

Univerzita Hradec Králové
Pedagogická fakulta
Katedra kulturních a náboženských studií

Analýza díla Jiřiny Prekopové a Berta Hellingera z transkulturní perspektivy

Diplomová práce

Autor: Bc. Lukáš Nosek

Studijní program: N0288A100001 Humanitní studia

Studijní obor: Transkulturní komunikace

Vedoucí práce: doc. Mgr. David Bouma, Ph.D.

Hradec Králové 2022



Zadání diplomové práce

Autor: Lukáš Nosek

Studium: P20P0523

Studijní program: N0288A100001 Transkulturní komunikace

Studijní obor: Transkulturní komunikace

Název diplomové práce: **Analýza díla Jiřiny Prekopové a Berta Hellingera z transkulturní perspektivy**

Název diplomové práce AJ: Analysis of The Work of Jiřina Prekopová and Bert Hellinger from a Transcultural Perspective

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Diplomová práce se zabývá aplikováním východisek transkulturní komunikace na dílo psychologů Jiřiny Prekopové a Berta Hellingera. Cílem práce je zhodnotit transkulturní potenciál jejich metod. Klademe si otázky: Jaké jsou souvislosti mezi prací Jiřiny Prekopové a Berta Hellingera? Kde se dílo Jiřiny Prekopové a Berta Hellingera doplňuje a kde rozchází s východisky transkulturní komunikace? Jakou roli hraje vertikální transcendence v jejich myšlení? Metoda spočívá v analýze a komparaci terapeutických metod na pozadí metafyzických východisek transkulturní komunikace jako je např. dialogický personalismus. Studované terapie jsou následující: Terapie pevným objetím podle Jiřiny Prekopové a Rodinné konstelace Berta Hellingera. Předpokládáme, že metafyzická cesta transkulturní komunikace umožňuje plně docenění metod vybraných terapeutů při zachování potřebného kritického odstupu. Práce testuje, jaké jsou možnosti transkulturní komunikace jako teorie, která se vyjadřuje k psychoterapii.

PREKOP, Jirina. *Nese mě řeka lásky*. Brno: Cesta, c2007. ISBN 978-80-7295-092-8.

PREKOP, Jirina. *Malý tyran: co vlastně děti potřebují*. Přeložil Zdena LOMOVÁ. Praha: Portál, 1993. ISBN isbn80-85282-56-9.

BUBER, Martin. *Já a Ty*. Přeložil Jiří NAVRÁTIL. Praha: Kalich, 2005. Kairos (Kalich). ISBN 80-7017-020-4.

BURDA, František. *Za hranice kultur: transkulturní perspektiva*. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2016. ISBN 978-80-7325-402-5.

HELLINGER, Bert. *Rodinné konstelace: imperativy lásky*. Praha: Triton, 2007. Psyché (Triton). ISBN 978-80-7254-848-4.

Zadávací pracoviště: Katedra kulturních a náboženských studií,
Pedagogická fakulta

Vedoucí práce: doc. Mgr. David Bouma, Ph.D.

Oponent: PhDr. Radek Martinek, Ph.D.

Datum zadání závěrečné práce: 1.3.2021

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem svou diplomovou práci “ Analýza díla Jiřiny Prekopové a Berta Hellingera z transkulturní perspektivy” vypracoval samostatně pod vedením vedoucího diplomové práce a veškeré použité prameny a informace řádně cituji v seznamu použité literatury.

V Hradci Králové dne 15. července 2022

Poděkování

Rád bych poděkoval doc. Mgr. Davidu Boumovi, Ph.D. za odborné a vlídné vedení při zpracování této diplomové práce.

Anotace

NOSEK, Lukáš. Analýza díla Jiřiny Prekopové a Berta Hellingera z transkulturní perspektivy. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2022, 93 s. Diplomová práce

Diplomová práce se zabývá aplikováním východisek transkulturní komunikace na dílo psychologů Jiřiny Prekopové a Berta Hellingera. Cílem práce je zhodnotit transkulturní potenciál jejich metod. Klademe si otázky: Jaké jsou souvislosti mezi prací Jiřiny Prekopové a Berta Hellingera? Kde se dílo Jiřiny Prekopové a Berta Hellingera doplňuje a kde rozchází s východisky transkulturní komunikace? Jakou roli hraje vertikální transcendence v jejich myšlení? Metoda spočívá v analýze a komparaci terapeutických metod na pozadí metafyzických východisek transkulturní komunikace jako je např. dialogický personalismus. Studované terapie jsou následující: Terapie pevným objetím podle Jiřiny Prekopové a Rodinné konstelace Berta Hellingera. Předpokládáme, že metafyzická cesta transkulturní komunikace umožňuje plné docenění metod vybraných terapeutů při zachování potřebného kritického odstupu. Práce testuje, jaké jsou možnosti transkulturní komunikace jako teorie, která se vyjadřuje k psychoterapii.

Klíčová slova: Pevné objetí, rodinné konstelace, Bert Hellinger, Jiřina Prekopová, transkulturní komunikace, psychoterapie

Annotation

NOSEK, Lukáš. Analysis of The Work of Jiřina Prekopová and Bert Hellinger from a Transcultural Perspective. Hradec Králové: Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2022, 93 pp. Diploma Degree Thesis

The thesis deals with the application of the foundations of transcultural communication to the work of psychologists Jiřina Prekopová and Bert Hellinger. The aim of the thesis is to evaluate the transcultural potential of their methods. We ask the questions: What are the connections between the work of Jiřina Prekopová and Bert Hellinger? Where does the work of Jiřina Prekopová and Bert Hellinger complement and where does it diverge from the foundations of transcultural communication? What role does vertical transcendence play in their thinking? The method consists in the analysis and comparison of therapeutic methods against the background of metaphysical foundations of transcultural communication such as dialogical personalism. The therapies studied are as follows: Therapy by firm embrace according to Jiřina Prekopová and Family constellation by Bert Hellinger. We assume that the metaphysical path of transcultural communication allows full appreciation of the methods of selected therapists while maintaining the necessary critical distance. The thesis tests what are the possibilities of transcultural communication as a theory that expresses itself to psychotherapy.

Keywords: holding therapy, family constellation, Bert Hellinger, Jiřina Prekopová, transcultural communication, psychotherapy

Obsah

HEURISTICKÁ ČÁST	14
Definice transkulturní komunikace	15
Tři pilíře	15
Pojem kultura.....	15
Co je transcendence	16
Z horizontální roviny transkulturality k vertikální.....	17
Metafyzická perspektiva transkulturality.....	18
Dialogický personalismus	18
Pojem osoba	19
Moment zasažení.....	21
Já a Ty.....	21
Láska	22
Definice psychoterapie.....	23
Základní definice psychoterapie	23
Psychologie – historie.....	24
Psychologie ve filosofii	25
Vznik psychologie.....	26
Evolucionistický exkurz.....	26
Vědeckost psychologie	27
Shrnutí	28
Vybrané psychoterapeutické a psychologické směry 20. století.....	29
Fenomenologická psychologie	29
Humanistická psychoterapie.....	30
Východiska doby	30
Transpersonální psychologie	31
Rodinná terapie.....	32
Jay Haley.....	32
Krátká terapie zaměřená na řešení	33
Transkulturní komunikace vs. psychoterapie.....	34
Teorie vs. praxe	34
DESKRIPTIVNÍ ČÁST	35
Bert Hellinger.....	36
Život	36
Co jsou rodinné konstelace	37
Průběh konstelací	37
Rodinný systém	38
Zapletení	39
Řády lásky	39
Respektování práva na členství	39
Uznání časové hierarchie.....	40
Zachování pořadí systémů.....	40
Přijetí časového omezení.....	40
Rovnováha dávání a přijímání.....	40
Svědění.....	40

Osobní svědomí.....	40
Svědomí rodinného systému.....	41
Svědomí vedoucí k většímu celku	41
Duše	41
Láska.....	42
Fenomenologie	43
Vývoj rodinných konstelací	44
Hellinger® scientia.....	44
Jiřina Prekopová.....	45
Život	45
Pevné objetí	46
Inspirace a vývoj	46
<i>Autismus</i>	46
<i>Celostní přístup a vědecká argumentace</i>	47
<i>Moudrost starých národů a přirozenost</i>	48
Diagnóza společnosti	49
Malý tyran.....	50
Formující zkušenost s objetím	51
Konstelace Berta Hellingera	51
Cíle TPO.....	52
Kontraindikace:	53
Terapie pevným objetím jako životní styl	55
ANALYTICKÁ ČÁST	57
Analýza díla Berta Hellingera	58
Pragmatický výklad terapie rodinnými konstelacemi	58
Hellingerův výklad	60
Analýza.....	60
Hellingerovy inspirační zdroje	61
Analýza Hellingerových inspiračních zdrojů.....	61
Stav vědomí v průběhu konstelace	62
Svědomí většího celku a větší duše	63
Rodinné konstelace jako sortiment v psychomarketu.....	64
Láska v rodinných konstelacích.....	67
Podobnosti	67
Rozdíly – Hellinger vs. TK.....	68
Redukce lásky na fenomenologická fakta a sebeobětování	69
Láska jako fenomenologická fakta	69
Sebeobětování a sebedarování.....	70
Shrnutí	71
Analýza díla Jiřiny Prekopové	72
Kritika.....	72
Výklad z pragmatické terapeutické perspektivy	73
K odkazu Hellingera.....	75
Jak svou práci vnímá sama?.....	76
Kritika autistické společnosti.....	76
Rozpory kritiky a postmoderna	77
<i>Ztráta hodnot</i>	77
<i>Filosofičnost na úkor vědeckosti</i>	78
Transkulturní pohled na společnost vs. kritika společnosti Prekopové	78
<i>Podobnosti s Prekopovou</i>	79
Transkulturní komunikace pevným objetím.....	79

Hranice svobody	81
Hranice TPO.....	83
Shrnutí	84
 ZÁVĚR.....	 85

Úvod

Diplomová práce se zabývá hodnocením metod dvou terapeutů na základě východisek transkulturní komunikace. Konkrétně se jedná o rodinné terapie Berta Hellingera, který se věnoval rodinným konstelacím, a Jiřinu Prekopovou s její terapií pevným objetím (TPO).

Zájem o práci Jiřiny Prekopové a Berta Hellingera se ve mně probudil díky mým rodičům. Oba jsou vyškolení terapeuti v pevném objetí i rodinných konstelacích, takže jsem od malička slyšel níže uvedené termíny a zakoušel životní styl, který Prekopová propagovala. Později mě během studia napadlo, že otázky o lidském bytí, kterými se zabýváme v rámci ideových východisek transkulturní komunikace, korelují s myšlenkami zmíněných terapeutů. Práce mi tak dává příležitost prověřit moji intuici.

Stanovili jsme hypotézu, že díky perspektivě transkulturní komunikace získáme kritický odstup a budeme schopni posoudit zmíněné metody. Transkulturní komunikace bude spolupracovat s jiným oborem. Zjistíme, jaké jsou její možnosti vyjádřit se k psychoterapii.

Odvážnějším předpokladem je, že terapie pevným objetím podle Prekopové a Hellingerovy konstelace korelují s východisky a cíli transkulturní komunikace, transkulturní perspektiva může docenit hodnotu terapeutických metod. Může tak dojít k vzájemnému obohacení mezi transkulturním a terapeutickým přístupem.

Rovněž předpokládáme, že zaměřením se na implicitní východiska terapií nám umožní proniknout do hloubky tématu a rozklíčovat hodnotu metod.

Hlavním cílem je hodnocení terapeutické práce Jiřiny Prekopové a Berta Hellingera z transkulturní perspektivy. Transkulturní komunikace je teoretický koncept, který určitým způsobem přistupuje k otázce, co je člověk. Naším hlavním úkolem je otestovat, zda implicitní základ jejich práce dostojí nárokům transkulturní komunikace. Očekáváme, že tak objevíme, kde se vyskytují průniky a kde rozpory mezi oběma přístupy.

Dílčími cíli se propracujeme k hlavnímu cíli, přičemž je každému z nich věnována samostatná kapitola.

V první části se ve dvou kapitolách budeme věnovat **heuristice**, kde nejprve definujeme transkulturní komunikaci a poté psychoterapii. Zároveň osvětlíme, proč se nám zdá vhodná právě transkulturní komunikace pro hodnocení psychoterapeutických metod. V rámci jejího

definování vysvětlíme, proč jsme vybrali metafyzickou perspektivu transkulturality. Dále definujeme psychoterapii a zaměříme se na její filosofická východiska. K ideovým základům psychoterapie a psychologie se propracujeme skrze stručný náčrt historického vývoje. Z široké škály psychoterapeutických směrů vybereme ty, které nám pomohou zařadit vybrané autory do širšího kontextu.

V **deskriptivní části** se budeme věnovat popisu metod obou terapeutů. Nejprve věnujeme kapitolu Hellingerovi, protože časově předchází Prekopovou a určuje podobu její práce. Cílem je vystihnout jádro jejich celoživotní práce, abychom ho mohli podrobit následné analýze.

Dále přistoupíme k hlavní **analytické** části, která cílí na implicitní východiska terapeutických metod klíčových pro vybrané terapeuty. Budeme se věnovat prozkoumání možných průníků mezi metafyzickou cestou transkulturní komunikace a obou zmíněných terapií. Budeme testovat hypotézu, zda se transkulturní komunikace vůbec může vyjadřovat k psychoterapii.

K cílům práce se postupně propracujeme zodpovězením následujících otázek:

1. V **heuristické** části se setkáme s otázkami: Co je předmětem zájmu oboru Transkulturní komunikace, jaká je jeho definice. Rovněž nás bude zajímat, co je metafyzická cesta transkulturní komunikace a proč jsme se rozhodli právě pro ni. S tím souvisí otázka, co je člověk a jak na ni náš obor odpovídá. Kromě transkulturní komunikace se zaměříme i na definici psychoterapie a také psychologie. Bude nás zajímat, jaká jsou filosofická východiska psychoterapie a jaké historické a kulturní vlivy podmínily její vznik. Nakonec se dostaneme k zodpovězení otázky, zda je transkulturní komunikace vhodná pro hodnocení psychoterapeutických metod.
2. V **deskriptivní** části nás bude zajímat, co jsou Hellingerovy rodinné konstelace, jaké zásadní životní zlomy ho přivedly k terapeutické činnosti, jak si vysvětluje principy, kterými se řídí rodinné vztahy. Nakonec se budeme zabývat tím, jak se vyvíjela jeho práce. V rámci deskripce díla Prekopové zodpovíme otázku, jaké životní zkušenosti podnítily její zájem o terapii. Podíváme se na to, jaké má názory na společnost a civilizaci. Zjistíme, jak probíhá a funguje terapie pevným objetím. Nakonec se podíváme na to, co znamená terapie jako životní styl.
3. V poslední, **analytické** části, se zaměříme na tyto otázky: jak můžeme chápat rodinné konstelace z pragmatické perspektivy a jak vypadají konstelace pohledem kritiků. Dále nás bude zajímat, jaké kulturní prostředí Hellingera ovlivnilo, a

nakonec rozebereme, jakou podobu má láska z Hellingerova pohledu a jestli se shoduje s transkulturním pojetím lásky. V analytické části věnované Prekopové se rovněž podíváme na hodnocení její práce kritiky. Detailněji se zaměříme na její kritiku společnosti a na to, zda je její kritika solidní. Nakonec se propracujeme k případným průnikům mezi jejím terapeutickým přístupem a východisky transkulturní komunikace.

Na pozadí výše definovaných otázek zjistíme, co přináší transkulturní pohled na zmíněné terapeutické metody a zda můžeme v terapeutické práci nalézt praktické příklady fenoménů, které reflektují východiska transkulturní komunikace.

Metodologie

Na základě studia sekundární a primární literatury jsme sestavili strukturu heuristické a deskriptivní části. Heuristickou část jsme použili jako aparát, jehož optiku jsme zaostřili na deskripci zmiňovaných terapeutů. Díky tomu jsme získali obraz klíčových témat, kterým se věnujeme v analytické části. V práci budeme používat několik metod, které budou vzájemně konvergovat k dosažení vytyčených cílů. Níže tyto metody uvedeme.

Použijeme analyticko-syntetickou metodu. Pomocí sekundární literatury rozložíme dílo vybraného terapeuta na jednotlivá témata, které dále rozebereme na klíčové myšlenky. Následně synteticky propojíme myšlenky terapeuta z primární literatury s myšlenkami transkulturní komunikace a teoretických východisek psychoterapie ze sekundární literatury. Vzniklý celek promítne fungování skrytých zákonitostí, které nebyly patrné. Na závěr analyzované prvky opět sjednotíme, abychom zjistili, zda transkulturní komunikace a terapeutická práce jako celek souzní či nikoli.

Komparativním přístupem porovnáme myšlenky a přístupy v rámci vnitřní struktury terapeutického díla, abychom zjistili, které myšlenky jsou klíčové a které sekundární. Zároveň srovnáme transkulturní a psychoterapeutická východiska, což poslouží jako zmíněný heuristický aparát.

Použijeme rovněž dialogickou metodu, v rámci níž se dostanou do vzájemného dialogu terapeutické metody Hellingera a Prekopové s východisky transkulturní komunikace. Ve vzájemném dialogu se projeví odlišné způsoby myšlení terapeutů a transkulturních teoretiků. Očekáváme shody i rozpory.

V prostoru vzájemného dialogu se nevyhneme interdisciplinární komparaci. Východiska transkulturní komunikace jsou založená na filosofické antropologii, což je sám o sobě interdisciplinární obor. Myšlenky vybraných filosofů se dotýkají i hranic teologie. A

nakonec komunikujeme s psychoterapií, praktickou disciplínou péče, založenou na psychologii.
Psychologické směry se navíc snažíme zasadit do historického kontextu.

Heuristická část

Definice transkulturní komunikace

Obor Transkulturní komunikace je otevřený různým teoretickým východiskům, která k transkulturalitě přistupují rozmanitým způsobem. Vysvětlíme, proč jsme zvolili metafyzickou cestu. Seznámíme se se základními východisky oboru, která poslouží jako rámeček komparace a analýzy s vybranými psychoterapeutickými metodami.

Transkulturní komunikace se zabývá člověkem a možnostmi jeho vztahovosti napříč kulturními odlišnostmi. Reaguje na potřebu doby, kterou bychom mohli definovat jako dobu globalizace. Vyznačuje se zkracováním vzdáleností mezi lidmi na všech úrovních, které si dovedeme představit. Lidé mohou bez problémů cestovat i komunikovat napříč celým světem v kdysi nevídané míře. Transkulturní komunikace si proto klade otázku, na základě jakých východisek může fungovat dialog mezi odlišnými světy, které koexistují ve stejném prostředí.¹

Tři pilíře

Hledání transkulturality stojí na třech pilířích, které zakládají interdisciplinární studijní obor Transkulturní komunikace. Jde o kulturně-antropologický, filosofický a etický pilíř. Kulturně-antropologický rozměr transkulturní komunikace má za cíl porozumět člověku na půdorysu teorií kultur. Filosofický pilíř se snaží uchopit ideové základy toho, co je člověk. Etický pilíř se věnuje problematice respektu k lidské důstojnosti.

Pojem kultura

Co znamená obtížně uchopitelný termín **kultura**. Murphy ji definuje jako „celistvý systém významů hodnot a společenských norem, kterými se řídí členové dané společnosti a které prostřednictvím socializace předávají dalším generacím“,² Tuto definici musíme doplnit o dynamický rozměr, protože kultura existuje jako „neustále probíhající proces sociálního konstruování“³. Kultura se tedy neustále vyvíjí. Člověk žije v recipročním vztahu s kulturou, do které se narodil, a proto se musíme věnovat i otázce jeho autonomie. Na jednu stranu je

¹ Srov. BURDA, František. Za hranice kultur: transkulturní perspektiva. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2016. s. 134-138.

² MURPHY, Robert Francis. Úvod do kulturní a sociální antropologie. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2004. s. 25.

³ BURDA, František. Za hranice kultur: transkulturní perspektiva. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2016. s. 22.

aktivním spoluvůrcem kultury, ale na druhou stranu je determinovaný k určitému pohledu na svět skrze systém významů a hodnot.⁴

Jazyk je integrální součástí kultury, považujeme ho za nejvýznamnější nástroj, kterým člověk uchopuje svět. Tento nástroj zároveň zásadním způsobem determinuje naše chápání reality. Hlavní úloha ve výchovném procesu zrání náleží právě slovu. Je primární formou meziosobní komunikace. Řečí se člověk začleňuje do určitého kulturního prostoru. Kultura je předávána hlavně řečí jako duchovní bohatství.⁵

Co je transcendence

Transkulturní komunikace se zabývá transcendentováním neboli překračováním kultur. Ontologicko-metafyzickou perspektivou vnímáme transcendenci jako něco, co člověka orientuje směrem k nejvyššímu či absolutnímu bytí. V této sféře se ocitáme na hranicích rozumových možností vůbec. Burda se zmiňuje o různých pojetích transcendence u Platona, Kanta, Jasperse a Lévinase. Tito autoři se různými cestami pracují k jedné skutečnosti transcendence. V nadcházející analýze se budeme vracet zejména Emanuelu Lévinasovi.

Lévinas hledá absolutno v lidské vztahovosti k druhému a k náboženské víře. Vztah k bližnímu je cestou, která vede k někomu absolutně jinému, k Bohu. Ten je naprosto neuchopitelný našim rozumem, protože se vzpírá kategoriím imanentního světa. Můžeme s ním ale navázat vztah. Branou takového vztahu je pohled tváří v tvář. Tvář totiž vysílá imperativ „nezabiješ“ a člověku tak zprostředkovává nahlédnutí lidského nitra z hlubší perspektivy a vede ho ke starostlivému a intimnímu vztahu k druhému.⁶

Transcendenci dělíme na dva komplementární prvky: na vertikální a horizontální. Horizontální není v pravém smyslu slova transcendencí. Lidské přesahování hranic, ať už se jedná o kulturní či osobní, probíhá uzavřeno v imanentní rovině určitých dějinných a kulturních mezí. Vertikální transcendence umožňuje překračování partikulárních pravd. Můžeme ji nazývat i autentickou transcendencí, protože se zcela vymyká determinaci kulturními i dějinnými hranicemi. Jedná se spíše o osobní niterný vztah k přesažné dimenzi reality.

Překračování partikulárních pravd a usilování o přiblížení se k jakési ustavující pravdě by mělo být jednotícím pojítkem komunikace mezi různými kulturami. Transkulturní

⁴ Srov. BURDA, František. Za hranice kultur: transkulturní perspektiva. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2016. s. 21-24.

⁵ Srov. VRÁNA, Karel. Dialogický personalismus. Praha: Zvon, 1996. s. 9.

⁶ Srov. BURDA, František. Za hranice kultur: transkulturní perspektiva. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2016. s. 30-35.

komunikace hledá fundamentální východiska mezikulturního dialogu, jinými slovy stabilní základ pro spolubytí v multikulturním světě, kde se prolínají odlišné kulturní vzorce.

Z horizontální roviny transkulturality k vertikální

Současnost vystihuje fenomén zkracování vzdáleností téměř na všech myslitelných úrovních. Můžeme snadno a rychle cestovat i komunikovat. Přibližování se promítá i do mísení kulturních prvků, které nabývá měřítko unifikace globální kultury. Vystihují ji například myšlenky kulturního relativismu, oslavování mnohosti a různosti, rychlosti nebo individualismu. Tyto hodnoty nejsou samy o sobě pozitivní, pokud se odehrávají na horizontální úrovni překračování hranic. Důkazem je, že čelíme xenofobii a mixofobii.⁷ Paradoxně se i přes toto globální sjednocování musíme vyrovnávat s problémy diferenciací. Lidé se na hlubší úrovni vzdalují jeden druhému i sami sobě. Komunikace mezi jednotlivci se tak komplikuje, protože na sebe volají z odlišných světů, bez společných ideálů, o které by se mohli opřít. Pro fungující komunikaci musíme nalézt východiska, která umožní vzájemné porozumění.

Potřeba nalézt transkulturní rozměr sounáležitosti vyvstává z chybného přesvědčení, že se sounáležitost bude uskutečňovat jen díky vzájemné blízkosti (multikulturalismus, interkulturalismus, crosskulturalismus). Tyto přístupy k lidskému soužití směřují ke kulturnímu relativismu. Setkání dvou kultur vede k vzájemnému relativizování hodnot a v důsledku k morálnímu nihilismu. Relativismus a tolerance zjevně nestačí pro ustavení společného dialogu. Tolerance nás vede k nevměšování se do hodnot druhého. Vedle ideje tolerance tu existuje idea pluralismu, na které je možné postavit vzájemný dialog. Pluralismus prosazuje vlastní novou hodnotu, která se snaží prosadit shodu mínění celého společenství. Na této úrovni probíhá právě sblížení a nejen lhostejné koexistování ve stejném prostoru. Shoda napříč různými světy by se podle Charty OSN měla zakládat na ideji lidské důstojnosti. Lidskou důstojností můžeme disponovat buď inherentně, nebo kognitivně. Kognitivně se zakládá na určitých vlastnostech nebo schopnostech, které můžeme na jedinci vypořádat. Inherentní důstojnost jedince vyvěrá ze skutečnosti bytí osobou. Pokud k druhému přistupujeme jako k osobě, přičítáme jeho důstojnosti absolutní nezrušitelnou hodnotu.

Při vyjasňování problematiky nezjištěné lidské důstojnosti se dostáváme k filosofickým otázkám po povaze lidského bytí a jeho přirozenosti, čímž se dostáváme na pole metafyziky.

⁷ Srov. BURDA, František. Za hranice kultur: transkulturní perspektiva. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2016. s. 46-63.

Níže se seznámíme s metafyzickou cestou transkulturní komunikace. Její perspektivou nemůžeme pojem osoba vysvětlit jinak než jako fenomén s transcendentní povahou.

Metafyzická perspektiva transkulturality

Rozmanitou řadu přístupů dělíme mezi metafyzickou a sociokulturní perspektivu. Metafyzická perspektiva v sobě zahrnuje sociokulturní dimenzi, ale zakládá se na vztahu k vertikální transcendenci. Sociokulturní cesta tíhne k té horizontální. Definice transkulturní komunikace směřuje k metafyzické perspektivě, proto se budeme věnovat zejména přístupům Jana Hojdy a Františka Burdy.

Dialogický personalismus

Podle Hojdy, který vychází z dialogického personalismu, je naplnění potenciálu k transkulturalitě fundamentálně determinováno chápáním člověka jako osoby. Pojem osoba se tak stává jednotícím prvkem tří pilířů oboru Transkulturní komunikace.

Dialogický personalismus je směr filosofické antropologie, který pojímá člověka jako bytost, jejíž sebeuskutečnění je determinované životem v lidském společenství. Tento směr je výsledkem personalistického obratu ve filosofické antropologii, která se snažila překonat antropologii antropocentrickou. Dialogický personalismus se pokouší odhalovat fundamentální východiska toho, co znamená pojem osoby. Člověk nabývá absolutní hodnoty až jako osoba a jako osoba je vnímán náboženskou perspektivou křesťanství.⁸

Osobu můžeme definovat autogenně a heterogenně. Z jedné strany zdůrazňujeme substancialitu: osoba je „autonomní jsoucnou duchovní povahy“.⁹ Je jedinec, protože je autonomní, neboť „není vlastnictvím ani určením někoho druhého“.¹⁰ Vlastní sám sebe a je středem svého konání. Autonomní člověk je svým vlastníkem, tedy středem vlastního světa, protože mu vědomě a svobodně panuje. Z druhé strany nesmíme zapomínat na její heterogenní charakter, tedy na komunikabilitu. Personalismus se zabývá hlavně heterogeností osoby. To znamená, že vyzdvihuje intersubjektivní vztah, čímž osobu vytahuje z egocentričnosti.¹¹

Základ pro to, jak Hojda chápe člověka, stojí na periochorezi, „pohybu extatického sebedarování a kenotické otevřenosti“.¹² Logika vnitřní vztahovosti trojjediného Boha se promítá do života člověka, který ho následuje potřebou navazovat vztahy s druhými. Člověk je tedy definovaný schopností otevřít se a vyjít sám ze sebe, aby se k sobě zase vrátil. Opět nalézá

⁸ Srov. VRÁNA, Karel. Dialogický personalismus. Praha: Zvon, 1996. s. 9-13.

