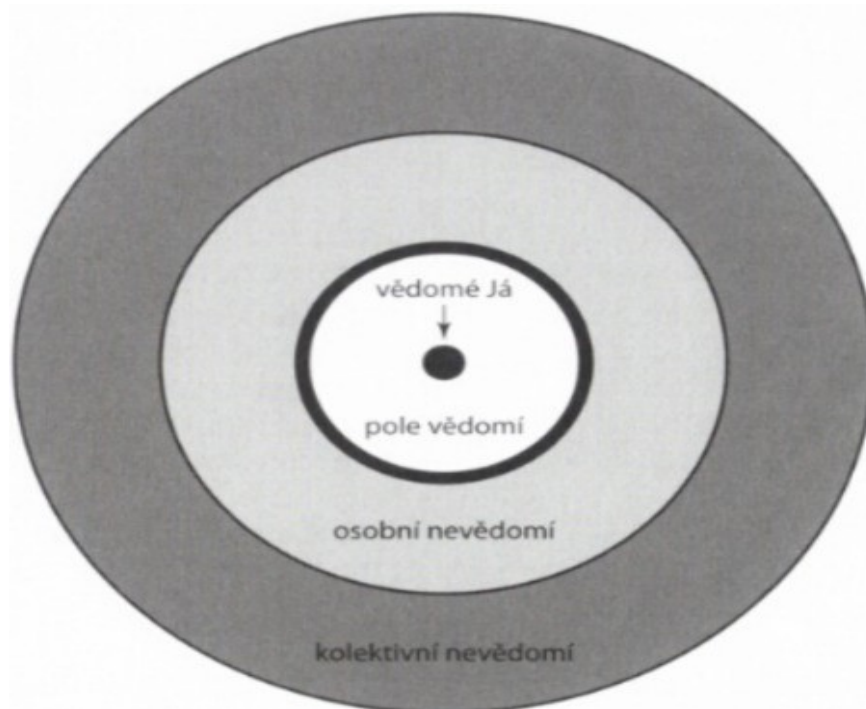
A.2 Anthony de Mello – Cesta z mít do být

„Znám příběh o žákovi, který řekl svému guru, že odjíždí na velmi vzdálené místo, kde bude meditovat a snad dosáhne osvícení. A tak každých šest měsíců posílal svému guru lístek se správou o tom, jaké dělá pokroky. Na prvním lístku stálo: ‚Už chápu, co to znamená ztratit své Já.‘ Guru lístek roztrhal a zahodil do koše. Za šest měsíců dostal další lístek: ‚Už jsem dosáhl toho, že soucítím se všemi bytostmi.‘ Opět letěl do koše. Třetí zpráva zněla: ‚Už jsem pochopil tajemství jediného a mnoha.‘ Zase skončila v koši. A tak to šlo po několik let, až nakonec přestaly zprávy chodit. Po nějakém čase začal být guru zvědavý a jednoho dne narazil na někoho, kdo měl do toho vzdáleného místa namířeno. Guru ho požádal: ‚Mohl bys ho vyhledat a zjistit, co se stalo?‘ Za nějakou dobu přišel od jeho žáka lístek, na kterém stálo: ‚Co na tom sejde.‘ A když to guru přečetl, zaradoval se: ‚Zvládl to! Zvládl to! Už pochopil‘“

(Převzato z: REMEŠ, P. Co na tom sejde...In: Hagioterapie: Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu [online]. © 2009-2017 [cit. 2020-05-03]. Dostupné z: <http://www.hagioterapie.cz/?p=6427>)

Přílohy B – Schémata

B. 1. Jungův model osobnosti



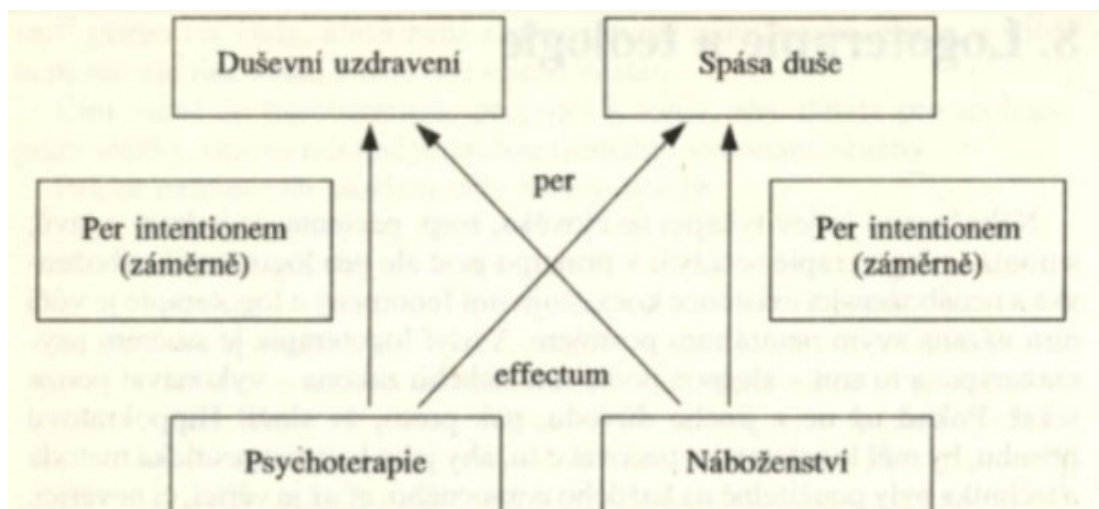
(Převzato z: ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: obor v pohybu*. Praha: Grada, 2007, 196 s. ISBN 978-80-247-1174-4.)

B.2 „Okénko JOHARI“ - čtyři kvadranty lidské psychiky

	vím já	nevím já
vědí druzí	otevřený (např. extravertovanost, srdečnost, rozhodnost)	slepý (např. zvýšený neuroticismus, narcismus, hloupost)
nevědí druzí	skrytý (např. narkomanie, nevěrnost)	neznámý (např. zvýšený psychotismus)

(Převzato z: KOHOUTEK, Rudolf. *Poznávání a utváření osobnosti*. Brno: CERM, 2001. ISBN 80-7204-200-9.)

B.3 Záměrný a nezáměrný cíl psychoterapie a náboženství



(Převzato z: FRANKL, Viktor, Emil. *Psychoterapie a náboženství: hledání nejvyššího smyslu*. Brno: Cesta, 2007, 87 s. ISBN 80-7295-088-6)

B.4 Maslowa hierarchie potřeb



(Převzato z: ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-312-3)