⁹ VRÁNA, Karel. Dialogický personalismus. Praha: Zvon, 1996. s.13.

¹⁰ VRÁNA, Karel. Dialogický personalismus. Praha: Zvon, 1996. s.14.

¹¹ Srov. VRÁNA, Karel. Dialogický personalismus. Praha: Zvon, 1996. s.15-22.

¹² BURDA, František. Za hranice kultur: transkulturní perspektiva. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2016. s. 107.

svou individualitu, která je determinovaná kulturou a je zahrnutá v imanenci bytí a schopnosti vycházet ze sebe. Člověk se tak jeví jako paradoxní bytost, protože se současně objevuje i ztrácí sám sobě. Takto k člověku přistupujeme jako k tajemství, které Hojda chápe jako potenciál k uskutečňování transkulturality.¹³

Pojem osoba

Podívejme se konkrétněji na to, co znamená pojem osoba z perspektivy Romana Guardiniho. Personální existence má podle něj tři vrstvy, tvarovou, individuální a osobnostní, která dává předešlým vrstvám smysl.

Osoba je na prvním místě *tvar*, jehož existence má určitou formu a funkci. „*Všechno, co lze pojmenovat, je tvar*“. Je to nejzákladnější projev bytí.¹⁴ Vyšší formou bytí je život, který se vyznačuje vlastní *individualitou*. Teprve individualita má schopnost sebeohraničování a sebeprosazování tak, že si vytváří vlastní prostředí. Jednak svou činností a jednak selekcí smyslovými orgány. Individuum se vyznačuje živým středem, který definuje jeho hranice mezi ním a prostředím a jeho biologickým druhem. Rovněž ho odděluje od dalších individuí. Nitro je prostor, přes který prochází cesta mezi impulzem z vnějšku a rozhodnutím konat.¹⁵ Nejvyšší vrstvou osoby je její *osobnost*, kterou definuje určenost duchem. I zvíře si uvědomuje sebe sama, ale vědomí vystihuje duchovní činnost, která vede k pochopení smyslu o sobě. I potrava má smysl pro utišení hladu, ale nazírání smyslu o sobě je vyšší duševní úkon. Vědomí osoby vzniká, až když je orientované k určení pravdy. Osobní rovina vůle je nejčitelnější, pokud se napíná k určité hodnotě. A to ne hodnotě ve smyslu vzácnosti, ale hodnotě ve smyslu dluhu vůči ní, jde „tedy o konkrétní mravní povinnost.“¹⁶

Osoba není zcela odlišná od imanentního světa. Je jeho součástí podobně jako jakýkoli jiný tvor, ale zároveň není omezena pouze na svou materiální podstatu. W. Norris Clarke ji ve vztahu ke světu popisuje jako největší koncentraci bytí, osoba je jako bod, ve kterém svět dospívá nejvyšší dokonalosti. Přirozenost člověka jako osoby se vyznačuje konečností, tedy smrtelností, do níž je vtělený duch, který je formou těla, a zároveň ho přesahuje svým směřováním k Nekonečnu. Směřování k Nekonečnu je výrazem transcendence a vztahu k Bohu.¹⁷ Tímto směrem člověk jako extrovertní bytost vychází především prostřednictvím

¹³ Srov. BURDA, František. Za hranice kultur: transkulturní perspektiva. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2016. s. 105-108.

¹⁴ GUARDINI, Romano. Svět a osoba. Svitavy: Trinitas, 2005. s. 92.

¹⁵ Srov. GUARDINI, Romano. Svět a osoba. Svitavy: Trinitas, 2005. s. 93-95.

¹⁶ Srov. GUARDINI, Romano. Svět a osoba. Svitavy: Trinitas, 2005. s. 95-97.

¹⁷ Srov. CLARKE, W. Norris. Osoba a bytí. Praha: Krystal OP, 2007. s. 35-48.

interpersonálních vztahů. Lidská bytost v kontaktu s předmětným světem vnímá svou odlišnost od něj jako jiný předmět. Potom v kontaktu s druhým člověkem, v kontaktu, který vyrostl ve vztah, se může obrátit zpátky k sobě a objevit sama sebe jako jinou jedinečnou bytost. Vztah se zakládá na interpersonálním vzorci Já–Ty–My.¹⁸

Clarke svým pojetím osoby navazuje na Tomáše Akvinského, který osobu chápe jako bytost, jež sama vlastní svůj akt bytí. Tím rozšiřuje klasickou Boethiovu definici osoby, jakožto „individuální substance rozumové přirozenosti“.¹⁹ Sebevlastněním se zdůrazňuje aktivní součást lidské přirozenosti a současně prvek odpovědnosti. Takto pojmávaný člověk se může svobodně sebeuskutečňovat a sebeaktualizovat prostřednictvím svého těla, které je součástí připoutaná k materiálnímu světu. Vzhledem ke dvojí lidské přirozenosti, duchovní a živočišné, člověk vypadá jako poutník na materiální cestě k Bohu.²⁰

Na základě Hojdovy metodologie objasníme povahu tajemství osoby na příkladu „ztraceného případu“ z Čapkova románu *Povětroň*. Setkáváme se tu s člověkem, který je na hranici života a smrti, který pozbyl všechny lidské schopnosti. Proto tu naléhavě zaznívá otázka po garanci lidské důstojnosti. Zajímá nás, jestli stojí na jeho schopnostech, nebo jestli je na nich nezávislá. Hrozí riziko, že k němu přistoupíme reduktivně, jako subjekt k objektu, jinými slovy jako k předmětu *našeho* zájmu. Pak bychom ho posuzovali jen na základě jeho vnějších projevů.

Na druhou stranu přístup k člověku jako k něčemu tajemnému vede k otevřenosti k neznámému či nepochopitelnému. Tajemství nás nutí otevřít se, protože k sobě přitahuje a fascinuje. Z něčeho fascinujícího se stává někdo. Setkání s něčím zcela odlišným a přitom volajícím po naší otevřenosti a po bezpodmínečném přijetí. Jako by člověk musel vše ztratit, aby se začal jevit jako osoba s nepodmíněnou důstojností.²¹

Touto perspektivou jsou možnosti transkulturality založené na schopnosti vyjít ze svých osobních hranic, které zahrnují i hranice kulturní. Vzhledem k tomu, že člověka pojmáme jako zakořeněného do vertikální transcendence, se překročení hranic uskutečňuje na bázi setkání s druhým, který má absolutní hodnotu a je pro nás tajemstvím. Takový člověk vybízí k nezištnému zájmu a bezpodmínečnému přijetí. Mezikulturní kontakt neprobíhá jako cíl sám o sobě, ale jako vedlejší produkt přirozené lidské potřeby osobního sdílení, „ve vzájemnosti

¹⁸ Srov. CLARKE, W. Norris. *Osoba a bytí*. Praha: Krystal OP, 2007. s. 70-71.

¹⁹ CLARKE, W. Norris. *Osoba a bytí*. Praha: Krystal OP, 2007. s. 35.

²⁰ Srov. CLARKE, W. Norris. *Osoba a bytí*. Praha: Krystal OP, 2007. s. 40-42.

²¹ Srov. HOJDA, Jan. *Obrazy člověka ve vybraných dílech literatury a filmu 20. století: teologicko-antropologické interpretace*. Ostrava: Moravapress, 2013. s. 34-42.

trvalé a zavazující lásky“.²² Příklad „ztraceného případu“ nám zároveň ukázal, že při mezikulturní komunikaci se v jádru skrývá problematika lidské důstojnosti.

Moment zasažení

Dále se z perspektivy transkulturní estetiky zaměříme na „místo“ v člověku, které mu umožňuje otevřít se druhému, a tak s ním vejít do vztahu. Budeme hledat **patickou** dimenzi lidské existence. Při tom navážeme na metaforu „ztraceného případu“, která nám ukázala, že se fundamentální povaha lidství ukazuje nejvýrazněji v momentu, kdy jsme všechno ztratili.

Ztráta a utrpení je pro nás klíčové. Podle Viktora Frankla se ve chvíli zasažení utrpením odhaluje touha po smyslu a po absolutní hodnotě. Lidskou zranitelnost klasifikuje existencionálně antropologická kategorie patos, která se pojí se třemi významy: pasivita, utrpení a vášeň či tvořivá energie. Patos nám ukazuje, jak jsou tyto tři roviny bytí vnitřně propojené. Setkáváme se s nimi v životě, který chápeme jako naraci příběhu, ve kterém jsme konfrontováni s momenty ztráty, smrti, ale i lásky a radosti. Zasahují nás jakoby zvenčí a my jsme neschopni jim odolávat. Zasažení předchází jakýkoli akt vůle nebo racionalizace, děje se nezávisle na našich záměrech, takže ho vnímáme pasivně.²³

Já a Ty

Dialogickou povahu člověka probereme z pozice knihy *Já a Ty* od Martina Bubera, která shrnuje předchozí úvahy o vztahovosti a hlavně jasně definuje, co pro transkulturní komunikaci znamená vztah. Transkulturní rozměr jeho díla můžeme nalézat například v tom, jak ovlivnil vystřízlivění z optimistické víry v pokrok 20. století. Buber se snažil najít pojivo, které by mohlo usmířit lidi ve světě plném napětí.²⁴

Buberovo dialogické pojetí člověka a světa vyjadřují dvě slovní dvojice Já–Ty a Já–Ono. Tato dvě slova popisují dvojí podobu vztahu, který člověk zaujímá ke světu. Když vyslovíme Ty anebo Ono, jako bychom zároveň vyslovili slovo Já, protože jsou tato slova jako jedno. Jedno nemůže být bez druhého.²⁵ Vztah Já–Ty vyjadřuje hluboký a niterný vztah, do kterého je člověk zapojený celou bytostí. Ve vztahu nemám nic, jen ten vztah, který se odehrává mimo čas i prostor. Já–Ono vyjadřuje opačný postoj, tento vztah není tak hluboký a bytostný.

²² HOJDA, Jan. *Obrazy člověka ve vybraných dílech literatury a filmu 20. století: teologicko-antropologické interpretace*. Ostrava: Moravapress, 2013. s. 42.

²³ Srov. BURDA, František. *Za hranice kultur: transkulturní perspektiva*. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2016. s. 128-138.

²⁴ Jan Heller, v doslovu k *Já a Ty*, popisuje Buberovo zanícení pro usmiřování různých kultur, když byl proti rozdělení Palestiny na dva státy, místo toho nabádal k usmíření Židů a Arabů. Srov. BUBER, Martin. *Já a ty*. Praha: Kalich, 2005. s. 97-107.

²⁵ Srov. BUBER, Martin. *Já a ty*. Praha: Kalich, 2005. s. 7-10.

Vnímáme ho v intencích času i prostoru. Je nezbytným komplementárním protějškem vztahu Já–Ty. Člověk se vydává do světa, ve kterém může s „někým“ navazovat vztah, být s ním propojený (Ty), anebo „něco“ zakoušet nebo něco zkoumat či organizovat (Ono).

Láska

Podle Buber se vztah vyznačuje aktivní a pasivní složkou. Aktivní vůlí vstupujeme do prostoru, kde se pasivně otevíráme setkání, které přichází jako dar od druhého. K setkání s druhým dochází nejlépe v okamžiku, kdy všechny podpůrné prostředky přestanou fungovat, protože jsou jen bariérou mezi Já a Ty. Ve vztahu můžeme na protějšek působit různými způsoby, ve vztahu s člověkem se toto působení nazývá láska. Láska není zamilovaný pocit, ale metafyzický akt. City můžeme vlastnit, ale láska se odehrává mezi člověkem a jeho protějškem, proudí mezi Já a Ty. Tento láskyplný vztah je dynamický, neustále oscilujeme mezi vztahem k Ty a k Ono.²⁶

Při definování metafyzické cesty transkulturní komunikace jsme se od objasnění transcendence dostali k antropologickému uchopení člověka pomocí dialogického personalismu. Člověk je tak pojímán jako přirozeně vztahová bytost. Buberovou perspektivou jsme si nakonec ukázali dva druhy vztahu, imanentní a transcendentní. Imanentní forma vztahu chápe protějšek jako předmět zájmu, transcendentní formu vztahu nazýváme láska a vede k bezpodmínečnému přijetí druhého. Transkulturní komunikace se snaží postavit možnosti mezikulturního dialogu právě na tomto láskyplném vztahu.

²⁶ Srov. BUBER, Martin. Já a ty. Praha: Kalich, 2005. s. 10-13.

Definice psychoterapie

Kapitola se věnuje definování psychoterapie, ale primárním cílem je odhalení jejích ideových východisek. Poté, co obecně definujeme psychoterapii jako praxi a vědu, se skrze průlet historií propracujeme k jejím ideovým východiskům. V rámci tohoto dějinného přehledu získáme kontextuální kostru, do které zařadíme terapeuty Prekopovou a Hellingera, což nám usnadní jejich komparaci a analýzu. Významným tématem bude spor o přírodovědnou, či duchovní povahu psychologie.

Základní definice psychoterapie

Definování psychoterapie je komplikované, protože není jednotná. Dělí se na mnoho škol, z nichž každá má svou vlastní teorii osobnosti i specifickou představu o tom, jak probíhá a účinkuje terapeutický proces.²⁷ Stejně tak se každý psychoterapeutický směr zakládá na jiných ideových východiscích a reaguje na soudobou situaci svým specifickým způsobem. Ideovými východisky myslíme zejména to, jaký je konkrétní přístup k otázce, co je člověk.

Začněme velmi obecnou definicí psychoterapie, kam se pokusíme zahrnout co nejširší škálu teoretických přístupů, ke kterým se později vrátíme a odkryjeme jejich konkrétnější kontury. Na psychoterapii můžeme pohlížet dvěma způsoby. Jako na obor, nebo jako na činnost. Obor psychoterapie je interdisciplinární vědou, která komunikuje s medicínou a psychologíí. Je to věda empirická a aplikovaná, protože svých poznatků využívá v praxi, kde usiluje o léčení různých onemocnění. Na druhou stranu psychoterapeutická činnost je metoda určitého léčebného působení psychologickými prostředky, jako například rozhovor, podněcování emocí, sugesce, učení, introspekce atd.²⁸

Podle Pierra Janeta je psychoterapie „užití psychologické vědy k léčení různých nemocí“. Toto vymezení psychoterapie ze samých počátků oboru můžeme podle Stanislava Kratochvíla rozšířit na „záměrné a plánované upravování narušené činnosti organismu psychologickými prostředky“. Nezbytným posledním dílkem definice je, že jde o „napomáhání harmonickému rozvoji osobnosti“.²⁹

První dva body definice nám ukazují, že cílem psychoterapie je vyléčit člověka, aby byl zdravý, přičemž třetí bod nás vede k širšímu zamyšlení nad tím, co zdravý vůbec je. Podle Světové zdravotnické organizace ho definujeme jako stav úplné tělesné, duševní a sociální

²⁷ Srov. KRATOCHVÍL, Stanislav. Základy psychoterapie: [směry - metody - výzkum]. Praha: Portál, 1997. s.12.

²⁸ Srov. KRATOCHVÍL, Stanislav. Základy psychoterapie: [směry - metody - výzkum]. Praha: Portál, 1997. s. 12-13.

²⁹ KRATOCHVÍL, Stanislav. Základy psychoterapie: [směry - metody - výzkum]. Praha: Portál, 1997. s. 14.

pohody, nikoli pouze nepřítomnosti nemoci nebo vady.³⁰ Taková podoba zdraví otevírá velmi široké pole možností pro konkrétní podoby terapeutické péče. Podle toho, jaký cíl si od psychoterapie slibujeme, ji rozdělujeme na dva přístupy. Jeden se věnuje odstraňování symptomů choroby a obnovení činnosti pacienta, v druhém jde o celkový rozvoj lidské osobnosti. Celkový rozvoj osobnosti vyžaduje hlubší a důkladnější práci s psychikou, protože se řeší příčiny symptomů a nejen jejich odstranění.³¹

Psychologie – historie

Psychologie je věda o prožívání a chování. Tento pojem se skládá ze slov *psyché* a *logos*. Řecké slovo *psyché* znamená duše. *Logos* můžeme zjednodušeně přeložit jako slovo nebo vědu. Psychologie by doslova šla přeložit jako „dušesloví“³² nebo věda o duši. Použitím slova duše místo psychika se dostáváme blíže k jejím filosofickým východiskům, protože nevědecké slovo duše skýtá širší pole významů. Například Erich Fromm ho užívá raději než výraz psychika, protože evokuje osobnější vztah s ryze lidskými fenomény jako jsou láska, svědomí nebo rozum.³³ James Hillman k definici duše přistupuje obezřetně: „je nejlépe přijmout ji jako nejlepší metaforu našeho oboru, jako obraz, který nelze beze zbytku vyjádřit slovy.“³⁴ Z toho hlediska se psychologie i psychoterapie otevírají filosofičtějšímu až spirituálnímu pojetí člověka. Význam toho, co patří mezi duševní jevy, se z neuchopitelného a transcendentního fenoménu posunuje na prožívání nebo zkušenost. Hillmanův odpor k „tvrdému“ definování pojmu duše nám naznačuje, že se jedná o určitou redukci.

Psychologii můžeme klasifikovat jako přírodovědnou disciplínu, typickou racionalismem, empirismem a pozitivismem. Anebo ji pojmáme jako humanitní nebo dokonce duchovní obor otevřený tajemství a spiritualitě, který je ale obtížněji uchopitelný.³⁵ Psychologie je disciplínou, která se ocitá na hraně mezi přírodními a humanitními vědami.

³⁰ Srov. SIDENIUS Ulrik, STIGSDOTTER Ulrika K., POULSEN Dorthe Varning, BONDAS Terese. "I look at my own forest and fields in a different way": the lived experience of nature-based therapy in a therapy garden when suffering from stress-related illness, *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 2017. Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/17482631.2017.1324700>. s. 2.

³¹ Srov. KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie: [směry - metody - výzkum]*. Praha: Portál, 1997. s. 18.

³² Pavel Říčan – *Psychologie náboženství a spirituality*. s. 27.

³³ Srov. ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007. s. 25-27.

³⁴ ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007. s.27.

³⁵ Srov. ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007. s. 24-28.

Psychologie ve filosofii

Nauka o duševním životě splývala s filosofií až do doby, kdy se výzkum mysli snažil postavit na empirických základech a přiblížit se tak přírodním vědám. Nyní se soustředíme na myšlenky v rámci filosofie, které předurčily vznik psychologie jako samostatné vědy. Pomůžte nám to odhalit její ideová východiska.

V **řecké** filosofické tradici se s popisem psychiky setkáváme nejprve u Homéra. Slovem *psýché* označil „stínový obraz duše zemřelého“. Kromě *psýché* užíval termín *thymos* vztažený k oduševňující vnitřní síle člověka. Hippokratés předznamenal rozlišování čtyř základních temperamentů ve své nauce o životních šťávách. Sokratés hovořil o nutnosti poznat sám sebe. Prostředkem měl být vnitřní hlas *daimonion*, který je jakýmsi svědomím božské povahy. Konečně Aristotelés napsal spis *Peri Psýchés* (O Duši). Kromě uvažování o vnitřní struktuře duše se tu objevuje dialektické dělení duše a těla. Duše osmyslňuje tělo jako forma látku a při tom musí vůle vzdorovat tělesné žádosti. Dále přelétáme přes helénistický hédonismus ke stoicismu a Zenonovi, který učil o apatii, tedy o rozumném životě v souladu s řádem světa. Takový život je podle něj možný jen při ovládnutí afektů, pudů a vášní.³⁶

Přesuňme se ke křesťanské filosofii středověku. Za nejvýznamnějšího předchůdce psychologie tohoto období můžeme považovat Augustina Aurelia, který ve svém *Vyznání* uvažoval o konfliktním vztahu mezi duší a tělem. Při tom se snažil nořit do vlastního nitra a objevit duši i Boha. Mohli bychom ho považovat za praotce metody introspekce v psychoanalýze. Když se přesuneme k renesanci, objevíme otce empirické psychologie, kterým je Julian Vives, myslitel z 1. poloviny 16. století. Používal metodu introspekce pro studium psychiky (paměť, představivost, afekty).³⁷

S nástupem 17. a 18. století přichází racionalismus, který se snažil postavit filosofii na stejnou úroveň jako přírodní vědy. Pro toto období je typický René Descartes se svým rozumovým axiomem „myslím, tedy jsem“. Duši pojímá jako nehmotnou substanci, kterou můžeme zakoušet v našem vědomí jako myšlení. Dále se tu objevuje empirismus, jehož významní představitelé jsou John Locke a John Stuart Mill. Podle Milla je poznání zcela závislé na smyslové zkušenosti. Kromě racionalismu a empirismu je pro 17. a 18. století typické osvícenství, které racionalismus (světlo rozumu) staví do protikladu k náboženství. Pro psychologii je důležitý i Johann Friedrich Herbart. Tento německý filosof vnímal duši jako substanci, kterou vystihuje usilování o sebezáchovu. Já neboli ego je příkladem komplexu,

³⁶ Srov. PLHÁKOVÁ, Alena. Přehled dějin psychologie. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 2000. s. 12-17.

³⁷ Srov. PLHÁKOVÁ, Alena. Přehled dějin psychologie. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 2000. s. 18-22.

který duše produkuje spojováním představ. Podle Herbarta je úkolem psychologie zkoumání duše v rámci přesně určených kauzálních zákonů.³⁸

Vznik psychologie

Pronikání metodologie přírodních věd do humanitních oborů vytlačilo nauku o duševním životě ven z filosofie a tak vznikla psychologie. Psychologická péče o zdraví člověka je pak psychoterapie. Pro zmapování ideových východisek psychologie je zásadní dichotomie mezi pozitivistickým a duchovnějším pojetím oboru. V průletu historií jejího založení se na tuto dichotomii podíváme.

Vznik psychologie datujeme do 2. poloviny 19. století. Její ideové předpoklady jsou založené na empirické filosofii. Jedná se tedy o objektivní deskripci obsahů vědomí. Pozitivist August Comte kritizoval metodu introspekce, protože je příliš spekulativní, a proto není dostatečně vědecká. Upřednostňoval studium faktů a vztahů mezi nimi.³⁹

Evolucionistický exkurz

Comte rozdělval lidské myšlení do tří stádií: teologické, metafyzické a jako vrchol pozitivní. Tady je vidět všudypřítomný vliv vývojové teorie 19. století. Ilustrujeme na něm, jak se užitečný modus uvažování v kategoriích pozitivismu a racionalismu může zásadně vylučovat s vědeckým směřováním k pravdě.

Vzhledem k tomu, že je evolucionismus již překonaný, snadno nahlédneme, jak může být jeho aplikování do jiných než přírodovědných disciplín zcestné. Samozřejmě zcestný být může, ale nemusí. Darwinův evolucionismus ovlivnil myšlení napříč všemi obory. Pro 19. století se stalo typické zaměření na systémovost, adaptaci, diferenciaci, rovnováhu atd. Živočišné i rostlinné druhy se přestaly považovat za izolované stabilní jednotky, ale za součásti prostředí, které plní určitou funkci a proměňují se s ním. Dichotomie subjekt vs. prostředí je interpretační klíč, kterým se v 19. století přistupuje k poznávání světa.

Evolucionismus samozřejmě ovlivňoval i odpověď na otázku, co je člověk. Byl vnímán jako další článek v evolučním řetězci. Doslovné aplikování vývojové teorie na chápání člověka může mít zásadní důsledky pro chápání jeho důstojnosti. Například duchovní Thomas Malthus uvažoval o stabilitě lidské populace jako o systému, který udržují v rovnováze hladomory, nemoci a války. Logicky přežijí ti nejsilnější. Nejnehumánnější projevy evolucionismu pak

³⁸ Srov. PLHÁKOVÁ, Alena. Přehled dějin psychologie. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 2000. s. 23-29.

³⁹ Srov. PLHÁKOVÁ, Alena. Přehled dějin psychologie. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 2000. s. 32-34.

nalézáme u Franze Josefa Galla a jeho frenologie. Sám Darwin se taky zabýval myslí. Emoce považoval za nástroj, který do komunikace vnáší expresivitu, která ji usnadňuje. Efektivněji organizovaný kolektiv má větší šanci na přežití. Evolucionismus se přímo promítnul do srovnávací a vývojové psychologie.⁴⁰

Pokud jde o vliv vědeckého pokroku, hlavním vzorem pro psychologii byla fyziologie nervové soustavy.⁴¹ Experimentálním zkoumáním vztahů mezi tělem a duší se zabývala psychofyzika, přímý předchůdce psychologie.⁴²

Vědeckost psychologie

I věda má svá ideová východiska. Z čistě pragmatického hlediska jde o nástroj na zjednodušení života nebo způsob, jak vyřešit technické problémy. Při hlubším pohledu vidíme, že moderní věda 19. století je systémem myšlení nahrazujícím křesťanství v pozici základního interpretačního rámce světa. Nejde jen o řešení technických problémů, ale o vzepětí lidského rozumu, který usiluje o úplné poznání vesmíru a toho, jaké v něm má člověk místo. Věda se stává novým náboženstvím, což je obzvláště čitelné v osvícenské rétorice, která stavěla světlo rozumu proti náboženské pověře.⁴³

Psychologie nenavazuje jen na filosofii, ale v introspekci metodologicky významně čerpá z **náboženství**. Tento způsob nazírání vlastního já byl na západě kultivovaný v židokřesťanské tradici. Například měl podobu zpytování svědomí a vnitřního dialogu mezi žádostí a vůlí. I přesto, že psychologie aspiruje na pozitivistickou přesnost, implicitně čerpá z náboženství. Zmíněný vnitřní rozpor mezi empiričností a duchovností je v oboru psychologie obzvláště dramatický, protože se racionalita 19. století, která ji založila, velmi ostře vymezuje proti teologii jako klamu. Tak dochází k sekularizaci duševního života. Psycholog nebo psychoterapeut není jen odborník, ale zastupuje roli duchovního průvodce, rádce, nebo i vůdce.⁴⁴

Introspekci bychom mohli považovat za základní kámen psychologie. Její kritika z přírodovědné pozice (a pozice behaviorismu) se ohrazuje proti nepřesnému zachycování reality. Už jen z toho důvodu, že se jedná o realitu vnitřní, je těžko zachytitelná pozitivismem. Filosoficky řečeno, člověk si není sám sobě plně srozumitelný. S ohledem na metafyzickou

⁴⁰ Srov. PLHÁKOVÁ, Alena. Přehled dějin psychologie. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 2000. s. 34-35.

⁴¹ Srov. ŘÍČAN, Pavel. Psychologie náboženství a spirituality. Praha: Portál, 2007. s. 67.

⁴² Srov. PLHÁKOVÁ, Alena. Přehled dějin psychologie. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 2000. s. 35-37.

⁴³ Srov. ŘÍČAN, Pavel. Psychologie náboženství a spirituality. Praha: Portál, 2007. s. 29-31.

⁴⁴ Srov. ŘÍČAN, Pavel. Psychologie náboženství a spirituality. Praha: Portál, 2007. s. 29-31.

cestu transkulturní komunikace bychom řekli, že je vlastní bytí otázkou, na niž odpověď nacházíme jen oklikou přes druhé. Hledání neproniknutelného tajemství v hlubinách duše je zároveň základním předpokladem hlubinné psychologie.

Bez introspekce, jinými slovy „hledění dovnitř“, bychom se od psychologie posunuli k fyziologii. Fyziologie vnímá člověka materialisticky a myšlení, které lze vysvětlit čistě materialisticky, například na základě zkoumání nervové soustavy, je spojováno s redukcí lidské svobody. Svoboda je téma pro filosofii. Až její prožívání je tématem psychologie.⁴⁵

Wilhelm Wundt, který se zabýval psychofyzikou a také introspekcí, je považován za zakladatele psychologie. Cíl psychologie spatřoval v analyzování elementů bezprostřední zkušenosti, kterou je vědomí. Při tom používal přísně empirickou metodologii.⁴⁶ Introspekce nebyla tak meditativní jako u Augustina. Skládala se z dotazníků blízkých sociologickým průzkumům.

Výše uvedený historický přehled psychologie nám ukazuje přírodovědné vlivy, které v 2. polovině 19. stol působily na formování metod a postojů ke zkoumání lidské mysli. Kromě nich na psychologii působily i soudobé filosofické směry, které ji vychylovaly směrem k duchovnějším pojetí člověka.

Například William James se zabýval náboženstvím nejen jako bludem. Ze své pozice hlubokého porozumění náboženství se snažil s velkým zanícením a skepticismem pochopit původ náboženských jevů z jejich psychické nebo biologické stránky.⁴⁷ Nesmíme si plést pozitivistický redukcionismus a skeptickou touhu hledět do hloubky duše. Opět se tak dostáváme ke střetu mezi přírodovědnou a duchovní povahou psychologie. Představitel filosofie života Wilhelm Dilthey tento problém vystihnul větou: „přírodní jevy vysvětlujeme, ale duševní jevy chápeme“.⁴⁸ Místo na hledání kauzálních vztahů se zaměřoval na objevování životních souvislostí, které budou klientovi dávat smysl. Směry odkloněné od přírodovědného pojetí psychologie významně ovlivnila i fenomenologická filosofie Edmunda Husserla.⁴⁹

Shrnutí

Psychoterapie je psychologická péče o člověka. Psychologie je vědní obor, který stojí na hranici přírodních věd, humanitních věd a náboženství. Přírodovědný charakter této

⁴⁵ Srov. ŘÍČAN, Pavel. Psychologie náboženství a spirituality. Praha: Portál, 2007. s. 28-29.

⁴⁶ Srov. PLHÁKOVÁ, Alena. Přehled dějin psychologie. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 2000. s. 35-42.

⁴⁷ Srov. ŘÍČAN, Pavel. Psychologie náboženství a spirituality. Praha: Portál, 2007. s. 69.

⁴⁸ PLHÁKOVÁ, Alena. Přehled dějin psychologie. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 2000. s. 47.

⁴⁹ Srov. PLHÁKOVÁ, Alena. Přehled dějin psychologie. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 2000. s. 45-49.

disciplíny je základním impulzem, který ji vyčlenil z filosofie a spirituality. V tomto ohledu jsou jejími východisky racionalismus, empirismus a pozitivismus. Snaha zachytit povahu lidského myšlení na základě kauzálních souvislostí byla v 19. století typická svým skepticismem vůči spiritualitě. Převážně se jednalo o souvislosti založené na materialistickém paradigmatu.

Vzhledem ke komplikované povaze lidského bytí se psychologie dramaticky vypořádává se vzdálením se od jejích filosofických a náboženských základů. Pokud bychom se jednoho ze tří pohledů na lidský duševní život zřekli, dopouštěli bychom se redukce.

Vybrané psychoterapeutické a psychologické směry 20. století

Výše jsme klasifikovali východiska psychoterapie vzhledem k jejímu historickému vývoji. Nyní se zaměříme na úzký výsek z rozmanité škály jejích přístupů, které jsou orientované filosofickým a duchovnějším směrem. Právě tyto přístupy nám pomohou zařadit Hellingera a Prekopovou do širšího kontextu psychoterapeutických škol a poslouží jako komparační pomůcka při analýze.

Fenomenologická psychologie

Fenomenologickou psychologii můžeme považovat za humanistický směr, protože jsou v centru jeho zájmu existencionální otázky lidského bytí a jeho smyslu. Zabývá se například svědomím, sebeuskutečněním, osamělostí nebo životem člověka tváří v tvář smrti. Člověk je pojímán jako bytost se svobodnou volbou, takže je tento směr, na rozdíl od psychoanalýzy, nedeterministický. Ve fenomenologické psychologii můžeme rozpoznat odlišný vývoj v Americe a v Evropě. V USA se projevuje jako humanistická psychologie a v Evropě jako existencionální (Daseinanalýza nebo práce V. Frankla).⁵⁰ Fenomenologická psychologie pracuje metodou „introspektivní analýzy psychických fenoménů celostní povahy“ (zahrnuje i vrcholové zážitky).⁵¹

Filosofická východiska se zakládají na práci Edmunda Husserla, který zformuloval zásady fenomenologické metody. Husserl se snažil „projasnit základy filosofie“.⁵² Fenomenologie je vhodná, protože se jakožto filosofická věda zaměřuje na hledání absolutně nutných pravd. Rozpoznávání absolutně nutných pravd je výsadou matematiků, fyziků a

⁵⁰ Srov. PLHÁKOVÁ, Alena. Přehled dějin psychologie. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 2000. s. 75-76.

⁵¹ Srov. PLHÁKOVÁ, Alena. Přehled dějin psychologie. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 2000. s. 76.

⁵² Srov. PLHÁKOVÁ, Alena. Přehled dějin psychologie. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 2000. s. 48.

filosofů. Od psychologie se Husserl distancoval, protože musí být nutně subjektivní. Cílem fenomenologické metody je odhalit esence vnitřní a vnější zkušenosti, a tak proniknout do podstaty věcí.⁵³ K tomu je třeba postoj, který umožní zření podstaty. „Uzávorkovat“ svět, který poznáváme, tedy vzdát se nároku na jeho platnost nebo pravdivost a prostě vnímat, co se jeví.⁵⁴

Dalším významným fenomenologem byl Martin Heidegger. Prostřednictvím Husserlovy metody se propracoval k existencionálním otázkám. Heidegger chápal lidské bytí jako pobyt na světě (Dasein) omezený časem a určený smrtí, která vyvolává úzkost a zároveň motivuje k autentickému životu.

Humanistická psychoterapie

Humanistická psychoterapie je směr fenomenologicky orientovaný na vnitřní prožitky jedince. Zaměřuje se na jedinečnost konkrétního člověka a snaží se ho podporovat v sebeaktualizaci a seberealizaci. Rozvívěla se v 60. letech 20. století v USA jako alternativa k behavioristickému redukcionismu. Klíčovými tématy jsou láska, tvořivost, hra, sebezpřesazení, autentičnost nebo transcendentální zážitek.⁵⁵

Východiska doby

Humanistická psychoterapie vznikla jako důsledek dramatické změny filosofických východisek, které definovaly psychologii. Tyto změny přišly s nástupem postmoderny, která se vyznačuje individuálním hledáním transcendence ve vlastním nitru, ve svém osobním prožívání. Takto se vystřídal paradigma moderny, která byla najednou vnímána jako patologická mašinerie, která odlidšťuje člověka. Náboženské instituce moderní civilizace byly vnímány jako naprosto odosobnělé autority, které tak nemohly zprostředkovat přístup k lidskému nitru. Možnost úniku z této mašinerie nabízela ordinace psychiatra. Vyváznutí do vnitřního neprobádaného světa se jevílo jako nemoc. Zaměření psychoterapie na léčení nemoci je doménou například pozitivistického behaviorismu nebo biologizujícího freudismu. Právě proto vzniká humanistická psychologie se svou seberealizací, rozvojem celistvé osobnosti, vůlí ke smyslu a ke svobodě.⁵⁶ Terapeut tu není jen lékař nemocí, ale průvodce a partner v cestě vnitřního růstu. Tím se dostáváme ke zmíněné sekularizaci duševního života. Terapeut dokonce nahrazuje funkci duchovního rádce. „Charakteristickým rysem postmoderního světa je jeho

⁵³ Srov. ANZENBACHER, Arno. Úvod do etiky. Praha: Zvon, 1994. s. 211.

⁵⁴ Srov. STÖRIG, Hans Joachim. Malé dějiny filosofie. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2000. s. 440-443.

⁵⁵ Srov. KRATOCHVÍL, Stanislav. Základy psychoterapie: [směry - metody - výzkum]. Praha: Portál, 1997. s. 90-97.

⁵⁶ Srov. POLÁKOVÁ, Jolana. Perspektiva naděje: hledání transcendence v postmoderní době. Praha: Vyšehrad, 1995. s. 36-38.

písečná pohyblivost: radikálním ztížením možnosti dospět k jistotám...“.⁵⁷ Doba je tak charakteristická nadějí a osvobozením, ale zároveň nejistotou a zmatením.

Jedním z nejvýznamnějších představitelů humanistické psychologie je Abraham Maslow. Neuvádíme ho jako jednoho z učitelů Hellingera nebo Prekopové, ale proto, že díky němu můžeme ilustrovat tendence tohoto směru psychoterapie.

Podle Maslowa mají duchovní hodnoty naturistický význam, takže k posouzení jejich platnosti nejsou třeba nadpřirozené pojmy, ale věda. V kontextu posuzování duchovních hodnot se zabýval takzvanými vrcholovými zkušenostmi, které jsou prožívány jako pocit jednoty s celým universem a oslabení vědomí času a prostoru. Terapeutický důsledek těchto zkušeností člověku umožňuje bezpodmínečné přijetí druhé osoby. Maslow pokládal náboženství za zastaralou instituci, která kdysi sice fungovala jako zprostředkovatel těchto zkušeností, ale teď je třeba všechno sekularizovat, aby se vrcholové zážitky zpřístupnili všem lidem. Sekularizace všeho posvátného nakonec vede k religionizaci všeho sekulárního. Cíl je, aby člověk vnímal každodenní maličkosti jako zázračné.⁵⁸ Poláková k tomu podotýká, že tato religionizace všedního života má výhradně pohanské rysy a naznačuje, že Maslow nepochopil pro evropskou civilizaci unikátní křesťanské hodnoty.⁵⁹

Transpersonální psychologie

Humanistická psychologie otevřela cestu psychologii transpersonální. Kromě důrazu na seberealizaci a rozvoj osoby v její celistvosti transpersonální pojetí člověka objevuje nutnost jeho vnitřního kontaktu s tím, co ho přesahuje. Otevírají se tak témata pravdy, dobra, krásy, řádu, jednoty atd. Terapeutické metody si kladou za cíl „rozšíření vědomí“ klienta až k poznání jeho transcendentních dimenzí.⁶⁰ To bychom mohly považovat za završení ústupu náboženství a vzestupu psychologie v roli průvodce duševním životem. Psychologie konečně rozklíčovala lidský život v jeho přesažené úplnosti.

Její nejslavnějším představitelem je Stanislav Grof, který přičítá Maslowovi první explicitní zformulování zásad transpersonální psychologie. Grof považoval mystéria náboženství za spouštěče mimořádných stavů vědomí, tyto vrcholové zkušenosti vyvolával pomocí LSD a holotropního dýchání. Holotropní dýchání vede člověka k obsáhnutí svého bytí v transpersonální celistvosti. Grof také přehledně klasifikoval škálu podob změněných stavů

⁵⁷ POLÁKOVÁ, Jolana. Perspektiva naděje: hledání transcendence v postmoderní době. Praha: Vyšehrad, 1995. s. 30.

⁵⁸ Srov. POLÁKOVÁ, Jolana. Perspektiva naděje: hledání transcendence v postmoderní době. Praha: Vyšehrad, 1995. s. 38-42.

⁵⁹ Srov. POLÁKOVÁ, Jolana. Perspektiva naděje: hledání transcendence v postmoderní době. Praha: Vyšehrad, 1995. s. 103.

⁶⁰ Srov. POLÁKOVÁ, Jolana. Perspektiva naděje: hledání transcendence v postmoderní době. Praha: Vyšehrad, 1995. s. 37.

vědomí, které se vyznačují ztotožňováním se s jinými osobami nebo i zvířaty či rostlinami, navštěvování embryonálních zážitků a vlastních předků, dokonce i duchovních mistrů. Úplně nejvyšším z vrcholových zážitků je vědomí splynutí s universem a kosmickým prázdňem.

Rodinná terapie

Rodinná terapie je zaměřená na harmonizaci rodinných vztahů a věnuje se práci s celou rodinou, takže v podstatě jde o formu skupinové terapie. Její perspektivou se jedinec jeví jako součást rodinného systému, který ho determinuje. Odnož rodinné terapie, která se profiluje jako systemická nebo systémová, se nepovažuje jen za speciální psychoterapii, ale za samostatnou terapeutickou koncepci vedle hlavních psychoterapeutických škol. Rodinný terapeut pracuje i s jedincem systémově, to znamená, že kolem něj vnímá jeho rodinu. Symptom poruchy je způsobený patologií systému.⁶¹

Jay Haley je jedním z významných rodinných terapeutů, který se věnoval patogenním tendencím rodiny a mechanismům, které odporují změnám narušujícím patologickou rovnováhu. To jsou například manipulace a paradoxní příkazy, které podporují neústupnost partnera a hádky.⁶² Haley ovlivnil Hellingera svou koncepcí perverzního trojúhelníku. Perverzní trojúhelník označuje patologickou koalici třech členů rodiny. Patologický znamená vedoucí k rozkladu systému nebo k násilí. Tento trojúhelník se vyznačuje spolčením mezi členy rodiny různých generací, tedy členů v odlišné pozici rodinné mocenské hierarchie.⁶³ Hellinger se zde inspiroval k vytvoření základního „pravidla lásky“: dřívější má přednost před pozdějším.

Pokud jde o systemickou terapii jako takovou, Arist von Schlippe a Jochen Schweitzer tvrdí, že systemická terapie neexistuje. Tato škatulka označuje velmi rozrůzněné přístupy, jako klasickou systemiku, kybernetiku druhého řádu nebo narativní přístupy. Navíc to nejsou uzavřené koncepty, které by se jednotně předávaly dál, ale každý systemický terapeut si je pojímá po svém a čerpá z dalších směrů.

Jedním z významných zakladatelů rodinné terapie je Ivan Boszormenyi-Nagy (rovněž Hellingerův inspirátor). Kromě aktuálního dění v rodinné skupině se hledá, jaké mají jejich symptomy smysl vzhledem k dřívějším generacím (transgenerační vazby). Nagy si pokládal otázku, zda byl její odkaz naplněn či nenaplněn.⁶⁴

⁶¹ Srov. KRATOCHVÍL, Stanislav. Základy psychoterapie: [směry - metody - výzkum]. Praha: Portál, 1997. s. 262-264.

⁶² Srov. KRATOCHVÍL, Stanislav. Základy psychoterapie: [směry - metody - výzkum]. Praha: Portál, 1997. s. 264.

⁶³ Srov. KUČÍREK, Jiří. Psychodiagnostika a poradenství. Hradec Králové: Gaudemus, 2014. s. 71

⁶⁴ Srov. SCHLIPPE, Arist von a Jochen SCHWEITZER. Systemická terapie a poradenství. Brno: Cesta, 2006. s. 19-20.

Krátká terapie zaměřená na řešení

Krátká terapie zaměřená na řešení se explicitně vyděluje z běžné systemické a rodinné terapie. Od začátku až do konce procesu se soustředí na řešení problému, ne na analyzování symptomů. Cílem je co nejrychlejší harmonie v systému. Podle Brief Family Therapy Center v USA je v klasické psychoterapii chybná domněnka, že problémy podstatně souvisí s řešením. „Řeči o problému vytvářejí problém, řeči o řešení vytvářejí řešení.“⁶⁵ Při sezeních jsou klientům pokládány otázky, které směřují přímo k rozuzlení: „Na čem byste mohli co nejdříve poznat, že je problém vyřešen?“

Schlippe a Schweitzer Hellingerovu metodu klasifikují jako „ultrakrátkou terapii“ orientovanou na řešení, která spočívá v „rozestavování“ sousoší klientem. Hellinger do sousoší vstupuje a hledá harmonické uspořádání. Při tom vychází pouze ze základních údajů o vnějších událostech, jinými slovy nezáleží na tom, jak se lidé ohledně své rodiny cítí, ale jaká jsou fakta. Zemřel někdo? Existuje zatajené dítě? Vztah s jiným mužem?

Technika rodinného sousoší je standardní metodou pro širokou škálu systemických terapií a můžeme ji zařadit k zážitkově orientovaným postupům.⁶⁶ Používá se pro zesílení prožitku klientů, kteří se rozestaví do prostoru a zaujmou pozice tak, aby znázorňovali vztahy v rodině. Symbolické znázornění vztahů bez použití odborného jazyka umožňuje všem velmi rychlé pochopení situace. Lidé si jednoduše znázorní podobu vztahů v rodině a jaké v nich zaujímají místo. Před tím tyto pozice zaujímali jaksi samovolně, ale po terapii mohou vědomě pochopit, jak se chovají.

⁶⁵ Srov. SCHLIPPE, Arist von a Jochen SCHWEITZER. Systemická terapie a poradenství. Brno: Cesta, 2006. s. 27.

⁶⁶ Srov. SCHLIPPE, Arist von a Jochen SCHWEITZER. Systemická terapie a poradenství. Brno: Cesta, 2006. s. 32.

Transkulturní komunikace vs. psychoterapie

Nyní stručně shrneme definici transkulturní komunikace a psychoterapie, abychom otevřeli prostor vzájemnému dialogu obou disciplín. Transkulturní komunikace je humanitní interdisciplinární obor, který se zabývá člověkem a jeho možnostmi porozumění. Z filosofické, etické a antropologické perspektivy zkoumá jeho bytí, důstojnost a kulturní realitu. Psychoterapie se zaměřuje na praktickou péči o lidské zdraví. Jak jsme si ukázali výše, je determinovaná svými ideovými východisky, která určitým způsobem reflektují povahu lidského bytí a důstojnosti. Transkulturní komunikace se jako teoretický přístup k člověku může k těmto východiskům psychoterapie vyjadřovat.

Teorie vs. praxe

Vzájemný dialog obou oborů má zdánlivou bariéru. Transkulturní komunikace je totiž primárně teoretický přístup k člověku a kultuře a psychoterapie je primárně praktický přístup k péči o lidskou psychiku. Tato bariéra je jen zdánlivá, protože teorii a praxi nemůžeme oddělovat. Praxe a teorie jsou v hermeneutickém dialogickém propojení, což znamená, že jsou si rovny a závisí na sobě. Neexistuje žádná teorie, která by se nezakládala na určité praxi, a totéž platí pro praxi, která se vždy zakládá na teoretických východiscích. Teorie a praxe transkulturní komunikace směřuje k poznání člověka, přičemž kritériem tohoto poznání je, jestli nám pomáhá přijmout konkrétní protějšek a vejít s ním do vztahu naplněného respektem.

Podle logiky hermeneutického vztahu praxe a teorie by měla mít stejné kritérium i psychoterapeutická péče. Každé poznání směřující k pravdě zároveň směřuje k lásce, protože pravda a láska jsou hermeneuticky propojené. Pravda, která neprospívá lásce, tedy vřelému nezištnému vztahu, je dogmatem a láska, která není pravdivá, degraduje na rozmar a pouhý pocit slasti.⁶⁷ Psychoterapeutická praxe vyrůstá z psychologie a psychologie čerpá z praxe a usiluje o poznání reálného člověka, kterému chce prospívat.

Transkulturní praxe je permanentním vzděláváním, které není rigidně izolováno v knihovně, ale vede k prohloubení schopnosti být pravdivý, a tak být v pravdivých vztazích.⁶⁸ Ve světle personalistické filosofie, které jsme se věnovali výše, je jasné, že vycházet ze sebe do vztahu znamená být otevřený lásce. Dokonce i velmi abstraktní a těžko uchopitelné myšlenky interpersonální filosofie zapouštějí kořeny do „obyčejné“ praktické reality lidské vzájemnosti.

⁶⁷ Srov. BURDA, František. Za hranice kultur: transkulturní perspektiva. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2016. s. 183-184.

⁶⁸ Srov. BURDA, František. Za hranice kultur: transkulturní perspektiva. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2016. s. 185.

Většina psychoterapeutických směrů a přístupů, které jsme zmínili, směřuje podobným směrem jako transkulturní komunikace.

Deskriptivní část

Bert Hellinger

Cílem kapitoly je propracovat se ke klíčovým myšlenkám díla Berta Hellingera. Budeme se tedy věnovat systemické terapii rodinných konstelací, kterou Hellinger rozvinul. Jeho práce překračuje terapeutickou praxi – od knih o rodinných vztazích, přes osobnostně rozvojové příručky, až po publikace o filosofických a spirituálních úvahách. Zaměříme se tu na klíčové body jeho práce, zejména na samotný terapeutický proces a jeho mechanismy, protože tvoří základ pro veškeré další Hellingerovy úvahy a přístupy.

Život

Nyní se zmíníme o životních zlomech, které nám pomohou pochopit Hellingerův terapeutický přístup. Klíčovou zkušeností, která jej ovlivnila, je dvacetiletá misionářská činnost v jižní Africe, kde se dostal do styku s kmenem Zulu. Ve škole, kde pracoval, pořádali anglikánští duchovní semináře skupinové dynamiky. Jeden instruktor položil otázku: „Co je pro vás důležitější, vaše ideály nebo lidé?“ ... „Všechna moje další práce byla ovlivněna hlubokým zájmem o člověka.“⁶⁹ Tato otázka zároveň stála na počátku jeho rozchodu s církví, k němuž došlo, aby mohl vidět pravdu bez vlivu církve.⁷⁰ Po dvaceti letech misionářské práce opustil jezuitský řád a stal se terapeutem.

Věnoval se skupinové dynamice a řadě dalších terapeutických škol, až dospěl k systemické terapii a rozvinul svou formu, kterou nazýváme rodinné konstelace. Z jeho seminářů vznikala obsáhlá skripta.⁷¹ Ale sám neměl zájem psát knihu, protože plánoval důchod, bylo mu 72 let. Zásadní zlom přišel v roce 1993 díky vydání knihy *Zweierlei Glück*⁷² Gunthardem Weberem (přepřacovaná vyšla jako *Skrytá symetrie lásky*).⁷³ Poté se rozhodl začít psát. Vyšla kniha *Ordnungen der Liebe*⁷⁴ (*Rodinné konstelace, imperativy lásky*) je to přepis semináře z Kolína nad Rýnem. Nakonec napsal nebo se podílel na stovce knih.

⁶⁹ HELLINGER, Bert, Gunthard WEBER a Hunter BEAUMONT. *Skrytá symetrie lásky: co podporuje lásku v partnerských vztazích*. Praha: PRAGMA, c2000. s. 289.

⁷⁰ Srov. HELLINGER, Bert a Gabriele TEN HÖVEL. *Rodinné konstelace: objevná síla*. Praha: Triton, 2004. s. 37-39.

⁷¹ Na oficiálním webu rodinných konstelací nalezneme i Hellingerův životopis. Der Mensch Bert Hellinger. Hellinger@schule [online]. [cit. 2022-07-10]. Dostupné z: <https://www.hellinger.com/bert-hellinger-original/bert-hellinger/der-lebensweg-von-bert-hellinger/>

⁷² HELLINGER, Bert. *Zweierlei Glück: Die Systemische Psychotherapie Bert Hellingers*. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme, 2002.

⁷³ *Zweierlei Glück* bylo přepřacováno a přeloženo do angličtiny: *Loves hidden symmetry* a z této verze do češtiny: *Skrytá symetrie lásky*. V dodatku, kde jsou stručně zdokumentované inspirační zdroje Hellingera, je jmenovaná Jiřina Prekopová s terapií pevného objetí. Jako Irena Prekop s její „fenthalte therapie“. V Anglickém překladu to je: „the Holding Therapy by Irena Precop.“ V českém překladu (který je oproti anglické verzi nenápadně zkrácený, aniž by to bylo uvedeno v tiráži) je, už jen Irena Prekop.

HELLINGER, Bert. *Love's hidden symmetry: what makes love work in relationships*. Phoenix, Arizona: Zeig, Tucker & Theisen, 1998.

⁷⁴ HELLINGER, Bert. *Ordnungen der Liebe: Ein Kursbuch*. München: Droemer Knauer, 2001.

Co jsou rodinné konstelace

Charakteristické prvky terapie jsou fenomenologický přístup a kladení lásky do klíčové pozice v chápání lidského chování. Hellinger hledá za veškerým chováním, ať už je sebepodivnější, lásku.⁷⁵ Dalším klíčovým prvkem je kontakt s něčím větším, co přesahuje člověka, a metodě to tak dává jistý nádech tajemna. Hellinger netvrdí, že objevil něco nového, ale že učinil novou integraci. Jeden z přínosů této nové integrace by měl spočívat v objevu konkrétních pravidel, podle kterých se řídí rodinné vztahy.

Průběh konstelací

Terapie vždy probíhá ve skupině lidí s přibližně 15 účastníky. Začíná klientovým popsáním osobního problému. Často bývá tento úvod spojen s rozhovorem, kdy se terapeut ptá na klíčová témata pro porozumění rodinnému systému. Klient si ze skupiny vybere zástupce za sebe i za členy své rodiny, které rozestaví po místnosti. Jejich vzájemná poloha reprezentuje to, jaké mají mezi sebou vztahy členové klientovy rodiny. U zástupců se pak zkoumají jejich pocity, myšlenky a celkově všechny jejich vjemy, včetně fyzického stavu. To, co zástupci cítí, překvapivě věrně kopíruje pocity zastupovaných příbuzných, aniž by se s nimi setkali.

Funkčnost procesu se zakládá na předpokladu, že jsou jejich vjemy autentické a skutečně klientovu rodinu kopírují. Z toho, jak konstelace vypadá a co účastníci cítí, se vyvodí vnitřní uspořádání rodinného systému, které bylo do té doby neznámé. Terapeut tak může odhalit, kde existuje jádro problému. To se zakládá na negativních pocitech zástupců. (např.: „Cítím, že tu nejsem vítán.“) Zástupci nemusí zastupovat jen živé osoby, ale i mrtvé, a dokonce i abstraktní pojmy. V konstelaci tak může figurovat smrt, církev nebo i Bůh. Taky se staví reprezentanti za mužskou nebo ženskou rodovou linii či národ.

Další postup směřuje k novému rozestavení zástupců tak, aby se cítili všichni dobře nebo alespoň lépe. Toho terapeut docílí na základě neustálého dotazování na pocity zástupců a zkoušení různých konstelací skupiny. Může se vmísit i klient, kterému se staví rodina. Bývá to doprovázeno terapeutickými větami, které mají členové konstelace říct svým partnerům. Například „odpouštím ti“ nebo „budu tě následovat“.

Když konstelace dovede zástupce k harmoničtějším vztahům, dostane klient příležitost postavit se na místo svého zástupce. V této pozici má vnímat pozitivní verzi vztahů v jeho rodině. Změní tak svůj vnitřní obraz o tom, jak struktura jeho rodiny vypadá.⁷⁶

⁷⁵ Srov. HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. s. 375.

⁷⁶ Srov. HELLINGER, Bert. Lásky ducha: co k ní vede a jak jí lze dosáhnout. Praha: Maitrea, 2011. s. 443-444.

Co se týče fenoménu propojujícího zástupce s rodinou klienta. Můžeme najít zvláštní výpovědi o znatelných následcích na pravých rodinných příslušnících, kteří byli zastupováni a nevěděli to. Hellinger odmítá spekulovat o původu tohoto jevu: „Tento jev sice nedovedu vysvětlit, ale vím, že se to děje, a prostě toho využívám“.⁷⁷ Popisuje ho jako skryté systemické síly či skrytou symetrii lásky. Jev je zdokumentován na videozáznamech a je předmětem výzkumné práce (*Institute for Systematic Research a Hellinger® Schule*).⁷⁸ V pozdější fázi své práce se jím zabývá mnohem více a pouští se do odvážných filosofických úvah.

Hellinger věří, že je klient při rozestavování rodiny v kontaktu s něčím větším, s bezprostředním věděním, které ho přesahuje. Proto mluví o existenci nějakého silového pole mezi klientem a členy rodiny, které umožňuje vědět. Zástupci vědí bez vnější komunikace díky prostému sdílení. Neumí vysvětlit, proč věci vycházejí najevo, jen vidí, jak jsou klienti v jiném stavu.⁷⁹ Hellinger nenabízí vysvětlení, ale podotýká, že tento fenomén může souviset s teorií morfogenetických polí, kterou rozvinul Rupert Sheldrake.⁸⁰

Rodinný systém

Základním pojmem, který je v terapii používán, je rodinný systém. Podle Hellingera do něj patří následující lidé:

Patříme sem my, s našimi vlastními i nevlastními sourozenci. Do konstelace se mohou zapojit i děti, které se narodily mrtvé nebo byly potraceny.

Dále sem patří rodiče a všichni jejich sourozenci. Patří sem i jejich bývalí partneři.

Za partnera považujeme člověka, se kterým vzniká intenzivní vztah. Ten zakládá uzavření sňatku, zplození dítěte nebo dlouhotrvající intimní soužití.

Prarodiče s jejich partnery sem patří také, ale bez sourozenců. Jejich sourozenci se mohou objevit jen za zvláštních okolností. Do systému patří jak živí, tak i mrtví, protože při probíhající terapii se řeší i křivdy z minulosti. Praprarodiče sem patří jen výjimečně.

⁷⁷ HELLINGER, Bert, Gunthard WEBER a Hunter BEAUMONT. Skrytá symetrie lásky: co podporuje lásku v partnerských vztazích. Praha: PRAGMA, c2000. s. 11.

⁷⁸ Srov. HELLINGER, Bert, Gunthard WEBER a Hunter BEAUMONT. Skrytá symetrie lásky: co podporuje lásku v partnerských vztazích. Praha: PRAGMA, c2000. s. 11-12.

⁷⁹ Srov. HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. s. 369.

⁸⁰ Objevená v roce 1967 – dědičnost se nepředává jen geny, ale také kolektivní druhovou pamětí. Morfogenetické pole má být ekvivalentem elektromagnetickému poli, ale týká se určitého biologického druhu a předávání znalostí, například určitých schopností opatřit si potravu. Jeho přístup bývá považován za přinejlepším spekulativní vědu, ale jednoznačné odsouzení jeho hypotéz se zdá také ukvapené. Rupert Sheldrake: the 'heretic' at odds with scientific dogma. The Guardian [online]. [cit. 2022-07-10]. Dostupné z: <https://www.theguardian.com/science/2012/feb/05/rupert-sheldrake-interview-science-delusion>

Kromě pokrevních příbuzných jsou součástí rodinného systému i lidé, na jejichž úkor rodina prosperovala, například díky dědictví.⁸¹ Dále sem patří lidé, na nichž někdo z rodiny spáchal násilí, hlavně pokud šlo o vraždu. A nakonec lidé, kteří spáchali násilí na naší rodině.⁸²

Zapletení

Podle principu rodinných konstelací jsou všichni tito lidé propojeni. To znamená, že cokoli se stane komukoli v tomto systému, se mě týká, což je v konstelačním smyslu slova sdílený společný osud. Hybnou silou osudového zapletení je bezmezná touha po příslušnosti ke skupině.⁸³ Každé dítě chce za každou cenu patřit ke svým rodičům a to se přesouvá dál do celého života v podobě touhy být členem určité skupiny. Hellinger mluví i o jakési síle, která propojuje a působí zvenčí. K té se dostaneme v části o svědomí.

Vyloučení jednoho člena rodiny má za násadek jeho následování dalším. Vyloučení je základní osa konstelační terapie. Většina rodinných problémů vzniká po vyloučení jednoho člena rodiny. Řády lásky nám ukazují, kde kompenzující vazba na vyhnance působí nesnáze.

Řády lásky

Hellinger předpokládá, že rodinné vztahy fungují na základě určitých pevně daných zákonitostí. Když tyto zákonitosti rozpoznáme a budeme následovat, naše rodinné vztahy budou harmonické.⁸⁴

Respektování práva na členství

„Každý člen má stejné právo patřit ke skupině a žádný člen nesmí upírat druhému jeho místo.“⁸⁵ Vyloučení bývají lidé, kteří trpěli nebo spáchali něco, co porušilo morální zásady rodiny. Oběť vyhnání může být dítě, které zemřelo hned po narození, nebo strýc, který zešílel.

Udržování úplnosti rodinného systému je cílem konstelací. Když si člověk vzpomene na někoho, kdo byl vyloučen, a zahrne ho přijetím, stává se rodina úplnější a stejně tak i obraz jeho vlastního já.⁸⁶

⁸¹ Příklad ze semináře: Jedna žena v inscenaci rodinného systému objevila, že její rodina koupila obchod, který jí živil, od starších manželů. Ti ho měli připravený jako dědictví pro syna, ten ale zemřel. Tento muž se stal členem její rodiny, protože měla z jeho smrti prospěch. Po tom, co při konstelaci uctila jeho smrt, se cítila lépe a problémy, se kterými přišla, se vyřešily.

⁸² Srov. HELLINGER, Bert. *Láska ducha: co k ní vede a jak jí lze dosáhnout*. Praha: Maitrea, 2011. s. 121-123.

⁸³ Srov. HELLINGER, Bert. *Rodinné konstelace: imperativy lásky*. Praha: Triton, 2007. s. 231.

⁸⁴ Srov. HELLINGER, Bert. *Rodinné konstelace: imperativy lásky*. Praha: Triton, 2007. s. 368.

⁸⁵ HELLINGER, Bert, Gunthard WEBER a Hunter BEAUMONT. *Skrytá symetrie lásky: co podporuje lásku v partnerských vztazích*. Praha: PRAGMA, c2000. s. 142.

⁸⁶ Srov. HELLINGER, Bert, Gunthard WEBER a Hunter BEAUMONT. *Skrytá symetrie lásky: co podporuje lásku v partnerských vztazích*. Praha: PRAGMA, c2000. s. 142-143.

Uznání časové hierarchie

Ti, kdo vstoupili do systému dříve, mají přednost před těmi, kteří přišli později. Disharmonii způsobuje, když mladší člen rodiny zastává postavení staršího (přijetí jeho odpovědnosti nebo privilegií). Matka a otec mají přednost před dětmi. Ve spojení dvou rodin je to komplikovanější.

Zachování pořadí systémů

Hierarchie dvou rodinných systémů se liší od hierarchie uvnitř jednoho systému. Nový systém má přednost před starým systémem. V praxi nový systém vzniká například při sňatku, kdy má rodina novomanželů přednost před jejich rodiči. Stejně tak má druhé manželství prioritu před prvním.

Přijetí časového omezení

Působí to paradoxně, ale v rozporu to není. Nejprve je důležité přijmout odmítnuté členy rodiny a dát jim místo v systému.

Rovnováha dávání a přijímání

Rodinní příslušníci by se měli řídit udržováním rovnováhy mezi dáváním a přijímáním. Když dáváme, máme dobrý pocit a máme i čisté svědomí (očekáváme návrat). Když přijímáme cítíme se zavázání. Když přijímáme, ztrácíme nezávislost a nevinnost, což způsobuje nepříjemný tlak, který nás vede k vyrovnání se s druhým. Dárce a příjemce se cítí dobře, pokud oba dávají a přijímají stejně. To je čisté svědomí → dynamická rovnováha.

Odříkání je metoda udržení iluze čistého svědomí. Pomáháním se vyjadřuje postoj, že je lepší, když jsi ty zavázaný mě, než když jsem já zavázaný tobě. Výměna vede k dobrému svědomí bez „vedlejších účinků“.

Existují situace, kdy je rovná výměna nemožná → vděčnost, předání dál.

Svědomí

Hellinger rozlišuje tři typy svědomí. Osobní svědomí, svědomí rodinného systému neboli skupinové či systémové svědomí a nakonec svědomí vedoucí k většímu celku, které později nazval duchovním svědomím.

Osobní svědomí vědomě cítíme jako vinu a nevinu. Z perspektivy svědomí je relativní to, co je dobré a zlé, protože je to diktováno konvencemi určité skupiny, ke které patříme nebo ke kterým bychom chtěli patřit. Osobní svědomí je zaměřené na individuální potřeby. Hellinger popisuje tři základní: potřebu patřit ke skupině, potřebu řádu a konvencí a potřebu rovnováhy

dávání a braní, které jsme se již věnovali. Základní účel svědomí je poutání lidí dohromady, protože je to důležité pro přežití. Svědomí buduje vztahy, ale paradoxně je narušuje, protože jednotlivé druhy svědomí i potřeby bývají ve vzájemném konfliktu.

Svědomí rodinného systému jedinec vědomě necítí, ale zakouší skrze nesoulad v rodinném systému. Projevuje se například psychosomatickými onemocněními nebo jakýmkoli dysfunkčními vztahy. Problémy vznikají porušením řádů lásky, viz výše. Svědomí rodinného systému je v konfliktu s konvencemi, které určují osobní svědomí. Podřízení se řádům lásky je aktem pokory, který nás nemá omezovat, ale zajišťuje svobodu. Je to jako plout s proudem v řece, pořád můžete plavat z jedné strany na druhou.⁸⁷

Svědomí vedoucí k většímu celku necítíme jako vinu a nevinu v osobním svědomí a nezakoušíme jeho následky jako ve svědomí rodinného systému. Řídit se tímto svědomím znamená přestat se řídit rodinnými a kulturními normami a osobními sklony. Je to jemné a nepopsatelné svědomí.

Cesta k tomuto stupni svědomí vyžaduje „vzdát se menší víry pro větší“.⁸⁸ Víra může být i destruktivní, pak se projevuje tak, že je člověk s Bohem zajedno jen za určitých okolností. To vede ke krutému vylučování druhých. Podle systemické logiky toto svědomí umožňuje proniknutí za hranice relativních konvencí a rozlišování nerelativního dobra a zla.⁸⁹ Ale není to jednoduché, protože při získání odstupu a nadhledu se člověk logicky cítí osamocený a staré svědomí ho láká zpátky.⁹⁰

Duše

Nejprve je třeba rozlišit mezi dvěma fenomény, které Hellinger popisuje pojmem duše. Jednak jde o duši individuální a jednak o duši, kterou bychom mohli nazvat nadindividuální, Hellinger jí říká větší duše nebo duch. Již zmíněné svědomí většího celku vede k této větší duši.

Individuální duši Hellinger považuje za jedinou správnou autoritu, kterou by se lidé měli řídit. Slovo duše užívá ve specifickém smyslu. Definuje ji jako ztělesněnou ve zkušenosti. Když

⁸⁷ Srov. HELLINGER, Bert, Gunthard WEBER a Hunter BEAUMONT. Skrytá symetrie lásky: co podporuje lásku v partnerských vztazích. Praha: PRAGMA, c2000. s. 140-148.

⁸⁸ **Příklad:** Příklad z rodinné konstelace ukazuje kněze, který miluje ženu a opouští církev. Pak je v konstelaci zastupována jeho manželka vedle „jeho“ církve. Srov. HELLINGER, Bert, Gunthard WEBER a Hunter BEAUMONT. Skrytá symetrie lásky: co podporuje lásku v partnerských vztazích. Praha: PRAGMA, c2000. s. 176.

⁸⁹ Srov. HELLINGER, Bert, Gunthard WEBER a Hunter BEAUMONT. Skrytá symetrie lásky: co podporuje lásku v partnerských vztazích. Praha: PRAGMA, c2000. s. 39-42.

⁹⁰ Srov. HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. s. 231-232.

člověk po něčem touží, je to víc než myšlenka, protože cítí bolest, ale ta není ani fyzická ani jen psychická. „Je jí dobře mezi tělem a myslí.“⁹¹

Pro naslouchání duši musíme překonat etické principy pro superego, které se projevují ve svědomí jako konvence předávané výchovou. Duše mluví jazykem lásky, pocity řekne, co potřebuje.⁹² Duše chce, aby v rodině vznikla integrace.⁹³ V tomto kontextu Hellinger hovoří o vědoucí duši nebo poli, které umožňuje vědění dosažené sdílením. Tak se opět orientujeme směrem k oné větší duši, přesahující a samostatně se řídící duši hledající řešení konfliktů v rodinném prostředí. Kontakt s ní lidé zakoušejí při konstelaci, kdy bez záměrů a vnější komunikace dostávají vědění. Jsou vystaveni vnějšímu působení síly.⁹⁴

Láska

Hellinger ji hledá za veškerým chováním, ať už je sebepodivnější. Stojí i za utrpením a symptomy psychických i fyzických nemocí. Skrze konstelační terapii se objevuje, kam láska směřuje. Abychom pochopili, jakou roli hraje v systemické terapii, rozebereme to, jak způsobuje nesnáze v rodinném soužití. Láska vede člověka k tomu, aby se obětoval pro druhé. Podvědomý program oběti zní: „raději já než ty“. Vede k tomu touha odčinit vinu druhého nebo ho vykoupit z utrpení, a dokonce i ze smrti. Zároveň je to výraz arogance, protože tak neuznávám sílu a důstojnost druhého. Pokládám se za silnějšího ke zvládnutí výzvy.⁹⁵

Tato dynamika se nejvýrazněji projevuje ve vztazích mezi rodiči a dětmi. Dětská láska k rodičům je určena potřebou patřit k nim kvůli přežití. Děti by z lásky udělaly cokoli, protože chtějí patřit do rodiny a budou sdílet společný osud, ať je jakýkoli. Tady se ukazuje rozporuplnost v Hellingerově výkladu. Sice dětskou lásku klasifikoval jako strategii přežití, ale zároveň dodává, že je to víc než strategie přežití, protože děti jsou schopné pro své rodiče i zemřít.

Tento instinkt sounáležitosti způsobuje osudové zapletení. Když se objeví skrytá dětská láska, objeví se i skrytý cíl, který je nevyplnitelný. Dítě chce svou obětí vykoupit milovanou osobu z nějakého neštěstí, nemoci nebo i smrti. Jedná podle svého nejlepšího svědomí a cítí se díky tomu dobře. Nahlédnutí skryté dětské lásky postaví její cíle před mysl dospělého člověka, ten rozpozná, že osud druhého svým utrpením překonat nemůže. Dětské představy vycházející

⁹¹ Srov. HELLINGER, Bert, Gunthard WEBER a Hunter BEAUMONT. Skrytá symetrie lásky: co podporuje lásku v partnerských vztazích. Praha: PRAGMA, c2000. s. 12.

⁹² Srov. HELLINGER, Bert, Gunthard WEBER a Hunter BEAUMONT. Skrytá symetrie lásky: co podporuje lásku v partnerských vztazích. Praha: PRAGMA, c2000. s. 9-15.

⁹³ Srov. HELLINGER, Bert a Gabriele TEN HÖVEL. Rodinné konstelace: objevná síla. Praha: Triton, 2004. s. 135.

⁹⁴ Srov. HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. s. 360.

⁹⁵ Srov. HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. s. 378.

z magického způsobu myšlení se rozplynou s vědomím toho, že osud druhého můžeme jen přijmout, ne nést za něj. Potom láska, která způsobovala trápení, může přinášet radost nebo i fyzické uzdravení.⁹⁶

Fenomenologie

Fenomenologie je základ, na kterém stojí rodinné konstelace. Už jsme zmínili, že tento přístup Hellinger objevil skrze semináře anglikánských duchovních, kteří se zabývali skupinovou dynamikou. Metodologicky to obnáší nezúčastněné pozorování a přijímání nových skutečností bez jejich souzení či hodnocení. Takový přístup je základním požadavkem kladeným na konstelačního terapeuta.⁹⁷

Pro pochopení toho, jak Hellinger charakterizuje fenomenologickou metodu v konstelační terapii, se podíváme na rozdíl mezi pozorováním a *viděním*. Pozorují se detaily, například klientovo chování, z čehož vyvodíme, co dělá. Hellinger dává přednost *vidění*, tak se klient vnímá jako celek, což vede k odhalení jeho osobnosti. Je to možné jen bez předsudků a skrytých úmyslů, protože cílem je hledání řešení, ne posuzování toho, co je správné.

Vidění je základním přístupem terapeuta. Vede ho k hlubokému vztahu, který vyžaduje respekt, ale také odstup. Tak se terapeut dostává do klientových služeb a musí se podřídit jeho situaci, být s ním. *Vidění* je zcela odlišné od intuice, která přichází jako okamžité pochopení směřující do budoucnosti. Intuice se dostavuje okamžitě, aniž bychom se snažili. Vidět vyžaduje soustředěné otevření se spojitostem, kterými se necháme ovlivnit. Když klienta vidíme, jsme ve spojení s něčím větším, než jsme my a klient.

K ještě konkrétnějším konturám fenomenologického přístupu se dostáváme skrze rozlišení mezi dvěma hnutími vedoucími k náhledu či vědění. Jedno vede ven a druhé dovnitř. To, které vede ven, můžeme nazvat pozorováním a vychází z něho tradiční věda. Věda přistupuje k neznámu tak, že si z něj vezme vždy jen nepatrný kousíček a zmocní se ho. Vědění vedoucí dovnitř vynechává detaily, soustředí se na celek skrze niterné soustředění. Při vstřebávání mnohého se podrobujeme introspekci a vystavujeme se mnohosti jevů. To je možné jen s prázdnou myslí. Vidění vyžaduje stav koncentrace a zároveň uvolněnosti. Hellinger pokládá za nutný postoj odevzdání se tomu, co se jeví.

Filosofická fenomenologie přichází se záměrem se vystavit jen tomu podstatnému. To se náhle objeví, a tak přijde poznání. Přičemž se neorientuje na základě pojmů a logiky. Z toho

⁹⁶ Srov. HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. s. 263-264.

⁹⁷ Srov. HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. s. 17.

Hellinger vychází a redefinuje svůj přístup jako psychologickou a nakonec náboženskou fenomenologii.

Psychologická fenomenologie vyžaduje vystavit se bez bázně a záměru reality, která se dere na světlo. Jednoduše řečeno jde o fenomenologický přístup aplikovaný v psychoterapii. Hellinger tu hovoří o vědění skrze sdílení, které klientovi umožňuje styk s něčím, co mu bylo dříve uzavřeno. Rovněž to umožňuje, aby zástupci cítili symptomy zastupovaných. To má podle Hellingera dokazovat existenci silového pole mezi klientem a členy jeho rodiny, bez kterého by konstelace nebyly možné. Při úvahách o tomto silovém poli Hellinger směřuje k úvahám o vědouce duši, které jsme se věnovali výše.

Náboženská fenomenologie znamená uznání autority většího celku, kterému jsme vydáni. Filosofie a psychologie se stává nedostatečnou, a tak vstupujeme na duchovní či náboženskou rovinu.⁹⁸ Hellinger ale dál zachovává fenomenologickou metodu: "...bez úmyslu, obav a bez předjímání, očekáváje prostě to, co se ukáže."⁹⁹

Vývoj rodinných konstelací

Rodinné konstelace se během Hellingerova působení rozšířily z rodinné terapie do dalších oblastí osobnostního rozvoje. Níže uvádíme historický vývoj této metody, přičemž Hellinger® scientia reprezentuje finále postupného vývoje konstelací.

1. fáze: 80. léta až 2002 – klasické rodinné konstelace
2. fáze: 2002 až 2006 – Pohyby duše
3. fáze: 2006 až 2016 – Duchovní rodinné konstelace
4. fáze: od roku 2017 – Originální Hellinger® Rodinné konstelace
5. fáze: od roku 2018 – Originální Hellinger ® Rodinné konstelace pod výhradním vedením Sophie Hellinger¹⁰⁰

Hellinger® scientia

Nová konstelační věda je věda o lásce ducha. Hellinger ji popisuje jako univerzální vědu o řádech lidského soužití, od rodinných vztahů až po vztahy mezi národy. Dále zkoumá řády pracovního života i řády, kterými se řídí fyzické nemoci. Je prezentovaná jako „skutečná věda“,

⁹⁸ Srov. HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. s. 354-363.

⁹⁹ HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. s. 360.

¹⁰⁰ The evolution from Familienstellens until today's Original Hellinger® Familienstellen. Hellinger@schule [online]. [cit. 2022-07-10]. Dostupné z: <https://www.hellinger.com/en/familienstellen/what-is-family-constellation/the-evolution-from-familienstellen/>

protože tyto řady Hellinger vyzoroval a veřejně předvedl na mnoha seminářích. Stále se jako živá věda vyvíjí a nezakládá žádnou školu, protože nejde studovat jako něco již uzavřeného a nejde předávat jako něco konečného. Neexistuje u ní sledování účinnosti, protože ji nelze posuzovat vnějšími měřítky. Její obhajobou jsou její účinky a úspěch. Hellinger dodává, že je to ve všech ohledech otevřená věda.¹⁰¹

Jiřina Prekopová

Cílem kapitoly je vystihnout jádro celoživotní práce Jiřiny Prekopové, abychom ho mohli podrobit následné komparaci a analýze. Centrálním bodem jejího díla je Terapie pevným objetím (TPO). Jde o patentovanou metodu s originální metodologií a etickými pravidly, která rozvinula. V rámci popisu TPO se rozvíjejí klíčová témata pro výstižné definování jejího přístupu k psychoterapii, budeme se zabývat: 1) Inspiračními zdroji, na kterých zakládá své metody. 2) S tím souvisí její chápání člověka jako vztahového a tělesného tvora. 3) Dále se dostaneme k přesahu její terapie do životního stylu. 4) Popíšeme její názory na společnost. 5) Prostor dostane i ostrá kritika od jejích odpůrců.

Život

Nyní se budeme věnovat momentům života Prekopové, které považujeme za klíčové pro zrod zmíněné terapie a definování jejího přístupu k psychoterapii. Většina tradičních psychoterapeutických přístupů klade na terapeuta požadavek po neutralitě a uměřenosti v projevu vůči klientovi. Prekopová je bezprostředně emocionální, jak při terapiích, tak i na přednáškách. Při sezeních dokonce pláče, protože chce být s klientem přítomná celou svou bytostí. Také ale dodává, že to, co se v ní odehrává, nesmí přesouvat na druhé, je si vědoma svých hranic.

Svoje povolání nedefinuje jako psychoterapii, ale spíš jako službu duchovního pastýře. Prekopová připomíná, že *therapeuein* ve starořečtině znamená sloužit. „Má modlitba je čirá obětavost, dávám se, a to se vši silou.“¹⁰² V knihách často reflektuje detaily z osobního života a své dětství. Kvůli komplikovanému vztahu se svou starší sestrou dokonce napsala knihu věnovanou prvorozenectví.¹⁰³

¹⁰¹ Srov. HELLINGER, Bert. *Láska ducha: co k ní vede a jak jí lze dosáhnout*. Praha: Maitrea, 2011. s. 29-30.

¹⁰² Srov. PREKOP, Jirina. *Nese mě řeka lásky*. Brno: Cesta, 2007. s. 37.

¹⁰³ *Prvorozené dítě*. Tato kniha je ze všech nejosobnější. Jako prvorozeného se mě dotkla. PREKOP, Jirina. *Prvorozené dítě: o sourozenecké pozici*. Praha: Portál, 2009.

Zkušenosti s postiženými dětmi na počátku své kariéry pokládá za důležité, protože jí naučily, jak vypadá bezvýhradná láska. Tyto děti jsou milovány, i když slintají, kulhají a řvou. V Mariaberger Heime ve švábském Albu pracovala v diagnostickém centru, kde se poprvé setkala s autisty.¹⁰⁴ Jsou pro ni tím největším tajemstvím, protože jsou tak uzavřeni do sebe, že se s nimi nedá normálně komunikovat. Jejich matky jim přitom umí porozumět srdcem.¹⁰⁵ Celou její kariéru určoval zájem o komunikaci v problematických situacích.

Nesmíme také vynechat její konflikt s komunistickým režimem. Život v nesvobodě prožívala velmi dramaticky, protože vzhledem ke svojí bujaré a rebelující povaze všude vyčnívala. Po puči v roce 1948 vstoupila na univerzitu, která se stala marxistickou. Psychologii a filosofii studovala hlavně undergroundově a diplom jí přiznali až s dvacetiletým zpožděním. Svoje spolužačky označovala za hloupé „přítakávačky“. Po mnoha dramatických zvratech ve 41 letech emigrovala do Německa. Tady pomaloučku začala s psychoterapeutickou praxí, po pádu komunismu svou působnost rozšířila i na Česko.¹⁰⁶

Pevné objetí

Pevné objetí je kontaktní terapeutická metoda, která zprostředkuje prostor pro emocionální konfrontaci. Je orientovaná primárně na rodinné vztahy. Terapie byla původně zaměřena na autistické¹⁰⁷ a jiné problematické děti, ale postupně se rozšířila téměř na všechny: autisty, děti od 18 měsíců i dospělé.¹⁰⁸ Terapie probíhá primárně vleže, ale může i vsedě. Probíhá mezi dvěma lidmi, objímajícím a objímaným, při tom o ně pečuje terapeut.¹⁰⁹ Cílem je „působení bezpodmínečné lásky k bližnímu a sobě samému.“¹¹⁰

Inspirace a vývoj

Autismus

Základní inspirací pro vznik TPO je práce Prekopové s **autistickými** dětmi. V počátcích zásadně odmítala cokoli jim nutit. O pevném objetí neuvažovala ani náhodou, protože byla

¹⁰⁴ Srov. PREKOP, Jirina. Nese mě řeka lásky. Brno: Cesta, 2007. s. 14.

¹⁰⁵ Srov. PREKOP, Jirina. Nese mě řeka lásky. Brno: Cesta, 2007. s. 13-17.

¹⁰⁶ Srov. PREKOP, Jirina. Nese mě řeka lásky. Brno: Cesta, 2007. s. 20-35.

¹⁰⁷ „Autismus je psychiatrické onemocnění způsobené abnormálním vývojem centrální nervové soustavy. Projevuje se neschopností vytvářet sociální vazby, komunikovat a dotvářet komunikaci mimikou, omezenými, stereotypními zájmy a neadekvátní reakcí na senzorické stimuly“ Autismus. Wikiskripta [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://www.wikiskripta.eu/w/Autismus>

¹⁰⁸ „Malé dítě (zhruba do 18 měsíců) je objímáno v embryonální poloze. Jen tak mu může rodič hledět do očí a zrcadlit tak jeho výrazy obličej.“ Pevné objetí podle Jiriny Prekopové. Go Kids [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://gokids.cz/pevne-objeti-podle-jiriny-prekopove/>

¹⁰⁹ Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 11.

¹¹⁰ PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 11.

zděšená z incidentu Roberta Zaslowova, když při použití této metody zemřelo dítě.¹¹¹ Metodologicky následovala **Nikolaase Tinbergena**, který se zabýval instinkty útěku a zastával co nejšetrnější přístup k autistům. Později se ale přiklonil k metodě **Marty Welchové**, která vyvinula terapii holdingu. Pochopila, že objetí je nejpřirozenější metoda řešení absence biologicky podmíněného přilnutí k matce.¹¹² Diametrální obrat v Tinbergenově myšlení navedl Prekopovou směrem k terapii pevným objetím.¹¹³

Celostní přístup a vědecká argumentace

Pro Prekopovou bylo typické velmi široké pojetí témat, kterým se věnovala. Kromě terapeutického pohledu na věc se pouští i do filosofických myšlenek o lidském bytí a spiritualitě. Humanitní a duchovnější přístupy propojovala s přírodovědeckými objevy. Uvádíme zde výřez vědeckého ukotvení TPO.

TPO je kontaktní terapie, protože se při ní lidé celou dobu intenzivně dotýkají. V tomto procesu je **tělesné vnímání** základním prostředníkem komunikace. Jedním z pěti smyslů je hmat, jinými slovy, taktálně kinetická vestibulární funkce.¹¹⁴ Při pevném objetí se využívá lidská schopnost vnímat a komunikovat hmatem, beze slov. Počaté dítě se řídí především pokožkou. Cítí pohyb a tlak. Po narození začne pomalu používat další smysly a schopnosti, ale hmat je zásadní v počátcích vývoje.

Dítě naléhavě potřebuje symbiotický kontakt s matkou, protože je z biologického hlediska asi o rok předčasně narozené. Přilnutí probíhá v objetí a je vnímané hmatem. Člověk je sekundární nošenec.¹¹⁵ To znamená, že se senzomotorický vývoj odehrává v matčině náruči po narození, ne v děloze. Až po symbiotickém přilnutí k matce se dítě může plně vyvinout a poté odpoutat a být samostatné.¹¹⁶

Prekopová spatřuje důvod předčasného narození v možnosti zrcadlení při pohledu z očí do očí. Při tom se odvolává na Giacoma Rizzolattiho, který objevil zrcadlicí neurony a zjistil, že je zrcadlení neaktivnější při hledění na matku a při kojení. Senzomotorické stádium trvá asi

¹¹¹ V pevném objetí zemřelo dítě. Motívem těch rodičů bylo dosažení poslušnosti dítěte. Prekopová to považuje za krotitelství, a ne terapii a je to proti zásadám TPO. Rodiče přišli na terapii a chtěli, aby holčička řekla ano, ale ona říkala pořád ne. Poté jí zavázali do pytle a řekli jí, že ji pustí, jen když řekne ano. Situace dál eskalovala až si na ni její (adoptivní) matka, terapeutka i asistent sedli. Holčička prosila, aby jí pustili, ale říkala pořád ne, tak seděli dál. Není jisté, jak terapie probíhala dál, protože záznam zde končí, ale druhý den holčička na její následky zemřela. Srov. PREKOP, Jirina. Jiřina Prekopová, Jaroslav Šturma - výchova láskou: rozhovor. Praha: Portál, 2012. s. 86.

¹¹² Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 15-17.

¹¹³ Záhy se s touto metodou setkala v praxi, protože se její klienti s autistickým dítětem setkali s Tinbergem a terapii prošli. Dítě poté udělalo velký pokrok, protože začalo navazovat oční kontakt s rodiči.

¹¹⁴ Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 43.

¹¹⁵ potřeba být nošen mimo hnízdo, jako například klokan. Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 45.

¹¹⁶ Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 37-39.

do 24. měsíce, až potom se v dítěti rozvíjí ponětí o individuálním já. Dítě se v objetí biologicky vyvíjí a kromě toho je poprvé v kontaktu s bezpodmínečnou láskou, protože je na těle akceptováno za všech okolností.

Smyslem pevného objetí je otevřít možnosti komunikace, které jdou za hranice řeči. Lidé jsou ve fyzickém kontaktu tváří v tvář, hrudí k hrudi a břichem k břichu. Probíhá setkání dvou těl a dvou duší. „Vize spasení ožívá úplně konkrétně v potu a slzách obou lidí, kteří svou bolest proměňují v lásku.“¹¹⁷ Pro terapeuta TPO je tělo nástroj nebo médium, kterým se dají vnímat vlastní pocity a pocity druhého.¹¹⁸

Pro dokreslení tendencí Prekopové propojovat filosofii, náboženství a vědu, přikládáme několik myšlenek z jejího díla:

Terapeut je jako duchovní pastýř, který přichází s nadějí na obnovení lásky. Prekopová se tak od vědy dostávala ke spiritualitě, která prochází od křesťanství přes všechna další náboženství. Bůh v ní je jednotný se svým stvořením. Pojící silou je láska. „Bůh je láska, a kdo zůstává v lásce, v Bohu zůstává a Bůh v něm. (1 J 4,16)“¹¹⁹

„Láska je jedním z nejdůležitějších témat TPO, to však není možné bez uplatnění zákona protikladů. Neboť polarita je základním vzorcem pro proud spojených energií. Tak jako elektrický proud plyne mezi opačnými póly od záporného ke kladnému, teprve konfrontace se strachem spouští odvalu a bez ukřižování by nebylo žádné zmrtvýchvstání, tak *musí obnovení lásky vyvolat protipól nenávisť.*“¹²⁰

„Smyslem lidského bytí je, aby člověk v lásce sloužil lásce. Pokud ho však impulz vycházející z limbického systému svede k jednání, která má pro lásku ničivé důsledky...“ měl by zvířecí impulz zkrotit.¹²¹

Moudrost starých národů a přirozenost

Prekopová se často odkazovala k moudrosti prastarých národů. Jejich život pokládala za zdravý, protože jsou tito lidé těsněji spojení se svým tělem i lidstvím. Například díky přirozené intuici nosí děti u srdce v šátkách. Doba, do kdy dítě nosí v šátku, je 2 – 2,5 roku, což přibližně odpovídá i době, kdy je podle poznatků vývojové psychologie zralé na první kroky

¹¹⁷ PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 37.

¹¹⁸ Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 37-39.

¹¹⁹ Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 33.

¹²⁰ PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 32

¹²¹ Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 52

k odloučení.¹²² Kromě toho obdivuje jejich psychicky léčivé rituály a poměry v rodinném životě.¹²³

Prekopová se sama odvolává k moudrosti přírodních národů, ale zároveň kritizuje společenská hnutí, která se nechávají exotickým „návrtem ke kořenům“ nekriticky uhranout. Za problematické považuje, když se jejich zásady bez rozmyslu napodobují, protože není možné, aby se kmenové metody aplikovaly v moderním světě stejným způsobem jako v chudých poměrech přírodních národů. Hlásá se maximalizace tělesného kontaktu a důvěra vlastním instinktům. Jenže moderní člověk je od svých instinktů už oddělený, takže se jimi logicky nemůže s důvěrou řídit. V primitivních kulturách se sice maximalizoval fyzický kontakt s dítětem (mazlení), muselo se ale přizpůsobit matce. V primitivní kultuře má žena víc než jedno dítě a musí zajišťovat potravu, mají i omezený životní prostor. Moderní životní styl umožňuje, aby se matka přizpůsobila dítěti téměř ve všem. Dítě má vlastní postýlku, pestrý výběr stravy, matku, která má na něj čas, atd. Pro dítě není zdravé, aby bylo absolutním pánem své matky, jak Prekopová popisuje v knize *Malý tyran*.¹²⁴

Diagnóza společnosti

Jeden z elementární rysů díla Prekopové je ostrá kritika západní společnosti, která se objevuje téměř v každé její knize. Přírodní národy často užívá jako zdravou alternativu společenského uspořádání. Vědecko-technokratický životní styl pokládá za jakýsi kolektivní autismus, který se projevuje zapomněním, jak se sdílet s ostatními. Lidé tak ztrácejí přístup k lásce.¹²⁵ Naš kulturní okruh je typický orientací na konzum a marketing. Jeho poselství o zdroji štěstí je založeno na chtění a vlastnění. Mladí lidé mají ve srovnání s minulou generací kvůli mobilům rozvinutější centrum mozku, které ovládá palec, a méně rozvinuté centrum řeči. V blahobytné společnosti se spoustou obrazovek máme vždycky prostor k útěku, před druhými i před svými starostmi. Upřednostňuje se virtuální komunikace před reálnou.

Prekopová sice uznává, že je dnes více možností a ženy mohou budovat kariéru, ale soustředí se převážně na problémy. Ostatně, i v těchto výhodách nachází jed, protože kariéra ženy připravuje o ženství a děti o matky.

Vzhledem k tomu, že se Prekopová věnuje rodinné terapii a dětem, vypořádává se i s různými výchovnými trendy. Největší problém má s anti-autoritativní a anti-pedagogickou

¹²² Srov. PREKOP, Jirina. *Malý tyran*. Praha: Portál, 2014. s. 56.

¹²³ Srov. PREKOP, Jirina. *Nese mě řeka lásky*. Brno: Cesta, 2007. s. 55.

¹²⁴ V našich poměrech se navíc přizpůsobuje jedináčkoví, a ne jednomu ze šesti dětí. Srov. PREKOP, Jirina. *Malý tyran*. Praha: Portál, 2014. s. 87-90

¹²⁵ Srov. PREKOP, Jirina. *Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě*. Praha: Portál, 2013. s. 15-17.

vlnou, která dítě pojímá jako moudrou a soběstačnou bytost, která sama nejlépe ví, co potřebuje. Takový přístup k výchově pramení z křivdy rodičů, kteří vyrůstali v autoritativní výchově. Rodiče nezvladatelných dětí mají tedy postoj „moje děti se budou mít lépe, než jsem se měl já“.¹²⁶

Cílem anti-autoritativní výchovy je dát dítěti co největší volnost, aby se v něm rozvinula jeho přirozená nadání. Prekopová tento pedagogický směr považuje za ideologickou honbu za svobodou, která je typická pro moderní individualistický svět. Svoboda je prosazována bez rozmyslu, tak se zapomíná na naše přirozené hranice. Lidé se stávají narcisty a bývají často nepoužitelní pro zodpovědný život, protože se v dětství nenaučili vypořádávat s překonáváním překážek. Nutnost individuální svobody vede k životu s jen příležitostnými vztahy. Singles pokládá za „výkladní skříň“ fenoménu, který nazývá atomizovaná společnost.¹²⁷

Prekopová bere svou terapeutickou a autorskou činnost jako boj proti těmto společenským trendům. Prosazuje láskyplnou výchovu s jasně definovanými hranicemi a s kultivací prostředí pro konstruktivní konfrontaci.

Malý tyran

Jako malého tyrana Prekopová označuje dítě, které je panovačné a naprosto nezvladatelné. Dokonce se u něj projevují autistické rysy chování. Mohli bychom ho považovat za symptom nemocné společnosti. Tito tyrani se vyznačují chorobnou panovačností hraničící s autistickým chováním. U autistických dětí se panovačnost objevuje ve vyšším stupni sociálního vývoje, v okamžiku navázání kontaktu s matkou. Dítě jí začne vládnout, matka tomu jde vstříc, protože má radost z nového kontaktu.¹²⁸

Tyranská nemoc panovačnosti se dále vyznačuje poruchami spánku, poruchami příjmu potravy (když nedostanou jídlo, které si přejí, drží hladovku) a hektickým neklidem. Tyran má dvě tváře (někdy je úplně hodný, jindy velmi zlobivý), má zálibu ve shromažďování (dítě si hraje tak, že třídí a rovná svoje hračky, nehraje si s nimi, ale panuje jim). Tyto děti jsou nenasytné v distribuci práv a nesnesou žádný neúspěch. V okamžiku neúspěchu může přijít regrese nebo záchvat hněvu. Zpravidla se nepouštějí do žádných neznámých činností a fascinují je role mocných a agresivních. Prekopová zjistila, že porucha není biologické povahy, ale je určená řadou chyb ve výchově. Zvláštní je, že se chorobně panovačné děti objevují i u rodičů,

¹²⁶ Srov. PREKOP, Jirina a Gerald HÜTHER. Odhalte poklad u svého dítěte: kniha pro zvědavé rodiče. Praha: Grada, 2008.

¹²⁷ PREKOP, Jirina. Jen v lásce přežijeme. Praha: Portál, 2014.

¹²⁸ Srov. PREKOP, Jirina. Malý tyran. Praha: Portál, 2014. s. 15-20.

kteří zdravé dítě již vychovali. Tyrani bývají jedináčci a zpravidla se ocitli v mimořádné situaci, například ohrožení nemocí. Jsou to děti, které vzbuzují soucit a starost. Základním impulzem pro poruchu je snaha rodičů za každou cenu přesvědčit dítě, že je milované.¹²⁹

Není to důsledek anti-autoritativní vlny, ta produkuje slabochy, ale ne tyrany. Prostředí, ze kterého tyrani pocházejí, je spíš „něžná vlna“, kterou vystihuje fascinace primitivními kulturami. Lidé se chtějí vrátit k přírodě a přirozeným instinktům. Dítěti by měli věnovat všechnen čas a objímají ho, kdykoli samo zachce. Samo o sobě na tom není nic špatného. Dítě potřebuje láskyplný kontakt, ale taky jasné hranice. V primitivních kulturách ho matka nosila v šátku i při práci a sama určovala, kdy ho z něj vyndá a kdy ne. Jen v moderní blahobytné společnosti může nastat situace, kdy si dítě úplně zotročí své rodiče.

Jen když má dítě jasně definované hranice, co smí a co ne, může se cítit v bezpečí. Prekopová panovačnost interpretuje jako sklon nahrazovat si pocitem moci pocit bezpečí. Jasné hranice a přitom i lásku dítě pocítí při TPO. Terapie zároveň může rozklíčovat systemické pozadí problémů.

Formující zkušenost s objetím

I přes vědecké důkazy podporující praxi TPO v sobě Prekopová cítila silné výčitky, že je terapie útokem na princip svobody. Definitivně se pro ně rozhodla po tom, co pevné objetí prodělala. Její partner Valentýn k ní během jedné hádky přistoupil a spontánně provedl pevné objetí, ve stoje a přímo v kuchyni, kde se hádali. Po tom, co v objetí bezprostředně vyjádřila vnitřní napětí, cítila, jak mezi nimi opět proudí láska. Od té doby metodě důvěřuje.¹³⁰ Dále reflektovala prameny Valentinovy intuice a zjistila, že mu jeho dědeček pevné objetí dával, když byl malý. Bral to jako přirozený způsob, jak usměrnit bouřlivý temperament dítěte.

Konstelace Berta Hellingera

Další podstatný vliv na její formu terapie pevným objetím měl Bert Hellinger se svým systemickým přístupem k rodině. Ovlivnil její uvažování o člověku, který se najednou jeví jako bytost determinovaná rodinným systémem a zákonitostmi, které Hellinger nazývá řady lásky. Prekopová připomíná, že se musí zohlednit pluralita rozměrů: geny, vlivy okolí, výchova, průběh života od momentu zplození (přilnutí, vzdor, odpoutání, milostný život). Včlenění do

¹²⁹ Srov. PREKOP, Jirina. Malý tyran. Praha: Portál, 2014. s. 33-41.

¹³⁰ Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 17-20.

rodinného systému je jen dílkem skládačky.¹³¹ Na praktické rovině konstelace posloužily jako diagnostický či anamnestický aparát, který předchází samotné pevné objetí.¹³²

Prekopová hovoří o úspěšném snoubení systemického přístupu a pevného objetí, jako by se staly jedním. Konstelace učiní vnímatelným zapojení účastníků terapie do vyšších řádů neboli systému rodiny. V tomto bodě se Prekopová odkazuje na morfogenetická silová pole jako na seriózní fenomén, který zatím čeká na prozkoumání vědou. Hellinger zásadně zdokonalil TPO. Klienti, kteří prožívali objetí, podvědomě řešili konflikty jejich příbuzných, ne své vlastní. Před pevným objetím je nejprve třeba odhalit systemická zapletení. Tak se určí pořadí klientů a témat, kterým se můžou věnovat. Samotné objetí poskytne prostor pro konfrontaci, kde se může vykřičet bolest.¹³³ Hellingerova intervence přeměnila TPO, které bylo jednorázovým řešením problematických vztahů mezi dvěma lidmi, v komplexnější řešení vztahů mezi různými členy rodiny.¹³⁴

Cíle TPO

Terapie pevným objetím se v průběhu času vyvíjela. Prekopová uznává, že se v počátcích dopustila řady omylů.¹³⁵ Počáteční forma terapie je popsána v knize *Kdybys mě pevně objímal* z roku 1989. Původně znamenalo pevné objetí držení člověka v emocionální krizi, dokud nebude lépe. Novější forma je chápána širěji jako prostředek, který poskytne prostor pro komunikaci a emocionální konfrontaci, když vážnou slova. Tato podoba terapie pevným objetím je patentovaná jako Pevné objetí podle Jiřiny Prekopové a je definičně spjata s konkrétními etickými a kontraindikačními pravidly. TPO „je hnutí, které si uvědomuje existencionální nouzi a rozvíjí praktickou pomoc“. Naučit se konfrontovat místo úniku: „nechci se chovat jako zvíře, které tě napadne a uteče, ale nechám vykvést lidskou vůli k lásce“.¹³⁶

Cíle terapie kopírují i její chronologický průběh. 1. emocionální konfrontace, 2. připuštění a kultivace agresivity, 3. vzájemné vcítění a 4. zvládnutí konfliktu.

¹³¹ Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 39-41.

¹³² Srov. PREKOP, Jirina a Bert HELLINGER. Kdybyste věděli, jak vás miluji. Brno: Cesta, 2008. s. 7-25.

¹³³ Systemická rodinná hierarchie určuje, i kdo koho objímá. Muž objímá manželku a rodič dítě. PREKOPOVÁ, Jiřina. Von der gegliückten Vermählung des systembezogen Ansatzes Hellingers mit der Festhaltetherapie Prekops. Holding Times. 1998

¹³⁴ Příklad: rodina přijde s nezvladatelným synem. Otec mu dává pevné objetí, aby se mezi nimi obnovilo láskyplné pouto. Ale místo toho, aby syn cítil otcovu sílu, je před ním jen malý kluk, který má strašlivý strach ze svého otce. On si to neuvědomuje, ale celou dobu jeho syn zastupuje dědečka, kterému nebylo dáno spravedlivé místo v rodinném systému. Otec na něj raději zapomněl, protože byl alkoholik. Nejdřív ho musí přijmout a až poté může být svému synovi otcem na správném místě. + Příběh s Manželem a Manželkou → žena křičela za babičku na jejího muže, který ji ponižoval (dvojitý přesun)> hleděla někam pryč ne na muže> to tobě patří moje zloba ne mému muži> až pak pohled zpřímá na muže. Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 28-32.

¹³⁵ Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 92.

¹³⁶ Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 71.

Velmi stručně řečeno, první čtyři fáze umožňují ošálit limbický systém. Podle Prekopové je objetí ideální prostředek, který dokáže překonat naši, zčásti zvířecí podstatu, která nás při konfliktu nutí útočit nebo utíkat. Až když překonáme naše pudy, můžeme jako lidé přistoupit k řešení konfliktu. Prekopová to dokonce formuluje tak, že až když s rozumem překonáme hněv a přistoupíme k lítosti, otevřeme se lásce. Terapie nám poskytne cestu k druhému, když jsme v zajetí vlastního utrpení a ega.

Ke vcítění je třeba rozum, kterým dokážeme zhodnotit situaci protějšku. Například pochopit, proč byl táta agresivní. Odhalíme, že je to tak, protože se bál svého otce, a tak dostane prostor soucit a lítost. Ta pak vede k lásce. Nahlédnutí situace protějšku nás vede k systemickému pojetí rodiny.

5. Emocionální naplnění systemického pořádku: ze systemického pohledu je velká část rodinných konfliktů způsobena nerespektováním „řádů lásky“. Pevné objetí umožňuje jejich naplnění.¹³⁷

6. Rehabilitace vazby, která často neexistovala: v tomto bodě se vracíme zpět k problematice dětské potřeby láskyplné a bezpodmínečné symbiózy, která bývá narušená (například komplikovaným porodem). Pevné objetí může rehabilitovat porodní zkušenosti, čímž umožní nové navázání vazby k matce. Z širší perspektivy může jít i o vztah mezi jinými příbuznými. Vazba mezi otcem a synem apod.

7. obnovení lásky, která již kdysi proudila

8. bezpečí a svoboda¹³⁸

Jak bylo uvedeno na začátku, cílem TPO je svoboda. A to konkrétně vnitřní svoboda. Dostáváme se k ní paradoxně poutáním s partnerem v objetí. Osvobození je podle Prekopové možné jen tehdy, když zároveň uznáme, kde jsou naše hranice. TPO zprostředkovává uvědomění, jak moc jsme spojení se svými rodiči. Dítě se může osvobodit, jen pokud je nejprve symbioticky závislé na matce. K problematice hranic svobody se vrátíme v části Malý tyran.

Kontraindikace:

1. výchovný prostředek: TPO se nesmí používat jako výchovný prostředek a zejména ne jako trest. Pak by se jednalo o krotitelství a týrání.

¹³⁷ Například.: děti často cítí zodpovědnost za své rodiče, které podvědomě chápou jako zranitelné. Zranitelnou se může zdát matka, kterou bije otec alkoholik. Jejich dítě emočně předčasně dospěje, aby alespoň svým postojem matku chránilo. Tato zásada je proti systemickému pořádku, protože tak dítě neuznává rodinnou hierarchii, kterou definuje moc a starost rodiče nad dítětem. V TPO klient prožije konfrontaci s matkou a po vykřičení této bolesti se jí svěří do péče jako dítě matce.

¹³⁸ Všechny osm cílů Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 90.

2. afektivní ambivalence: Rodiče musejí být jednoznační ve svém přístupu k dítěti při terapii. Jednoznačnost je pro dítě potřebná nejen při terapii, ale i v každodenním životě. Nedovyvinutý mozek můžou ambivalentní signály od rodičů poškodit.

3. jeden z rodičů je proti. Samozřejmě se na tom musejí rodiče shodnout. Ne jen z právního hlediska, ale i z terapeutického, protože dítě nesnese nesoulad mezi nimi.

4. odmítnutí konstelačního pořádku: klienti musejí respektovat systemické zákonitosti. Viz kapitola Hellinger.

5. psychóza nebo hraniční porucha osobnosti: nevyhnutelná emoční krize při TPO ohrozí pojem o realitě.

6. sexuální zneužívání objímajícím, trauma ze sexuálního zneužívání se TPO řešit dá, ale nikdy ne s jeho původcem.

7. demence (někdy i samotné stáří a tvrdošijnost), člověk nedokáže rozumně přehodnotit svou situaci. Klíčový okamžik po rozuzlení terapie je nahlédnutí reality za hranicemi emočního utrpení nebo hněvu.

Terapeut TPO musí absolvovat kurz, který zahrnuje: 2–3 roky vzdělávání, 400 hodin teorie, minimálně 400 hodin praxe. Musí znát své hranice a komunikovat s jinými profesionály. Terapie není jediná metoda, jak léčit, a na některé případy se lépe hodí jiné přístupy. Pětina terapeutů TPO jsou i systemičtí terapeuti (2008).

Druhy TPO rozlišujeme podle toho, za jakým účelem a pro koho je určená.¹³⁹ Hlavní typy jsou: Sepětí mezi matkou a dítětem nebo otcem a dítětem, rehabilitace porodu, manželské usmíření nebo pevné objetí pomocí vizualizace. Témat, kterým se tyto druhy terapie věnují, jsme se již dotkli. Dovysvětlíme pouze vizualizační metodu, která je vhodná, když se člověk potřebuje konfrontovat s příbuzným, který nechce přijít nebo je již mrtvý. Také se používá na vypořádání se s traumatem.

V případě nepřítomnosti vybrané osoby objímá terapeut nebo častěji blízký, který zastupuje nepřítomného. Terapeut přítomnému navodí sugestivní stav, ve kterém si představuje setkání s člověkem ke konfrontaci. V průběhu objímání je klient zaveden do vzpomínek na osobu, se kterou chce komunikovat. Když přijde čas na konfrontaci, objímající představuje třeba babičku, které klient může povědět všechno, co má na srdci.

Co se týče **traumatu**, můžeme řešit například ztrátu blízkého, autonehodu, přeapadení nebo znásilnění. Těžké trauma je na hranicích možností TPO a je doporučeno obrátit se na jiného odborníka, i přes to TPO dokáže s některými traumaty dobře pracovat. Tělesné zaměření

¹³⁹ Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 117.

terapie je příhodné, protože potlačená traumata mysl zapomněla, ale jsou vryta do limbického systému. Proto se může stát, že se na ně klient při objímání neplánovaně rozpomene. Terapeut musí změnit přístup, povolit objetí a konejšit.

Například při znásilnění se postupuje následovně. Nejprve se kladou otázky po totožnosti pachatele. Když se odhalí tabu, otevře se cesta ke smíření. Začne se s vizualizací systemických souvislostí. To znamená, že klient nahlédne, co vedlo násilníka k jeho chování. Velmi často sám znásilnění prodělal nebo měl jiné vážné problémy. Ve stavu extrémního emočního vypětí a mírné sugestivní hypnózy mají klienti překvapivé vhledy a schopnost chápat situaci násilníka. Dál se při vizualizaci přikročí k aktu zdoání, odhození násilníka. Při tom všem člověk fyzicky cítí, jako by se to opravdu dělo, a tím přepisuje starou informaci v limbickém systému.

Terapie pevným objetím jako životní styl

TPO je terapeutická metoda, která je prezentována tak, jako by se zakládala na instinktivním přirozeném procesu zvládání konfliktů. Z této, řekněme, přirozené úrovně se rozvinula v psychoterapii. Prekopová na základě metodologie a poznatků TPO rozvinula zásady pro chování, které zaručí harmonické soužití v rodině. Etická pravidla tohoto životního stylu jsou kombinována s praktikováním pevného objetí.

Po prodělání objetí s terapeutem se ho mohou chopit sami rodiče a opakovaně ho praktikovat v domácnosti mezi sebou a dětmi. Dětem je třeba vysvětlit, že se praktikuje nový životní styl v rámci již zmíněných etických pravidel. Když přijde konflikt, objetí už nemusí být tak intenzivní, například bude stačit objímat se v sedě. Mezi manželi pak stačí jen ve stoje, držíce ruku v ruce a při pohledu do očí. Praktikuje se tak stále základní poslání TPO poskytnout prostor pro konstruktivní konfrontaci navzdory zjitřeným emocím.¹⁴⁰

Životní styl znamená: upustit od tělesných trestů, výhrůžek odepření lásky, řešit konflikty emoční konfrontací. Konflikt chápeme jako šanci pro růst a posílení vzájemné lásky. Dále dodržujeme systemické pořadí v rodině. Po dobrém dosáhneme nejvíce.¹⁴¹

Další evoluce TPO jako životního stylu dala vzniknout „škole lásky v rodině“. Je to seminář, na kterém se lidé, kteří prožívají vztahovou krizi, naučí zacházet s konflikty a zachránit manželství a rodinnou pohodu. Cíl je nalézt starou lásku skrytou pod zklamáním a

¹⁴⁰ Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 84-89.

¹⁴¹ Srov. PREKOP, Jirina a Christel SCHWEIZER. Děti jsou hosté, kteří hledají cestu: výchova a respektování dítěte. Praha: Portál, 2015. s. 97-101.

nedorozuměním. Samotné objímání se už nepraktikuje, ale podstata TPO je stále přítomná. Seminář obsahuje meditace na usmíření s vlastními rodiči. Jeho jádrem je cvičení vzájemné konfrontace před celou skupinou, kterou vede moderátor. Podstatný je dialog z očí do očí. Snaha emocionálními prostředky získat protějšek a v první osobě sdělit svou bolest.¹⁴²

¹⁴² Srov. PREKOP, Jirina a Christel SCHWEIZER. Děti jsou hosté, kteří hledají cestu: výchova a respektování dítěte. Praha: Portál, 2015. s. 10-20

Analytická část

Analýza díla Berta Hellingera

Nyní přistupujeme k analýze díla Berta Hellingera. Bude zajímavé srovnání různých výkladů jeho práce. Prostor dáme výkladu z pragmatické perspektivy jiných systemických terapeutů i kritice. Poté se skrze jeho vlastní pohled na svou metodu dostaneme k transkulturní analýze, která se zaměřuje na implicitní filosofická východiska Hellingerovy práce. Zajímá nás kontext, který definoval jeho metody. Tady se bude rýsovat téma vztahu terapie k transcenci. V druhé části se zaměříme na pojem láska, který je srdcem jeho metody i teoretických východisek transkulturní komunikace.

Pragmatický výklad terapie rodinnými konstelacemi

Arist von Schlippe a Jochen Schweitzer Hellingerovu metodu klasifikují jako „ultrakrátkou terapii“ orientovanou na řešení, která spočívá v „rozestavování“ sousoší.¹⁴³ Hellinger a klient vychází pouze ze základních údajů o vnějších událostech, jinými slovy nezáleží na tom, jak se lidé cítí ohledně své rodiny, ale jaká jsou fakta. Hellinger do sousoší vstupuje a hledá harmonické uspořádání, při tom se teprve doptává na pocity jednotlivých zástupců.¹⁴⁴ Hellingerova metoda je originální, především kvůli důrazu na pokoru k řádu, který určuje podobu systému rodiny.

Kliničtí praktikové Schlippe a Schweitzer se zabývají výhradně praktickým výkladem jeho díla. Pokud je někdo arogantní a usiluje o místo v rodině, které mu nepřísluší (jako dítě, které si bere odpovědnost za vztah rodičů), pak trpí. Motivační silou tohoto jednání je láska, která tu vyjadřuje vazbu dítěte na systém. I když jedná z lásky, je to opovážlivost. Spouští se proces nevědomého sebetrestání, které dovede vyřešit jen pokora. To znamená přijmout své místo a poděkovat za něj. Dále se Hellinger, stejně jako Helm Stierlin nebo Virginia Satirová, zaměřuje na vyloučené a nahrazené osoby, se kterými se identifikují zbylí členové systému. Například, když se identifikujeme se zemřelým, můžeme odmítat vlastní život.¹⁴⁵ Tak vzniká takzvané systemické propletení.

Schlippe a Schweitzer také uvažují o důvodu velké Hellingerovy popularity. Pravděpodobně to ovlivnil Gundhard Weber, významný člen týmu zabývající se systemickou a rodinnou terapií na univerzitě v Heidelbergu, který Hellingera představil velkému množství systemických terapeutů.¹⁴⁶ Ožehavým tématem Hellingerovy terapeutické práce je jeho vztah

¹⁴³ Hellinger sám rodinu „nesochá“, ale nechá ji stavět samotnými zástupci. Srov. HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. s. 369.

¹⁴⁴ Srov. SCHLIPPE, Arist von a Jochen SCHWEITZER. Systemická terapie a poradenství. Brno: Cesta, 2006. s. 32-33.

¹⁴⁵ Srov. SCHLIPPE, Arist von a Jochen SCHWEITZER. Systemická terapie a poradenství. Brno: Cesta, 2006. s. 33-34.

¹⁴⁶ Dr Gunther Weber [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <http://www.gunthard-weber.de/>

k pravdě. Čímž se také, na první pohled, vymyká z klasické systemické terapie. Na rozdíl od klasické konstruktivistické systemické terapie nepovažuje pravdu za subjektivní konstrukci klienta. Nevychází ani z objektivistického chápání pravdy. Hellinger je fenomenolog, takže pravda vychází z vnitřního vidění a platí jen pro aktuální okamžik. S takto zjištěnou pravdou (aktuální situace klienta) naprosto nekompromisně seznamuje své klienty.¹⁴⁷ I když se od toho distancuje, hlásí se tak k filosofické tradici příbuzné systemické teorii poznání, která přistupuje k pravdě subjektivně. Hellingerova objektivní pravda totiž platí jen pro okamžik. Další pravda v dalším okamžiku ji může negovat, takže se v terapeutickém procesu jeví jako subjektivní.¹⁴⁸ Hellingerova práce se kvůli tomu může jevit zmatečně a rozporuplně, hlavně když je zachycená v textu.¹⁴⁹

Kritika Hellingera:

Existuje řada článků, které považují Hellingerovu metodu za spornou, dokonce i nebezpečnou.¹⁵⁰ Základní body kritiky začínají u nedostatečné kontroly toho, kdo může být terapeut. Kurzem konstelací může projít téměř každý. Proto se často stává, že se rodinné konstelace propojují se spornými metodami alternativní medicíny jako reiki nebo šamanismus.¹⁵¹ Terapeutický proces se tak propojuje s různými magickými rituály a uctíváním animistických božstev.¹⁵² Neexistují kontrolované nezaujaté studie o účinnosti metody. Můžeme nalézt jen neoficiální případové studie, které naznačují, že účastníci těží z poznatků, které se během procesu objeví. Nejnovější studie, které se snaží pojímat všechny předchozí jako celek, ukazují, že vliv konstelací na duševní zdraví je spíše pozitivní. Celková kvalita a množství důkazů jsou ale nedostatečné.¹⁵³ Skeptiky jsou účinky považované pouze za placebo efekt. Problém je i to, že se o klienty po ukončení terapie nikdo nestará. Terapie má silný sugestivní účinek a vyvolává intenzivní emoce, se kterými se po ukončení procesu nepracuje. Výrazy jako pohyby duše a duchovní pole, či řády lásky nejsou prokazatelné a pro kritéria psychoterapie jsou pochybné.

¹⁴⁷ Srov. SCHLIPPE, Arist von a Jochen SCHWEITZER. Systemická terapie a poradenství. Brno: Cesta, 2006. s. 33.

¹⁴⁸ Srov. SCHLIPPE, Arist von a Jochen SCHWEITZER. Systemická terapie a poradenství. Brno: Cesta, 2006. s. 35-36

¹⁴⁹ Recenzent vnímá rozporuplnost v jeho projevu. Na jedné straně říká že nic nikomu nevnučuje, ale zároveň velmi neochvějně přichází s konkrétními názory na to, jak rodina opravdu funguje, partnerství, sexualita... Víc než pouhá recenze knihy. Časopis pro psychoterapii – konfrontace. 2002, 13(3), 3.

¹⁵⁰ Konstelace rodinné, „systemické“. Sisyfos [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://www.sisyfos.cz/clanek/811-konstelace-rodinne-systemicke>

¹⁵¹ KAMPENHOUT, Daan van. Obrazy duše: duše v šamanských rituálech a [rodinných] konstelacích. Praha: Maitrea, 2007.

¹⁵² Článek srovnává různé magické praktiky s rodinnými konstelacemi. Efektivitu konstelací přičítají vysoké emocionální sugestivně, na které se zakládá i magie jako například voodoo, věštba nebo i různé čarodějnické rituály. Všechny tyto praktiky racionalizují z psychologické perspektivy. Systemic Voodoo. The international laboratory for mental space research [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://www.mentalspaceresearch.com/systemic-voodoo>

¹⁵³ The Effectiveness of Family Constellation Therapy in Improving Mental Health: A Systematic Review

Hellingerův výklad

Výkladu Hellingerovy metody, primárně z jeho perspektivy, jsme se věnovali v deskriptivní části práce. Pro analýzu je podstatné, že na otázku po vlastní originalitě odpovídá rozporuplně. Říká, že nic nového neobjevil, že učinil jen novou integraci. S tím musíme souhlasit, když uvážíme popis Schlippeho a Schweitzera. Jejich perspektivou se Hellingerovy metody jeví jako poměrně standardní systemická terapie, která se vymyká jen v detailech. Jindy ale uvádí, že mu náleží objev zákonů pro harmonické rodinné soužití. S těmito pravidly v podstatě pracují i jiní systemici, například v perverzním trojúhelníku J. Haleyho. Ten Hellingera přímo inspiroval pro vytvoření zákona o pořadí v rodinném systému. Takže je originalita tohoto objevu relativní.

Když čteme Hellingerovy práce, všechna fakta, která uvádí, působí jako zjevená, z jeho zkušenosti, až sekundárně nalézáme zmínky o inspiračních zdrojích. Pak když v rozhovoru uvede, že ve skutečnosti na nic nepřišel, působí, jako by se stavěl na piedestal skromného génia.^{154,155} V rozhovoru s Linzem také uvedl, že jeho originalita spočívá ve víře v kontakt s něčím větším, co klienty přesahuje.¹⁵⁶ Jak jsme již uvedli, metoda konstelací tak nabývá tajemného nádechu. Hellinger se k této tajemné stránce systemické terapie propracoval fenomenologickým pozorováním. Paradoxně právě fenomenologie, která má „projasňovat“ filosofii a dávat jí stabilní základ, v Hellingerově užití naopak zatemňuje srozumitelnost jeho přístupu. Vztah jeho terapie k transcendenci je předmětem zájmu transkulturní komunikace.

Analýza

Pragmatický pohled na jeho práci nezachytil její transcendentní rozměr. Kritika ho naopak paušalizovala jako šarlatánství. Hellingerovu víru v kontakt s tajemnou mocí je hlavním předmětem analýzy. Abychom Hellingerovu metodu dogmaticky nepřijímali nebo nezavrhovali, budeme ji srovnávat s humanistickou a transpersonální psychologií, která je otázkám transcendence otevřená.

¹⁵⁴ V knize je spousta pravd, které můžeme přijmout a ocenit, ale nikde v ní nenajdete, kdy autor čerpá z myšlenek např.: j. Haleyho nebo Boszormenyi – Nagye. ← Časopis pro psychoterapii – konfrontace 13.ročník 2002 číslo.3

¹⁵⁵ Rozhovor s Linzem – ptá se, jestli je jeho originální přínos pravidlo, že má dřívější přednost před pozdějším. Hellinger na to odpovídá: „Co znamená originální? Ta idea mě napadla jako mohla napadnout kohokoli jiného. Proto si na ní nečiním žádný nárok, ale získal jsem tím základní vzor...“ Srov. HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. s. 368 v knize *Skrytá symetrie lásky* je v doslovu napsáno, že se k objevu tohoto zákona přímo inspiroval Haleyho.

¹⁵⁶ Srov. HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. s. 369.

Hellingerovy inspirační zdroje

Zaměřujeme se na to, jaké terapeutické a psychologické školy Hellingera ovlivnily. Díky tomu pochopíme, do jakého kulturního prostředí, skrze tyto školy, jako terapeut vrůstá.

Hellingera můžeme zařadit do rodinné a systemické terapie.¹⁵⁷ Dále je podstatná fenomenologická psychologie, protože definuje vznik dalších směrů, které stěžejně určují podobu psychoterapie současnosti, a Hellinger fenomenologickou metodologii využívá. Kromě těchto směrů ho ovlivnil gestaltismus, tedy tvarová psychoterapie, transakční analýza Erica Berneho nebo hypnoterapie Milтона Ericksona. Mimo to se věnoval primární terapii Arthura Janova, seminářům skupinové dynamiky anglikánských duchovních a psychoanalýze. Kromě psychologických škol na něj měla velký vliv doba, kdy jako jezuitský kněz vykonával misijní činnost v jižní Africe, kde se setkal s kmenem Zulu.

Z výčtu jeho hlavních inspiračních zdrojů vidíme, že na něj měly velký vliv **americké** psychologické směry. Ať už se s výše uvedenými přístupy setkal v Německu nebo v Americe, jejich učitelé byli většinou z USA. Například za Janovem se vydal do Ameriky a absolvoval devítiměsíční kurz v Los Angeles a Denveru. Skupinovou dynamiku mu poprvé zprostředkovali anglikánští duchovní vyškolení rovněž v Americe. Humanistická psychologie je hlavní americký směr, budeme se mu dále věnovat jako cestě k implicitním Hellingerovým východiskům.

Analýza Hellingerových inspiračních zdrojů

V analýze se pokusíme vysvětlit Hellingerův vztah k transcendentní rovině systemické terapie z perspektivy humanistické a transpersonální psychologie. Zjistili jsme, že spousta jeho inspirace pramení z USA, z humanisticky orientovaných směrů. Analýza se pokusí dokázat jeho příbuznost s implicitními východisky těchto směrů, které jsou typické určitým psychologickým a psychoterapeutickým vztahem k transcendenci. Z humanistické psychologie pramení transpersonální psychologie, která nejlépe emancipuje psychologický vztah k transcendentní úrovni reality. Komparace s transpersonální psychologií poslouží jako analytická pomůcka, která nás dovede k jeho východiskům.

Příbuznost Hellingerových metod s metodami transpersonální psychologie budeme ilustrovat na dvou vybraných prvcích jeho práce. Na **změněném stavu vědomí klientů** při konstelacích a pojmu **větší duše**. Díky tomu získáme celkový obrázek o jeho díle, protože šlo

¹⁵⁷ Konstelace se vyvinuly z Morenova Psychodramatu, Satirových rodinných soch, inspiroval ho Boszormenyi-Nagyovi a Sparkovi Invisible Loyalties. Více detailů viz.: COHEN, Dan Booth. "Family Constellations": An Innovative Systemic Phenomenological Group Process From Germany. The Family Journal. 2006, 13(3), 8.

nejprve o terapeutickou praxi a poté o rozsáhlejší úvahy opřené o tuto praxi. Věnovat se určité výšeči bylo nezbytné kvůli rozsáhlosti jeho díla.

Stav vědomí v průběhu konstelace

Věnujeme se fenoménu, který propojuje zástupce s rodinou klienta jako jevu, který je blízký takzvaným vrcholovým zkušenostem a transpersonálním zážitkům. Zástupci mohou v konstelaci zastupovat příbuzné klienta, ale dokonce i abstraktní entity jako je smrt, ženská rodová linie, národ nebo i Bůh. Dokonce jsou prý doložené případy, kdy se na zastupovaných lidech projeví následky terapie, aniž by o ní věděli. Podle Hellingera jsou klienti v kontaktu s jakýmsi silovým polem zprostředkujícím vědění.

Takto popsaný stav je překvapivě podobný Maslowovým vrcholovým zkušenostem, které se vyznačují změněným vnímáním času a prostoru a vědomím jednoty s universem.¹⁵⁸ K extatickému stavu v konstelacích většinou nedochází, ale člověk, který zastupuje národ nebo smrt, prožívá zvláštní, sobě cizí pocity, které přesahují jeho individuum. Ztotožní se s jiným člověkem a cítí pocity, které mu nejsou vlastní. Když vznikne harmonická konstelace, můžou přijít pocity spontánního zaplavení klidem a mírem. Terapeutický efekt vrcholových zkušeností a konstelací je podobný. Člověk prožije zvláštní zážitek, který ho dovede k akceptaci druhé osoby a novému pohledu na realitu. O vrcholovou zkušenost přímo jít nemusí, ale o změněný stav vědomí rozhodně jde.¹⁵⁹ **Změněný stav vědomí** je obtížně specifikovatelný pojem. V tradiční psychologii je předmětem psychopatologie, takže se k němu většinou přistupuje jako k nemoci. Ale humanistická psychologie, zejména transpersonální, k změněným stavům vědomí nalézá cestu jako k cenným transformačním zkušenostem.¹⁶⁰

Pokud připustíme, že terapie může mít vliv i na rodinné příslušníky, kteří nejsou přítomní, čemuž Hellinger a všichni terapeuti, kteří z něj čerpají, věří, dostáváme se na hranici vědeckého a empirického myšlení a možná i zdravého rozumu. Nekritické přijetí jeho závěrů by byla chyba, ale jejich úplné zahození jako bludů rozhodně také.¹⁶¹ Právě transpersonální psychologie zkoumá tyto hranice. U Grofa existuje mnoho doložených případů, které můžeme jen velmi těžko vysvětlit materialistickým pohledem na povahu lidského vědomí.¹⁶² Psychologie

¹⁵⁸ Srov. POLÁKOVÁ, Jolana. Perspektiva naděje: hledání transcendence v postmoderní době. Praha: Vyšehrad, 1995. s. 38-42.

¹⁵⁹ Klienti jsou „... v kontaktu s něčím větším... nejsou již sami sebou, chovají se jako skuteční členové rodiny a také se tak cítí. Dokonce přebírají jejich tělesné syndromy.“ Například epilepsii s.370 přichází otázka, jestli to je kolektivním nevědomím, odpovídá, že se chrání tomu dávat jméno. HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. s. 369.

¹⁶⁰ Srov. ŘÍČAN, Pavel. Psychologie náboženství a spirituality. Praha: Portál, 2007. s. 219.

¹⁶¹ Srov. ŘÍČAN, Pavel. Psychologie náboženství a spirituality. Praha: Portál, 2007. s. 220-222.

¹⁶² Srov. ŘÍČAN, Pavel. Psychologie náboženství a spirituality. Praha: Portál, 2007. s. 220-226.

obecně ráda čerpá z předvědecké spekulace o lidském jednání, což je argument pro to, abychom automaticky nezavrhovali nestandardní poznatky.¹⁶³ Ani Grof a ani Hellinger nepovažují svou práci za spekulativní.

Svědění většího celku a větší duše

Zážitek rodinných konstelací vede člověka ke konfrontaci s vlastním svědomím. Od osobního svědomí a svědomí rodinného systému se člověk dostane ke svědomí většího celku, které mu umožní rozlišování nerelativního dobra a zla. Hellinger proniknutí do tohoto vědomí považuje za náboženský akt, „vzdát se menší víry pro větší“. Hellingerem chápaný kontakt s tímto vyšším svědomím je akt nazírání vyšší úrovně reality, která je nám běžně nedostupná. Tato autonomní realita hledá řešení konfliktů v rodinném prostředí, Hellinger ji často nazývá větší duše. Tento pojem je překvapivě blízký Grofovou pojetí vesmíru jako oduševnělé inteligentní entity, se kterou klienti terapie mohou prožívat hluboké pocity splynutí.¹⁶⁴ I s velkou duší mohou klienti v podstatě splynout. V konstelacích se to děje při překračování hranic vlastního partikulárního svědomí, kdy klienti po vzoru Hellingera praktikují metodu fenomenologického pozorování. Tento stav není extatický jako u transpersonálních zkušeností, ale když si intenzivní vytržení a extázi odmyslíme, ke splynutí dochází. Hellinger se na základě vlastních zkušeností s konstelacemi a touto větší duší vymezuje vůči církvím. Církev totiž zprostředkuje omezenou dogmatickou víru, kterou sám už překonal. Přitom ale uznává mystické tradice a osobní příběhy některých světců nebo i Ježíše.¹⁶⁵

V tomto uvažování nám Hellinger překvapivě dobře zapadá do škatulky postmoderního myslitele typu Grofa, který na základě osobních zkušeností prohlédl dogma církví a proniknul do vyššího modu uvažování. Vypadá to, že Hellinger nepochopil pro evropskou civilizaci unikátní, křesťanské hodnoty.¹⁶⁶

Postmoderna, humanistická psychologie a New Age

Hellingerovu metodu sice nemůžeme zařadit do škatulky humanistické ani transpersonální psychologie, ale nacházíme tu významné podobnosti, které naznačují blízkost jejich filosofických východisek. Tu jsme se pokusili ilustrovat na příkladu změněného stavu vědomí a pojmu větší duše. Hellinger stejně jako transpersonální psychologie objevuje lidskou

¹⁶³ Cesta životem 369

¹⁶⁴ Srov. ŘÍČAN, Pavel. Cesta životem: vývojová psychologie. Praha: Portál, 2021. s. 220-223.

¹⁶⁵ Srov. ŘÍČAN, Pavel. Psychologie náboženství a spirituality. Praha: Portál, 2007. s. 221-222

¹⁶⁶ Poláková píše o Maslowovi, který nepochopil křesťanské tradice při své touze o sekularizaci, která by znamenala jakousi regresi ve vývoji společnosti k pohanské religionizaci prožívaného života Srov. POLÁKOVÁ, Jolana. Perspektiva naděje: hledání transcendentu v postmoderní době. Praha: Vyšehrad, 1995. s. 103.

potřebu vnitřního kontaktu s tím, co ho přesahuje. Pro psychologii se tak otevírají témata pravdy, dobra, krásy, řádu nebo jednoty. Terapeutické metody si kladou za cíl „rozšíření vědomí“ klienta, až k poznání jeho transcendentních dimenzí. Psychoterapeutické zaměření na lidskou bytost v transpersonální celistvosti bychom mohli považovat za završení ústupu náboženství a vzestupu psychologie v roli průvodce duševním životem. Psychologie konečně rozklíčovala lidský život v jeho přesažené úplnosti.¹⁶⁷

Tyto směry vznikly jako důsledek dramatické změny filosofických východisek, která definovala psychologii. Změny přišly s nástupem postmoderny, která se vyznačuje individuálním hledáním transcendence ve vlastním nitru, ve svém osobním prožívání. Náboženské instituce moderní civilizace byly vnímány jako naprosto odosobnělé autority, které tak nemohly zprostředkovat přístup k lidskému nitru.¹⁶⁸

Postmoderní spirituální prostředí je charakteristické eklecticismem a synkretismem, je tolerantní k překračování tradičních mezí newtonovského časoprostoru a determinismu. Pavel Říčan toto prostředí nazval „psychomarket“, protože se vyznačuje komodifikací spirituality. Tato charakteristika zároveň odpovídá hnutím New Age a ezoterismu.

V 60. letech přišla nová vlna zájmu o spiritualitu, která ovlivnila školy, z nichž Hellinger čerpal, a zároveň to bylo příznivé pro přijetí jeho relativně standardní systemické terapie, kterou „okořenil dávkou tajemna“. Grof do ní zapadl mnohem explicitněji se svou „konformitou s vodnářem“ než Hellingerovy rodinné konstance, ale i tak je můžeme považovat za dítě této vlny.¹⁶⁹

Rodinné konstelace jako sortiment v psychomarketu

Zařazení Hellingerovy metody do sortimentu „psychomarketu“ by mu určitě vadilo. Sám se vůči ezoterismu a New Age vymezoval termínem „spirituální fast food“¹⁷⁰. Lidé, kteří se zdobí spirituální cestou a meditací jako zvláštní etiketou, považuje za povrchní.¹⁷¹ Podle Hellingera se spirituální člověk nepovažuje za lepšího, ezoterik ano, protože chce přístup k něčemu tajnému a exklusivnímu. Ezoterismus je negativní, protože připravuje o kontakt s každodenností. Hellingerův pohled na ezoterismus se tak blíží pohledu Polákové, která taky definuje ezoterismus jako prostředek sebenalezení a sebeuskutečnění, který je povrchní, vedle snahy otevřít se skutečně přesažnému.

¹⁶⁷ Srov. POLÁKOVÁ, Jolana. Perspektiva naděje: hledání transcendence v postmoderní době. Praha: Vyšehrad, 1995. s. 37.

¹⁶⁸ Srov. POLÁKOVÁ, Jolana. Perspektiva naděje: hledání transcendence v postmoderní době. Praha: Vyšehrad, 1995. s. 36-38.

¹⁶⁹ Srov. ŘÍČAN, Pavel. Psychologie náboženství a spirituality. Praha: Portál, 2007. s. 217-219.

¹⁷⁰ HELLINGER, Bert a Gabriele TEN HÖVEL. Rodinné konstelace: objevná síla. Praha: Triton, 2004. s. 61.

¹⁷¹ Srov. HELLINGER, Bert a Gabriele TEN HÖVEL. Rodinné konstelace: objevná síla. Praha: Triton, 2004. s. 52-54.

Nyní se podíváme na charakteristiky Hellingerovy práce, které můžeme přiřadit k New Age.

Nejednoznačné hranice mezi terapií a spiritualitou

Co jsou tedy konstelace? Psychoterapie nebo metoda dosažení transcendence? Kdyby Hellinger chtěl, aby se konstelace držely jen v mantinelech psychoterapie, nepsal by meditativně laděné příručky o spiritualitě jako je *Přirozená mystika*, která se zabývá mystikou v oblasti filosofie, popisuje ji jako mystiku myšlení. Podle Hellingera to je mystika racionální na nejdálší hranici, kam ještě racionalita sahá.¹⁷²

Imanentistická redukce transcendence

Hellinger v *Přirozené mystice* píše o duchu, který svým myšlením dává jsoucnost a pohyb světu. Všechno, co je, existuje, protože je to v přítomném okamžiku myšleno. Stvoření je obsaženo v tomto duchu, který všechno myslí. A Hellinger pokládá návodnou otázku, jestli bychom si vně tohoto ducha dokázali něco představit.¹⁷³ To znamená, že je tato přesažnost obsažená ve stvoření, a tedy jde o imanentistickou redukci transcendence.¹⁷⁴ Našemu chápání transcendence hrozí upadnutí do pojmů imanence. Podle Lévinase je ochranou proti takové redukci transcendence živý vztah k ní. Emancipuje se v náboženské víře, které rozumí jako vztahu „závaznosti k Tomu, který se vymyká jakémukoli absolutnímu vědění“.¹⁷⁵

Pokusy o univerzalizaci vlastní filosofie

I přes to se Hellinger vymezoval vůči esoterismu, napsal předmluvu k dílu *Obrazy duše v šamanských rituálech a rodinných konstelacích*.¹⁷⁶ V předmluvě uvádí, že všechny šamanské a jiné tradice pocházejí z velké duše a že v podstatě nemůžeme soudit, jestli jsou dobré, nebo špatné. Ezoterický redukcionismus se stejně jako „větší duše“ vyznačuje snahou pojmout všechny duchovní tradice jako jeden univerzální celek.

Eklektický synkretismus

Univerzalizační tendence souvisí s eklektickým synkretismem. Hellinger se vyznačuje nesourodým mísením poznání z různých tradic a věd.¹⁷⁷ Například i ze zvyků Kmene Zulu. Pro

¹⁷² Srov. HELLINGER, Bert. *Přirozená mystika: cesty spirituální zkušenosti*. Praha: Equilibrium, 2009. s.13-15.

¹⁷³ Myslel tento duch všechno od začátku včetně vývoje, k němuž dojde až do samého konce? To je těžká představa, duch ovlivňuje všechno v každém pohybu máje na paměti všechny následující kroky. Může duch stát vně tohoto pohybu? Nepohybuje se proto pořád jinak a nově, a tedy také v čase? Ovšem v nekonečném čase, protože jeho myšlení nemá konce. Srov. HELLINGER, Bert. *Přirozená mystika: cesty spirituální zkušenosti*. Praha: Equilibrium, 2009. s. 27.

¹⁷⁴ Srov. POLÁKOVÁ, Jolana. *Perspektiva naděje: hledání transcendence v postmoderní době*. Praha: Vyšehrad, 1995. s. 51-55.

¹⁷⁵ POLÁKOVÁ, Jolana. *Perspektiva naděje: hledání transcendence v postmoderní době*. Praha: Vyšehrad, 1995. s. 25.

¹⁷⁶ KAMPENHOUT, Daan van. *Obrazy duše: duše v šamanských rituálech a [rodinných] konstelacích*. Praha: Maitrea, 2007.

¹⁷⁷ Srov. POLÁKOVÁ, Jolana. *Perspektiva naděje: hledání transcendence v postmoderní době*. Praha: Vyšehrad, 1995. s. 51-55.

postmodernu je typické vytržení výseku nějaké informace nebo přístupu z celkového kontextu a určitá povrchnost.

Autonomní autorita (guru)

Hellinger je velmi široce vzdělaný, ale i tak působí dojmem, že překračuje hranice své kompetence. Pro Hellingera je největší autoritou fenomenologie konstelací: „Tento jev sice nedovedu vysvětlit, ale vím, že se to děje, a prostě toho využívám“.¹⁷⁸ Projevuje se jako myslitel, jehož vhledy mají takovou autoritu, že nepotřebují racionální ověření.¹⁷⁹ Z počátku tak jen působil, svým dominantním stylem, se kterým popisoval fakta rodinných konstelací. Završení díla v Hellinger® scientia¹⁸⁰ dokazuje, že zcela přecenil svůj konstelační pohled na svět.

Ověřit Hellingerovu věrnost fenomenologii, na které zakládá svou praxi i teorie, je velmi těžký úkol. Jeho aspirace na vědeckou přesnost je pochybná, i kdyby byl poctivým fenomenologem. Hellinger uvádí, že je milovníkem Heideggera. Podle něj ale nelze pojmově uchopit bytí, protože není předmětné, takže nejde plně pochopit představivostí. Jeho filosofie se nemůže stát vědou, protože se zabývá „vždy jednotlivým jsoucnem“.¹⁸¹ Když se podíváme na přesný a strohý styl Husserla i Heideggera, připadá nám, že Hellinger posunul jejich metodu od jasnosti k tajemnosti.

Závěry, které Hellinger popisuje, se zakládají na jeho fenomenologickém odstupu. Dovedl ho až k redukci spirituality a lásky na fenomenologická fakta. Říká, že jako fenomenolog by neměl polemizovat, jen vnímat, co se jeví v přítomném okamžiku. Ale to nedělá, jde až na samou hranici racionality ve jménu své vědecké metody, aby hledali cosi transcendentního. Když už by mohl zaujmout nějaký závěr s výpovědní hodnotou, ve „vědeckém duchu“, odmítne polemizovat. Tato nevyjasněnost mu poskytuje manévrovací prostor, ve kterém vybudoval jakousi fenomenologickou spiritualitu, čímž překonal hranice teologie.¹⁸² „Jsou-li náboženství a věda svedeny dohromady, ztrácí tím náboženství hloubku a věda přesnost.“¹⁸³

¹⁷⁸ Srov. HELLINGER, Bert, Gunthard WEBER a Hunter BEAUMONT. *Skrytá symetrie lásky: co podporuje lásku v partnerských vztazích*. Praha: PRAGMA, c2000. s. 11.

¹⁷⁹ Nabízí se rovnání s Grofem, který taky své zkušenosti z praxe holotropního dýchání uznává jako největší autoritu Srov. ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007. s. 225.

¹⁸⁰ Viz deskriptivní část Hellinger „Hellinger ji popisuje jako univerzální vědu o řádech lidského soužití, od rodinných vztahů až po vztahy mezi národy... pracovního života i řády, kterými se řídí fyzické nemoci.“

¹⁸¹ Srov. STÖRIG, Hans Joachim. *Malé dějiny filosofie*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2000. s. 458.

¹⁸² Mohli bychom to srovnat s Jungem. Neobjasnil filosofický základ svého empirismu, který mu dovolil rozlišení mezi Bohem a obrazem Božím a Kristem a bytostným já. Nevyjasnění mu umožnilo překonat teologické hranice a budovat metafyziku duše. Salve: *Revue pro teologii a duchovní život*. 20. Praha: Krystal OP, 2020.

¹⁸³ Srov. POLÁKOVÁ, Jolana. *Perspektiva naděje: hledání transcendence v postmoderní době*. Praha: Vyšehrad, 1995. s. 51.

Láska jako univerzální odpověď

Další kategorie, kterou Hellinger pasuje do této vlny, je velký důraz na lásku. Zprofanované slovo láska bývá velmi častou etiketou na sortimentu psychomarketu. Jeho systemickou perspektivou je láska, základní skrytý důvod každého lidského jednání.¹⁸⁴ Pro New Age je rovněž typické chápání lásky jako univerzální odpovědi na všechny problémy. Láska je pojímána například jako energie či vysokofrekvenční vibrace a znamená nalézt soulad se světem. Takto pojatá láska je chápána jen velmi mělce, je to hlavně životní postoj a mentální nastavení, které je odpovědí na vnitřní negativitu. Skutky a její reálné projevy už nejsou tak důležité, její praktická rovina se rozpustila v harmonickém mentálním nastavení.¹⁸⁵

Úspěch konstelací souvisí s tím, že se jejich rétorika hodí do postmoderního stylu hledání spirituality. Proklamovaný důraz na lásku je významná část takové rétoriky, ale v systemické terapii je chápání lásky zakořeněné do terapeutické praxe. Když někdo pro vlastní harmonizaci odejde od rodiny, aby se věnoval meditaci, je v rozporu s Hellingerovým pojetím lásky.¹⁸⁶

Láska v rodinných konstelacích

Hellingerova perspektiva, kterou pojímá systemickou rodinnou terapii, se sbíhá do jednoho bodu a tím je láska. Láska je zároveň klíčovým pojmem pro transkulturní komunikaci. Budeme se jí tedy věnovat obšírněji a srovnáme Hellingerovo a transkulturní pojetí lásky. Nejprve stručně nastíníme podobnosti. Posléze se podrobněji podíváme na některé rozporuplné body.

Podobnosti

Láska je pro Hellingera základní klíč, kterým interpretuje všechny fenomény, se kterými se setká v rodinných konstelacích. Hledá ji za veškerým chováním, ale i psychickými a fyzickými nemocemi.¹⁸⁷ Konstelace odhalí nezdravé vazby a promění lásku, která způsobovala utrpení, na lásku, která přináší radost a uzdravení.¹⁸⁸ Podle Hellingera je člověk včleněný do širších vztahů a systémů, které nazývá řády nebo imperativy lásky.¹⁸⁹

Podle metafyzické cesty **transkulturní komunikace je láska** základní kámen vztahů mezi lidmi. Považujeme ji i za cíl transkulturní komunikace, která usiluje o láskyplnost

¹⁸⁴ Srov. HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. s. 378.

¹⁸⁵ Srov. PAPEŽSKÁ RADA PRO KULTURU a PAPEŽSKÁ RADA PRO MEZINÁBOŽENSKÝ DIALOG. Ježíš nositel živé vody: Křesťanské zamyšlení nad „New Age“. I. Praha: Česká biskupská konference, 2003. s. 19.

¹⁸⁶ Srov. HELLINGER, Bert a Gabriele TEN HÖVEL. Rodinné konstelace: objevná síla. Praha: Triton, 2004. s. 56.

¹⁸⁷ Srov. HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. s. 378.

¹⁸⁸ Imperativy lásky s.263-264.

¹⁸⁹ Srov. HELLINGER, Bert, Gunthard WEBER a Hunter BEAUMONT. Skrytá symetrie lásky: co podporuje lásku v partnerských vztazích. Praha: PRAGMA, c2000. s. 173.

kontaktu různých kultur. Význam slova láska se značně deformoval, protože se často užívá pejorativně. Proto zní „láskyplnost kontaktu kultur“ jako hloupá okřídlená fráze. Lidé raději hovoří o vzájemnosti nebo solidaritě.¹⁹⁰ My ho užíváme, protože lásku nepovažujeme za cit, ale za metafyzickou a metapsychickou podstatu vztahů mezi lidmi.¹⁹¹ Proto se láska, podobně jako u Hellingera, jeví jako základ toho, jak funguje sounáležitost, protože vyjadřuje pro člověka přirozenou potřebu nezištného osobního sdílení.¹⁹²

Rozdíly – Hellinger vs. TK

Domníváme se, že dochází k imanentistické redukci pojmu láska. Vnímání lásky jako fenoménu, který je základním stavebním kamenem vztahů, je v souladu s TK. Rozpor je v tom, že konstelační řady jsou imanentní. Je to jen další systém, který se řídí kauzálními zákony, vykládající chování člověka.¹⁹³ Takovéto výkladové systémy mohou vést k reduktivnosti, protože se výšeč člověka generalizuje na všezahrnující princip.¹⁹⁴

Transcendentní pojem lásky vs. imanentní pojem lásky

Metafyzický pojem lásky pramení z chápání člověka jako osoby, bytosti s absolutní hodnotou, kterou v člověku objevilo křesťanství. Z perspektivy filosofické antropologie, konkrétně dialogického personalismu, jsou možnosti sebeuskutečňování a sebepoznání člověka podmíněné jeho vztahovostí.¹⁹⁵ Vztahovost osoby je obrazem vnitřní vztahovosti trojjediného Boha.¹⁹⁶ Lidská existence se tedy odehrává v kruhu vycházení ze sebe směrem k druhému člověku a navracení se zpátky k sobě. Obraz tohoto kruhu je znázornění lidské vztahovosti, v jehož centru tkví láska. Láska se tedy jeví jako něco, co jedinec nemůže vlastnit, ale odehrává se to mezi ním a jeho protějškem. Člověk nemá lásku, ale může v lásce být. Vztah se jeví jako proudění lásky mezi Já a Ty, které směřuje skrze protějšek k věčnému Ty, „navazuje se vztah k tomu, co vztah umožňuje“. Rozumíme pod ním Boha. Člověk, který říká slovo Bůh, nejobtížnější a nejpomíjivější slovo ze všech, a přistupuje k němu logikou vztahu Já–Ty, opravdu oslovuje pravého Boha, který se za tímto slovem skrývá.¹⁹⁷

¹⁹⁰ Srov. PIEPER, Josef. O víře: O naději ; O lásce. Praha: Krystal OP, 2018. s. 126.

¹⁹¹ Srov. BUBER, Martin. Já a ty. Praha: Kalich, 2005. s. 39.

¹⁹² Srov. HOJDA, Jan. Obrazy člověka ve vybraných dílech literatury a filmu 20. století: teologicko-antropologické interpretace. Ostrava: Moravapress, 2013. s. 42

¹⁹³ Mohly bychom ho srovnat s „mentálním aparátem“ Freuda, který je jako kardiovaskulární nebo zažívací systém duševního života. PLHÁKOVÁ, Alena. Přehled dějin psychologie. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 2000.

¹⁹⁴ BURDA, Petr. Viktor E. Frankl: Homo Patiens. Teologické texty. 2006. <https://www.teologicketexty.cz/casopis/2006-4/Viktor-E-Frankl-Homo-Patiens.html>

¹⁹⁵ Srov. VRÁNA, Karel. Dialogický personalismus. Praha: Zvon, 1996. s. 9-13

¹⁹⁶ Srov. BURDA, František. Za hranice kultur: transkulturní perspektiva. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2016. s. 105-108.

¹⁹⁷ Srov. BUBER, Martin. Já a ty. Praha: Kalich, 2005. s. 61.

O proudění lásky Hellinger hovoří často, ale směřování ke konkrétnímu Bohu je v rozporu s jeho přístupem, protože podle jeho logiky je slovo Bůh jen matoucím symbolem, který z nás dělá dětinské hledače ztracené rodičovské lásky. Hellingerovo pojetí vztahu také k něčemu směřuje, ale k čemu je jen tajemnou otázkou, kolem které se točí pojmy jako svědomí většího celku nebo větší duše. Záruka vztahu je v náboženské víře. Bůh je absolutně neuchopitelný rozumem. Lévinas boří všechny falešné jistoty, abychom našli jinou jistotu závaznosti k zcela jinému druhému. Ten se vzpouzí asimilačnímu aktu vědomí.¹⁹⁸

Redukce lásky na fenomenologická fakta a sebeobětování

Nyní se pokusíme problematiku lásky rozšifrovat pomocí Hojdovy interpretace románu *Povětroň*. Nejprve se podíváme na téma redukce člověka na fenomenologická fakta skrze povídku o jasnovidcovi. Poté na téma sebedarování a sebeobětování skrze povídku milosrdné sestry.

Láska jako fenomenologická fakta

Postava jasnovidce může díky neangažovanosti a nadhledu postihnout život „ztraceného případu“. Přistupuje k němu jako subjekt k objektu, takže ho redukuje na chemický vzorec nebo souslednost nutných jevů. Tento přístup se musí projevit v jasnovidcově přístupu k lásce, která se stává nezajímavou, její význam spočívá pouze v tom, jakým způsobem jako psychologický jev ovlivňuje lidské chování.

Že by pro Hellingera byla láska nezajímavá, říct nemůžeme, ale že se proměňuje na fenomenologická fakta, ano. Přirovnání k jasnovidcovi se na něj navíc velice dobře hodí, protože se Hellingerovo vystupování i texty vyznačují tajemností, mnohoznačností a opírají se o mysteriózní pojmy jako skrytá symetrie lásky, kontakt se svědomím větší duše apod. Přitom ve své metodologii usiluje o co největší vědeckost a lásku i lidské vztahy podrobuje chladné analýze s odstupem.¹⁹⁹ Hellinger sice neredukuje člověka na chemický vzorec, ale na fenomenologická fakta ano. Jeho redukcionismus se taky projevuje v přístupu k lásce, stává se mechanickým kauzálním jevem.

K lásce tedy můžeme přistupovat dvěma způsoby. Jde vlastně o dva způsoby vycházení z ega. V interpersonálním vztahu vyjdeme ze svého ega k druhému, abychom se zase vrátili a znovu se našli. Hellinger a klienti konstelací vycházejí ze svého ega, aby měli fenomenologický odstup. V konstelacích se však neodehrává cyklický návrat k sobě a sebenalézání v personalistickém smyslu.

¹⁹⁸ Srov. BURDA, František. Za hranice kultur: transkulturní perspektiva. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2016. s. 30-35.

¹⁹⁹ Srov. HOJDA, Jan. Obrazy člověka ve vybraných dílech literatury a filmu 20. století: teologicko-antropologické interpretace. Ostrava: Moravapress, 2013. s. 37-38.

Sebeobětování a sebedarování

Nyní se podíváme na rodinné konstelace perspektivou, kterou se pokusíme odlišit fenomén sebeobětování a sebedarování. Pomůže nám to ocenit terapeutický přínos konstelací. Tentokrát nám jako interpretační klíč poslouží postava milosrdné sestry z románu *Povětroň*. Milosrdná sestra ke ztracenému případu nepřistupuje jako k pozoruhodné souslednosti jevů, ale jako ke svému „ty“, které ji zavazuje odpovědností. Celou její existencí jí jde „o něj samého“.²⁰⁰ Chce být s ním v jeho opuštěnosti. Personalismus považuje vztahovost člověka za obraz vnitřní vztahovosti trojjediného Boha. Proto její chování považujeme za **sebedarování**. Noří se do existence trpícího člověka celou svou bytostí.

Tuto situaci bychom mohli srovnat se systemickým zapletením, které se řeší v rodinných konstelacích. Konstelační **sebeobětování** se taky děje pro druhého. Je viděno jako podvědomý mechanický proces založený na kauzalitě řádů lásky. Taky jde o pohyb směrem k druhému a rovněž dochází k ponoření do jeho utrpení.

Milosrdná sestra se však daruje trpícímu vědomě. Přitom to není vypočítavý akt nebo její povinnost jako pracovníka nemocnice. Je to její přirozenost, vlastně si nemůže pomoci a musí se mu darovat. Sebedarování je akt lásky, který má patickou složku, jejíž součástí je akt vášně, utrpení a pasivity. Pasivita je významná součást prožitku lásky, protože nás prostě potká. Jak jsme zmínili, jsme v ní, a proto ji nemůžeme vlastnit. Ale láska, která vychází ze středu naší existence zahrnuje úplně celého člověka, obsahuje i akt vůle, tedy schopnosti si volit.²⁰¹ Zásadní rozdíl mezi sebedarováním a konstelačním sebeobětováním je v tom, že sestra vyjde ze sebe vědomě a zase se k sobě vědomě vrátí.

Konstelační sebeobětování bychom mohli interpretovat jako akt determinovaný lidskou přirozeností, spočívající v interpersonálním vztahu. V tomto sebeobětování chybí akt vůle, takže se člověk v kruhu sebesdílení „zatoulá“. Podvědomě si zvolí svůj protějšek (nebo si protějšek zvolí jeho) a nenajde od něho cestu zpátky k sobě. Zřekne se svého ega pro druhého, ale sebedestruktivně. Z hlediska této interpretace návrat k sobě umožňují rodinné konstelace. Když terapie ukáže cestu zpátky k sobě, může se příště darovat po vzoru milosrdné sestry.

Z našeho pohledu se jeví Hellingerem chápaná láska jako vedlejší produkt přirozené metafyzické podstaty lásky. Terapeutický přínos konstelací objevujeme ve chvíli, kdy explicitně rozlišujeme mezi láskou jako kauzálním systémem zákonů pro vztahy a láskou jako

²⁰⁰ HOJDA, Jan. *Obrazy člověka ve vybraných dílech literatury a filmu 20. století: teologicko-antropologické interpretace*. Ostrava: Moravapress, 2013. s. 39.

²⁰¹ Srov. PIEPER, Josef. *O víře: O naději; O lásce*. Praha: Krystal OP, 2018. s. 126-127.

metafyzickou podstatou vztahů. Jednou se projevuje jako hybná síla kauzálně fungujícího systému, který patologicky ovlivňuje jednotlivé členy rodinného systému. Podruhé je opět hybnou silou vztahů, ale jako metafyzická podstata lidské přirozenosti jakožto vztahové bytosti. Tyto dvě roviny spolu souvisí. Imanentní rozměr lásky je zahrnutý v transcendentním.

Při rozlišení obou forem lásky terapie funguje jako „rybářský prut“ pro zatoulané ego. Hellinger mezi nimi nerozlišuje. Čistě konstelačním pohledem na věc se člověk může osvobodit od „nezdravé“ lásky, ale kam poté směřuje s tou „zdravou“, je otázkou.

Shrnutí

Sebetranscendence je naprosto přirozená schopnost člověka. Vychází z jeho vztahovosti a schopnosti milovat. Konstelace zpřístupňují zajímavý (spektakulární) zážitek, který působí jako kontakt s transcendentní sférou reality, ale ve srovnání s personalistickým pojetím lidské vztahovosti tato transcendence neobstojí a působí jako mělká. V některých pasážích knih to vypadá, že to Hellinger chápe stejně, ale metoda jako celek tak nepůsobí. Hellingerovu práci považujeme za problematickou, protože operuje mimo psychoterapeutické mantinely. Naznačuje, že konstelace vede k nahlédnutí pravé reality bez dogmat náboženství atp. Metoda sama o sobě asi funguje a je zajímavá svou pozorností k lásce, ale směřuje k metě univerzálního životního průvodce, což by podle nás vyžadovalo hlubší a méně rozporuplnou filosofii.

Analýza díla Jiřiny Prekopové

Nyní přistupujeme k analýze implicitních východisek díla Jiřiny Prekopové. Pro naši analýzu bude zajímavé srovnání různých výkladů její práce od kritiků, z neutrálního pragmaticky terapeutického hlediska a z její vlastní perspektivy. V rámci analýzy se budeme vracet k Hellingerovi, protože definoval podobu její práce. Zaměříme se na to, jak Prekopová kritizovala ducha doby, což nás dovede jednak k tomu, jak ji samotnou doba předurčila, a také k rozporu mezi její kritikou a jejími východisky. I přes aporie její kritiky v ní spatřujeme transkulturní potenciál. Ten ověříme na půdorysu pevného objetí jako zajímavého prostředku komunikace.

Kritika

Předmětem práce není posouzení toho, jestli mají kritici pravdu. V případě TPO je kritika obzvlášť významné téma, protože vzbudila velké kontroverze mezi laiky i odborníky. Dokonce existuje i hnutí proti terapii pevným objetím, které má vlastní web²⁰² i Facebook²⁰³. Vystupuje proti ní NAUTIS, Národní ústav pro autismus. Kritických článků i svědectví je plný internet.²⁰⁴ Jiřina Prekopová zemřela 7. září 2020. Další den vyšel na facebooku tento komentář: „Jiřina Prekopová zemřela, její "terapie" (doufejme, že jen dočasně) stále žije. Buďme stále obezřetní, ze života a díla Jiřiny Prekopové se poučme. V každé době se může najít podobný "guru", za jehož sladkými slovy se mohou skrývat odporné činy.“²⁰⁵

Její metoda je kritikou považována za pseudovědeckou, hlavně kvůli údajnému pochybení v chápání povahy autismu. Prekopová k němu přistupuje na základě poznatků a teorií Bruno Bettelheima a Nikolaase Tinbergena, které jsou už zastaralé.²⁰⁶ Jádrem této tradice spočívá v tom, že autismus považují za poruchu, která vznikne až po narození vlivem nedostatečného kontaktu s matkou. Metoda tak vyvíjí psychologický tlak na matku a působí

²⁰² Terapie pevné objetí [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <http://pevneobjeti.blogspot.com>

²⁰³ Říkáme NE metodám pevného objetí. Facebook [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://www.facebook.com/rikame.ne.mpo/>

²⁰⁴ Stop terapii pevným objetím. Psychologie.cz [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://psychologie.cz/stop-terapii-pevnym-objetim/>

O terapii pevným objetím a jiných besech. A2larm [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://a2larm.cz/2016/07/o-terapii-pevnym-objetim-a-jinych-besech/>

²⁰⁵ Říkáme ne mpo [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: https://m.facebook.com/rikame.ne.mpo/posts/3354132314651830?_rd=1

²⁰⁶ Autismus má stále neznámé příčiny. Autismus. EUC [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://euc.cz/clanky-a-novinky/clanky/autismus-celozivotni-nemoc-s-neznamou-pricinou/>

jím výčitky svědomí. Podle německé Wikipedie zjistíte, že cílem metody je zlomit vůli dítěte. A že pozitivní výsledky se dostávají díky Stockholmskému syndromu.²⁰⁷

Ke knize *Malý tyran* jsme objevili novou recenzi (31. 3. 2021) od anonymní bývalé oběti této knihy. Recenze působí poměrně poučeným slovníkem a je od ženy, která byla údajně malý tyran a její matka k ní přistupovala podle zmíněné knihy. Podle ní kniha zobrazuje děti jako zlé a degradované svou samotnou podstatou, jsou proměňovány ve zlo. Přístup Prekopové trvale naruší vztahy s rodiči. „Tato kniha je zločinem proti nevinnosti všech dětí a měla by být zakázána...“²⁰⁸ Podle recenzentky kniha říká, že se děti rodí špatně. A postoj k dětem jako k mocichtivým bytostem považuje za směšný. Děti si totiž jen testují hranice svého prostoru. Děti potřebují bezpečné útočiště, ne boj o moc mezi sebou a svými rodiči.²⁰⁹ Přes to všechno je kniha *Malý tyran* jednou z nejprodávanějších knih nakladatelství Portál.²¹⁰

Některé body kritiky ignorují informace z knih Prekopové i z jejích oficiálních stránek. Výstižnou reakcí je: „Otázka svobodné vůle a její respektování jsou naše nejdůležitější etická témata. Kdyby byla při pevném objetí vůle zlomena, bylo by to neodpustitelné provinění proti lidské důstojnosti.“²¹¹

Výklad z pragmatické terapeutické perspektivy

Terapie pevným objetím není podle české lékařské komory akreditovanou metodou a její účinnost není oficiálně ověřená.

Píše o ní například Jaroslav Šturma, člen redakční rady Psychologie dnes a předseda Českomoravské psychologické společnosti. Je to solidní zdroj informací, ale nemůžeme ho považovat za nezaujatého pozorovatele, protože s Prekopovou dlouhá léta úzce spolupracoval, vyšla jim i společná kniha. Její práci rozděluje do dvou směrů. Chronologicky **první** spočívá „v doprovázení a podpoře dětí a osob oslabených a zranitelných. Zde se zrodila metoda pevného

²⁰⁷ Jirina Prekop. Wikipedia [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: https://de.wikipedia.org/wiki/Jirina_Prekop

²⁰⁸ Dieses Buch ist ein Verbrechen an der Unschuld aller Kinder und sollte verboten werden... Der kleine Tyrann. Kösel Verlag [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://www.penguinrandomhouse.de/Rezensionen/233240.rhd>

²⁰⁹ Německá recenze Malého tyrana na stránkách portálu vydavatelské skupiny Penguin Random House Der kleine Tyrann. Kösel Verlag [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://www.penguinrandomhouse.de/Rezensionen/233240.rhd>

²¹⁰ Pevné objetí: Jak se na něj díváme dnes. Psychologie dnes [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://nakladatelstvi.portal.cz/casopisy/psychologie-dnes/99577/pevne-objeti-jak-se-na-nej-divame-dnes>

²¹¹ Pevné objetí podle Jiřiny Prekopové. Way back machine [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://web.archive.org/web/20210625034212/http://prekopova-pevneobjeti.cz/%C4%8Cast%C3%A9ot%C3%A1lky/tabid/104/Default.aspx>

objetí...²¹² která se soustředila hlavně na usmíření vztahů v rodině. První směr publicitou zastínil ten **druhý**, který se zakládá na práci s empatií a možnostmi komunikace v širším smyslu slova. Sestavila k tomu semináře, které v knize *Jen v lásce přežijeme* (2014), nazvala *Škola lásky v rodině*. Měl být její odpovědí na rodinné nesnáze, ale i na celospolečenskou krizi komunikace. Šturma také uvádí, že zná případy, kdy TPO pomohlo překonat „autistickou obranou reakci dítěte“²¹³ na náhlé odloučení od blízkého.

Jeroným Klimeš dále dodává, že Prekopovou nemůžeme považovat za vědkyni, protože vědecké termíny používá metaforicky. „Pevné objetí je v jejím pojetí prakticky všechno, co i vzdáleně připomíná fyzické pevné objetí“²¹⁴ Tím mate vědecký jazyk, protože stejná slova označují rozdílné jevy. Kvůli nejasné terminologii se nedá s lékařskou přesností říct, kdy je metoda kontraindikovaná. Navíc chybějí exaktní kontrolované studie účinnosti. Klimeš někdy doporučí pevné objímání dítěte svým klientům, ale nemůže se přiklonit k Pevnému objetí podle Jiřiny Prekopové. Protože neví, co přijmout, co odmítnou, když je terminologie tak zmatená. Její vášnivou kritiku vykládá jako závist kvůli velké slávě. Od kolegů se tolik neliší, protože „rozplizle metaforicky blábolivých“²¹⁵ publikací o psychoterapiích je spousta a ty její nejsou jediné. Konstruktivně kritická je reportáž na České televizi, která vyšla jako důsledek pobouření veřejnosti po uvedení dokumentárního filmu *Mámo, táto, obejmi mě*. Mluví tam jak kritici, tak i příznivci.²¹⁶

Tři přístupy k Prekopové: 1) zděšený odpor, 2) klidná skepse a 3) podpora s otevřeností metaforám. Nejvalidnější argument kritiky spatřujeme v tom, že jsou její metody vědecky nepřesné. Prekopová sice inspiraci čerpá z obdivuhodné šíře oborů, ale její praxe se nevyznačuje vědeckou přesností. Podobně jako Hellinger zasahuje svými knihami do filosofie a svá stanoviska hodně zakládá na spirituálních východiscích. Nereflektovaná východiska budou podobná jako u Hellingera. U něj jsme tato východiska hledali při komparaci s humanistickou psychologií, která dokonale reprezentuje změnu celosvětové kulturní situace. Prekopová je dítko podobné doby.

²¹² Za Jiřinou Prekopovou. Psychologie dnes [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z:

<https://nakladatelstvi.portal.cz/casopisy/psychologie-dnes/100277/za-jirinu-prekopovou>

²¹³ Pevné objetí: Jak se na něj díváme dnes. Psychologie dnes [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z:

<https://nakladatelstvi.portal.cz/casopisy/psychologie-dnes/99577/pevne-objeti-jak-se-na-nej-divame-dnes>

²¹⁴ Pevné objetí: Jak se na něj díváme dnes. Psychologie dnes [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z:

<https://nakladatelstvi.portal.cz/casopisy/psychologie-dnes/99577/pevne-objeti-jak-se-na-nej-divame-dnes>

²¹⁵ Pevné objetí: Jak se na něj díváme dnes. Psychologie dnes [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z:

<https://nakladatelstvi.portal.cz/casopisy/psychologie-dnes/99577/pevne-objeti-jak-se-na-nej-divame-dnes>

²¹⁶ Pořad Reportéři čt 10. října 2011 s názvem: Akcionáři elektronických knížek IZIP — Fond hejtmanů Ústeckého kraje — Sporná metoda pevného objetí Reportéři čt 10. říjen 2011. Ceskatelvíze [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z:

<https://www.ceskatelevize.cz/porady/1142743803-reporteri-ct/211452801240040/>

Inspirační zdroje

Nyní stručně shrneme klíčové vlivy, které determinovali její práci včetně těch psychotherapeutických. I její práci řadíme k rodinné terapii, se systemickými prvky převzatými od probíraného Hellingera. Již jsme zmínili klíčový vliv práce v ústavu Mariaberger Heime ve švábském Albu, ale pracovala i v jiných ústavech, například na dětské klinice Olgahospital ve Stuttgartu působila především v oblasti vývojové rehabilitace.²¹⁷ Nejvýznamnějšími inspirátory jsou Martha Welch s její tzv. Holding therapy a etolog Niko Tinbergen.²¹⁸ V české republice patřila k žákům Matějčka. Později se inspirovala u Castriellovy „bonding“ terapie. TPO kombinuje s Gestalt terapií, katatymního prožívání obrazů a psychodramatu.²¹⁹

K odkazu Hellingera

Prekopová vychází z Hellingerovy metody a filosofie, ale interpretuje ji svým vlastním způsobem. Využívá praktickou stránku standardních rodinných konstelací a z ní plynoucích závěrů o rodinném soužití. K ideám o velké duši a směru jeho pozdější práce se nevyjadřuje. Na první pohled se od něj liší tím, že přijímá křesťanství. Prekopová je mnohem pragmatičtější než Hellinger, sice se věnuje tématům za hranicemi psychologie, ale metodu ukotvuje do vědeckých poznatků a často odkazuje na myslitele, ze kterých vychází. Prekopová má velmi široké pojetí náboženství, které se projevuje prvky synkretismu a ezoteriky. Analýza Hellingera nám ukázala, jak byla jeho práce, která se profilovala frázemi, jako např. harmonie, láska, větší duše atd., nesená duchem New Age. U Prekopové spatřujeme podobné tendence. „Zmíněná spiritualita prochází od křesťanství přes všechna další náboženství. Bůh v ní je jednotný se svým stvořením. Pojící silou je láska.“²²⁰ Pojetí křesťanství je dosti široké a tíhne k eklektické integraci dalších směrů.²²¹

²¹⁷ Liebe Interessierte., Way back mashine [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z:

<https://web.archive.org/web/20110723101457/http://www.prekop-festhalten.de/prekop.html>

²¹⁸ Web zrušily 25. června 2021. Pevné objetí podle Jiriny Prekopové. Way back mashine [online]. [cit. 2022-07-15].

Dostupné z: <https://web.archive.org/web/20210625034212/http://prekopova-pevneobjeti.cz/%C4%8Cast%C3%A9ot%C3%A1lky/tabid/104/Default.aspx>

²¹⁹ Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 62.

²²⁰ Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 33.

²²¹ Prekopová uznává eneagramovou klasifikaci osobnostního typu. Srov. PREKOP, Jirina. Nese mě řeka lásky. Brno: Cesta, 2007. s. 23. Podle Papežské rady pro kulturu a Papežské rady pro mezináboženský dialog je eneagram ezoterická praktika. Srov. PAPEŽSKÁ RADA PRO KULTURU a PAPEŽSKÁ RADA PRO MEZINÁBOŽENSKÝ DIALOG. Ježíš nositel živé vody: Křesťanské zamyšlení nad „New Age“. 1. Praha: Česká biskupská konference, 2003.s. 9; 69.

Jak svou práci vnímá sama?

Pro to, jak sama přistupuje ke své práci, je výstižná již uvedená citace. „Má modlitba je čirá obětavost, dávám se, a to se vši silou.“²²² Prekopová je bezprostředně emocionální a možná až naléhavě charismatická, jak v textu, tak i ve veřejném projevu. Může to být jeden z důvodů ostré kritiky vůči ní. Svou práci chápe jako poslání duchovního pastýře, což vybočuje ze standardní psychoterapeutické práce a může to působit podezřele. (Hellinger se tak projevuje ale nikdy to o sobě neřekl. Prekopová to přiznává (což ve výsledku působí věrohodněji). Součástí tohoto poslání je i boj proti autistické společnosti, chce s ní bojovat tak, že jí přinese lásku.

Kritika autistické společnosti

Nyní se přesouváme k centrálnímu tématu analýzy, a to k tomu, jak Prekopová kritizuje společnost a ducha doby. Negativně se vyjadřuje pouze k euroatlantickým blahobytným společnostem. Této kritice jsme se už věnovali v deskriptivní části, ale jako záchytný bod analýzy ji zde ve stručnosti klasifikujeme.

Společnost je zaměřená na **marketing a konzum** jako na primární zdroj štěstí. Člověk se stává jedním z mnoha, protože jsou všichni posedlí touhou po stejné značce a kariérou. Zaměřuje se také na drama **vědecko-technokratické** společnosti, která omezuje mezilidskou komunikaci virtuálními alternativami. Všudypřítomnost obrazovek navíc poskytuje doposud nevídané možnosti útěku, před sebou i druhými. **Individualismus** se projevuje ideologickou touhou po bezbřehé svobodě, která plodí narcisty. Doba se vyznačuje ztrátou smyslu pro **pravé hodnoty**, pak vede ke ztrátě sebe samého. Výsledek všech těchto vlivů Prekopová nazývá **kolektivní autismus**. Lidé si nehledí do očí a jdou si z cesty, zapomněli, jak se sdílet s ostatními. Ztrácí tak přístup k lásce. Společenskou situaci přirovnává k babylonské věži těsně před zhroutilím.²²³ A nakonec k psychoterapeutické scéně: „raší jako houby po dešti. Mám ale obavu, že je mezi nimi více jedovatých než zdravých“.²²⁴ Celé její dílo, od starých knih až po ty novější, poměrně explicitně vykresluje tento antiutopický scénář, přičemž v něm terapie (nejen její, doporučuje i jiné odborníky) působí jako vykoupení ze záhuby.

²²² PREKOP, Jirina. Nese mě řeka lásky. Brno: Cesta, 2007. s. 37.

²²³ Srov. PREKOP, Jirina. Nese mě řeka lásky. Brno: Cesta, 2007. s. 52.

²²⁴ PREKOP, Jirina. Nese mě řeka lásky. Brno: Cesta, 2007. s. 51.

Rozpory kritiky a postmoderna

Svět, který Prekopová kritizuje, bychom mohli nazvat postmoderním. Tématu postmoderní situace psychologie jsme se věnovali u Hellingera poměrně vyčerpávajícím způsobem. Prekopová je podobným způsobem jako Hellinger součástí této doby a její kariéra je nesena podobnou vlnou. U Prekopové je zajímavé to, že tuto společenskou situaci otevřeně kritizuje, aniž by reflektovala svou vnitřní podmíněnost stejnými kulturními tendencemi. Prekopová přirozeně byla součástí doby, ve které působila. Zároveň poukážeme na některé její názory, které působí jako relikvie moderny. Dále se v rámci několika příkladů podíváme zblízka na její zapletenost s tímto prostředím.

Ztráta hodnot

Ve své kritice společenské ztráty hodnot zapomíná na to, že její terapeutická kariéra je výsledkem této „bezhodnotové“ situace. Jinak by nemohla přijít s tak kontroverzní metodou, která se inspiroje širokou škálou různých oborů. Postmoderní destabilizaci hodnot nemůžeme považovat za čistě negativní fakt, i když tak může působit. Moderní člověk byl takový manažer, který díky mocnému rozumu vládnul světu a lhostejně ho konzumoval. Nový postmoderní člověk vystřízlivěl z universalit technického pokroku a konzumu. Vydal se hledat pravdu, která sahá za materiální horizont. Už mu nestačí zprostředkovaná pravda od odborné autority, snaží se ji najít sám. Takto vykreslené postavení postmoderního člověka nám ukazuje, že se nejedná o změnu k horšímu. Slovy Polákové „Otázka pravdy je znovu otevřená...“.²²⁵ S touto změnou se ale pojí i stres z výzvy po hledání nového místa na světě bez korektivní autority monopolních hodnot. Tento stres probouzí tendence k úniku a rezignaci. Svět s novými možnostmi se tak jeví jako ztracený svět bez idejí.²²⁶

Prekopová jen jednostranně kritizuje toto domnělé vakuum hodnot. I přes to, že zažila obnovu demokracie v České republice a odklon od autoritativní i anti-autoritativní výchovy, ignoruje pozitivní hodnotové změny ve společnosti a soustředí se jen na negativní. Prostředí, které akceptuje nestandardní individuální hledání odpovědí po tom, co je dobře a co ne, co je zdravé a co nezdravé, poskytlo Prekopové prostor k emancipaci jejího nestandardního terapeutického přístupu.

²²⁵ Srov. POLÁKOVÁ, Jolana. Perspektiva naděje: hledání transcendence v postmoderní době. Praha: Vyšehrad, 1995. s. 17.

²²⁶ Srov. POLÁKOVÁ, Jolana. Perspektiva naděje: hledání transcendence v postmoderní době. Praha: Vyšehrad, 1995. s. 13-18.

Ve své kritice konzumního světa posedlého kariérou navíc kritizuje spíš dozvuky moderny v postmoderně, která se ve skutečnosti vyznačuje pomalým odklonem od tohoto přístupu.²²⁷ Pak se její touha po starých hodnotách zdá jako relikvie doby minulé.

Filosofičnost na úkor vědeckosti

V deskriptivní kapitole jsme často viděli, jak míchá filosofické a spirituální pojmy s vědeckými. Uveďme další zajímavý příklad: „Smyslem lidského bytí je, aby člověk v lásce sloužil lásce. Pokud ho však impuls vycházející z limbického systému svede k jednání, které má pro lásku ničivé důsledky...“, měl by svůj zvířecí impuls zkrotit.²²⁸ To je další bod, který Prekopovou zařazuje do doby, kterou kritizuje, jež je typická eklektickým synkretismem. Z pozice střízlivější psychologické kritiky jí vytýkají spekulativnost a vědeckou nepřesnost. V analýze Hellingera jsme zmínili, že je toto vykročení za hranice psychologie do filosofie a spirituality typické například pro myslitele, kteří patří do směrů humanistické psychologie.²²⁹ Například Frankl, existencionalní příbuzný humanistické psychologie, v knihách jasně odděloval, kdy mluví jako terapeut, kdy jako filosof a kdy z osobní perspektivy.²³⁰ Takový přístup by mohl Prekopové prospět.

Transkulturní pohled na společnost vs. kritika společnosti Prekopové

Komentáře Jiřiny Prekopové o nemocné společnosti sice obsahují četné aporie,²³¹ ale zároveň jsou zajímavé, protože se v určitých bodech strefují do transkulturního pohledu na globalizovaný svět. Perspektivou transkulturní komunikace se nejprve pokusíme zhodnotit potenciál její intuice o společenské situaci. Poté se dostaneme k řešení problému „autistické společnosti“, kterou nabízí její terapeutická práce.

Transkulturnímu pohledu na společenskou situaci jsme se věnovali v heuristické části, ale pro úplnost si tu shrneme, o co se jedná. Z transkulturní perspektivy se v první řadě nejedná primárně o kritiku, ale o popis globalizovaného světa, který se vyznačuje historicky bezprecedentním zkracováním vzdáleností: distančních, komunikačních i kulturních. Ukazuje

²²⁷ „moderní ideje se rozplynuly, ale technická systémovost – dále působící v nprogramovaném směru – samočinně přetrvává.“ Srov. POLÁKOVÁ, Jolana. Perspektiva naděje: hledání transcendent v postmoderní době. Praha: Vyšehrad, 1995. s. 15.

²²⁸ Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 52.

²²⁹ Humanista je tak trochu psycholog, filosof a také ideolog. Používá, z vědecké perspektivy, neurčité pojmy, problematičké k empirickému ověření. Srov. ŘÍČAN, Pavel. Psychologie náboženství a spirituality. Praha: Portál, 2007. s. 235.

²³⁰ Srov. TAVEL, Peter. Smysl života podle Viktora Emanuela Frankla: potřeba smyslu života, přínos Viktora E. Frankla k otázce smyslu života. Praha: Triton, 2007. s. 206.

²³¹ Viz.: podkapitola kritika společnosti

se, že možnosti dialogu v tak promíseném a rozrůzněném světě nejsou samozřejmostí. Lidé se vzdalují jeden druhému a uzavírají se do oddělených světů navzdory koexistování ve stejném prostoru. Transkulturní komunikace si klade otázky, jaké hodnoty a východiska poslouží jako základ vzájemnému porozumění.

Podobnosti s Prekopovou

Prekopová používá autismus jako nevědeckou, ale trefnou metaforu bytí člověka v globalizovaném světě. Z jejího i transkulturního hlediska narážíme na stejný problém: lidé jsou si blízko, ale navzájem se odcizují. Perspektivou rodinného terapeuta je vidět, že nejde jen o distanční ani kulturní blízkost, ale i intimní. Prekopová je svědkem toho, jak se rozpadají rodiny, ve kterých se mají všichni rádi, chtějí spolu žít, ale nejde jim to.²³²

Prekopová nachází důvod této paradoxní situace: v blahobytu. Rychle se šířící blahobyt, který nepochybně souvisí s globalizací, poskytuje mimořádné možnosti úniku před našimi blízkými. Nikdy nebylo tolik rodin, které mohli dítě poslat do jeho vlastního pokoje. V něm má navíc k dispozici i svůj virtuální svět zprostředkovaný počítačem nebo mobilem. Max Picard by tuto situaci vystihnul jako svět útěku. Podle něj se lidé rodí do světa útěku, ve kterém je všechno navrženo takovým způsobem, aby to odvádělo pozornost od reality. Člověk se ani nemusí k útěku rozhodnout, protože je již jeho součástí: „zrození je skok do útěku.“²³³ Ve fenoménu útěku současně nacházíme i inherentní naději. Podle Picarda totiž neutíkáme před něčím, ale utíkáme k něčemu nebo spíš k někomu, totiž k Bohu.²³⁴ Picard takto komentoval situaci moderní společnosti před druhou světovou válkou, ale jeho pojetí útěku překvapivě dobře odpovídá i postmodernímu stresu z hledání pravdy, jak ho popsala Poláková.²³⁵ V tomto světle Prekopová velmi dobře vystihuje společenskou situaci v jejích problematických místech. Chybu spatřujeme v tom, že je její popis společnosti nekompletní. Zaměřuje se jen na to špatné a opomíjí to dobré.

Transkulturní komunikace pevným objetím

Na první pohled nacházíme průnik transkulturní komunikace a práce Prekopové v zaměření se na problematiku porozumění a překonávání komunikačních bariér. Celé dílo

²³² Situace podobná v mnoha rodinách, i když se manželé milují a milují své děti, rozvedou se. PREKOP, Jirina. Jen v lásce přežijeme. Praha: Portál, 2014. s. 17

²³³ Srov. PICARD, Max. Člověk na útěku. Praha: Dauphin, 2016. s. 14.

²³⁴ „Bůh je tak rychlý, že uprchlíci jsou jakoby ve vleku – a to je konec útěku.“ PICARD, Max. Člověk na útěku. Praha: Dauphin, 2016. s. 152.

²³⁵ Knihu *Člověk na útěku* bychom mohly chápat jako filosofickou báseň o autově pocitu z doby ve které žil. V originálu *Die Flucht vor Gott (1934)* Lever Prize 1952 pro Maxe Piccarda. Hausen im wiesental [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: http://hausen.pcom.de/jphebel_preis/k%C3%BCnstler_preis/preis_picard.htm

Prekopové definovala fascinace komunikací v těch nejproblematičtějších situacích. Transkulturní potenciál její práce budeme pozorovat na třech vybraných prvcích TPO vyznačujících se komunikací napříč hranicemi. Téma překračování hranic je totiž jedním ze základních témat transkulturní komunikace.

Na hraně etiky: Dítě je objímáno i přes jeho nesouhlas. Prekopová k pevnému objetí přistupuje jako k hořké medicíně, kterou dítě nechce, ale uzdraví ho. Kritikou je to jednoznačně vnímáno jako zranění svobody a důstojnosti. Prekopová problematičnost tak radikální terapie vnímala. Což se projevuje ve formě její práce. V pozdějších fázích vývoje zastává méně radikální stanoviska k formám terapie.²³⁶

Na hraně světů: Pevné objetí můžeme vnímat jako prostor pro konfrontaci různých světů, mezi kterými jsou obvykle zdánlivě nepřekonatelné hranice. Autisti žijí doslova v jiném světě, do kterého téměř nejde proniknout. Prekopovou na počátku její kariéry fascinovalo, že i přesto jim jejich matky dokáží porozumět, a rozpoznala to jako porozumění srdcem.²³⁷ TPO má poskytovat prostor této komunikaci srdcem. Podstatou objetí je být v kontaktu tváří v tvář, srdcem k srdci a břichem k břichu. K potenciálu tohoto kontaktu na třech úrovních se ještě vrátíme.

Příklad na úplně opačné straně možností TPO je kontakt mezi světem oběti znásilnění a světem násilníka. Při emoční konfrontaci oběť dostane příležitost vyplakat a vykřičet obrovskou bolest, kterou prožila. Tak dostane možnost vyjít ze svého ega a vlastního utrpení a vcítit se do násilníka. Doslova pronikne do úplně jiného světa, kde může nahlédnout jeho utrpení, které ho nutí jednat násilně. V rámci vizualizace dojde i k přemožení protivníka, a tak získání nové perspektivy na život za hranicemi vlastního utrpení. Možnost kontaktu mezi takto vzdálenými světy dává naději na to, že se usmíří i národy v těch nejvážnějších konfliktech.

Mimo hranice řeči: Tady se dostáváme ke zmíněné *komunikaci srdcem* mezi matkou a autistickým dítětem. Když opomene vytykanou nevědeckost, které se Prekopová dopouští, odhalíme tak velký potenciál ke komunikaci. Když Pavel Travel píše o existencionální psychologii, zmiňuje Pascalův přístup k srdci. Staví ho nad rozum, protože propojuje „instinkt a intuici, cit a citlivost, vidění a ducha.“²³⁸ Tak se otevírá cesta k úplnému chápání reality. Srdce je symbolický střed člověka, který jím pumpuje krev, kapalinu života.²³⁹ Srdce můžeme

²³⁶ Nejprve se zdráhala jí vůbec použít. Pak se jí věnovala jako léčbě vazby na matku u autistů. Postupně ho rozšířila pro širší škálu klientů. Nakonec se zaměřila na empatickou komunikaci mezi lidmi, při které je TPO její koncentrovanou podobou v případě extrémní krize.

²³⁷ Srov. PREKOP, Jirina. Nese mě řeka lásky. Brno: Cesta, 2007. s. 13-17.

²³⁸ Srov. TAVEL, Peter. Smysl života podle Viktora Emanuela Frankla: potřeba smyslu života, přínos Viktora E. Frankla k otázce smyslu života. Praha: Triton, 2007. s. 216-228.

²³⁹ Srov. BURDA, František. Za hranice kultur: transkulturní perspektiva. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2016. s. 207.

považovat za průsečík, kterým prochází hermeneutické setkání s druhým a s láskou jako ustavujícím principem vztahovosti. Říká se, že to, co milujeme, nosíme v srdci na prvním místě, a to se stává naším Bohem. TPO je fyzický akt sklonění se (položení se) do světa druhého. V tomto světle bychom to mohli vyložit jako emancipaci potřeby nosit druhého v srdci na prvním místě. Prekopová totiž zdůrazňuje, že při pevném objetí jde o fyzický kontakt dvou těl a dvou duší tváří v tvář, srdcem k srdci a břichem k břichu.

Rozpory: Když se podíváme na princip sklonění se, který chápeme jako obraz Božího sklonění k člověku, objevujeme v této rovině komunikace rozpory. Láskyplné sklonění, které má léčivé účinky, se odehrává na úrovni služby druhému, ne moci nad ním. Pevné objetí, ať už jde o sebelepší hořkou medicínu, funguje na bázi moci nad dítětem.²⁴⁰

Ze tří jmenovaných úrovní těla, která se setkávají při TPO, je tvář ta nejdůležitější. **Komunikace Tváří v tvář**, tedy kontakt z očí do očí, musí probíhat i ve formách terapie, které nejsou tak kontaktní. Prekopová zdůrazňuje, že pohled do očí je základní podmínkou empatické konstruktivní komunikace. Současně je nedostatek hledění do očí chorobný příznak „autistické společnosti.“ V pohledu do očí, tedy do tváře, spatřujeme z perspektivy metafyzické cesty transkulturní komunikace klíčový bod setkání. Podle Lévinase je tvář branou k navázání vztahu k druhému.²⁴¹ Vztah umožňuje vyjít ze svého ega, takže je aktem přesahování sama sebe.²⁴² Tvář je nám vystavená, a tím i zranitelná, sice může vybízet k násilí, ale hlavně zavazuje k odpovědnosti, protože sděluje imperativ Nezabíješ. Skrze tvář se setkáváme s tím, co je pod ní skryto. „Skrze tvář proniká temné světlo, jež přichází z toho, co je za ní“²⁴³ vztah, který podminuje ke starosti o druhého, je praktické vykročení směrem k transcenci. Z filosofické perspektivy je tvář jako brána, skrze kterou jsme vybízeni vyjít ze sebe, což je podle terapeutického pohledu Prekopové vnitřní osvobození.

Hranice svobody

Vzhledem k tomu, že jsme se pokusili ocenit TPO jako zajímavou formu komunikace, nemůžeme se vyhnout problematice lidské svobody, která je naléhavě připomínána kritikou pevného objetí. Kritici vytýkají, že TPO omezuje svobodu klienta až tak, že to ubližuje jeho důstojnosti. Podle Prekopové se člověk stává svobodným, až když v něm není neusmířená

²⁴⁰ Srov. BURDA, František. Za hranice kultur: transkulturní perspektiva. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2016. s. 197.

²⁴¹ Srov. LEVINAS, Emmanuel. Etika a nekonečno. Praha: OIKOYMENH, 2009. s. 208-215.

²⁴² Srov. LEVINAS, Emmanuel. Etika a nekonečno. Praha: OIKOYMENH, 2009. s. 197-200.

²⁴³ Srov. LEVINAS, Emmanuel. Totalita a nekonečno: (esej o exterioritě). Praha: OIKOYMENH, 1997. s. 227.

bolest. TPO se snaží usmířit vnitřní bolest, která člověka egoisticky poutá k sobě samému. Cíl je osvobození, a tím se u člověka prohloubí schopnost milovat.²⁴⁴ Podle Prekopové je svoboda možná, jen když uznáme její **hranice**. TPO například zprostředkovává uvědomění našeho spojení se svými rodiči. Tak poznáme své místo v rodinném systému, což definuje jasné hranice našeho rodinného života. Stručně řečeno, cíl TPO je osvobození, a to je možné jen v rámci jasně definovaných hranic. Prekopová si vykládá ostrou kritiku TPO tím, že je společnost ideologicky posedlá bezuzdnou svobodou. Jakékoli vymezení jasných hranic takové lidi provokuje. Lidská svoboda nemůže být neomezená, už jen na základě faktu, že se člověk narodí jako křehký a zcela závislý tvor.

Abychom pronikli hlouběji do tajemství, ze kterého má vyplývat potenciál ke svobodě, podíváme se na to, co je svoboda, perspektivou **filosofické antropologie**, která rozlišuje mezi svobodou a svévolí. Svévolný člověk prostě dělá, co se mu zachce. Je bezohledný a nezamýšlí se nad důsledky činů, protože ho ani nenapadne se omezovat. Nakonec je nezodpovědný a bezohledný vůči okolí. Na druhé straně svobodný člověk má etickou odpovědnost za své činy a je tedy ohleduplný.²⁴⁵ Aby mohl být odpovědný sám za sebe, musí mít sebevědomí. Sebevědomím myslíme vědomí sebe sama a vlastní jedinečnosti s tím, jak člověk zapadá do celku bytí. To znamená, že si je vědom společenství, do kterého patří a vůči kterému má určité povinnosti. V takovém případě se nemůže chovat libovolně. Musí napínat vůli směrem k dobrému jednání. Není lhostejné, co dělá, buď je něco dobré, anebo ne. Z této perspektivy **individualismus** vede ke svévoli, ne ke svobodě.

I přes to, že je každý člověk svobodný, nemusí se svobodně chovat. Když sklouzne k libovůli, je to jako by se zříkal své přirozené svobody, protože přestane kriticky uvažovat nad tím, co je dobré a co ne. Jeho chování se blíží instinktivnímu nebo intuitivnímu bytí, což mu nedovoluje kriticky se zamyslet nad tím, co ho ovlivňuje. I přesto, že věří ve svou svobodu, jen reaguje na determinanty prostředí.²⁴⁶ Ale určení prostředím je bezvýznamné, srovnáme-li ho s určením naším nitrem. Emerich Coreth se v tomto bodě odvolává na Tomáše Akvinského, který klade důraz na „svobodu od vnitřní nutnosti“.²⁴⁷ Člověk se stává svobodným, až když překoná determinovanost vlastní podstatou. Dogmaticky chápaný individualismus je způsob života, který odpovídá pouze jedné ze tří vrstev toho, co znamená být osobou. Individualita je

²⁴⁴ Srov. PREKOP, Jirina. Nese mě řeka lásky. Brno: Cesta, 2007. s. 60.

²⁴⁵ Srov. CORETH, Emerich. Co je člověk? Praha: Zvon, 1996. s. 90-91

²⁴⁶ Srov. CORETH, Emerich. Co je člověk? Praha: Zvon, 1996. s. 85-100

²⁴⁷ CORETH, Emerich. Co je člověk? Praha: Zvon, 1996. s. 91

jednoduše to, co je na živu, a vyznačuje se sebeohraničováním a sebeprosazováním v určitém prostředí.²⁴⁸

Na základě rozlišení mezi svobodou a svévolí je jasné, že je člověk svobodný jedinečně v rámci určitých hranic. Dokonce se zdá, že čím víc si je těchto hranic vědom, tím svobodnější je. Terapie pevným objetím se navíc soustředí na osvobození od vnitřní svázanosti utrpením. Otázka zní, zda to, že Prekopová chápe lidskou svobodu podobně jako filosofická antropologie, znamená i to, že TPO jí opravdu prospívá. Podat takový rozsudek není cílem práce, ale k odpovědi na tuto otázku jsme se přeci jen přiblížili, když jsme se výše zabývali komunikací na úrovni srdce a fenoménem sklonění.

Hranice TPO

Kromě uvedených kontraindikací v deskriptivní kapitole má TPO jednu jasnou hranici, kterou je člověk jednostranně řízený rozumem snažící se dosáhnout jen vlastního prospěchu. Obraz takového člověka vykresluje „pýcha, narcismus, egoismus a bezohlednost“.²⁴⁹ Terapeutická intervence by člověku závislém na svém obrazu způsobila závislost na terapeutovi. Možnosti změny, která by vedla k vyjití z jeho ega, Prekopová spatřuje jen ve velké krizi, která otřese jeho identitou.²⁵⁰ Z perspektivy filosofických východisek transkulturní komunikace bychom mohli říct, že demystifikaci, či překonání estetického stádia existence neposkytuje terapie, ale „normální“ životní krize. Prekopová pracuje s pojmem krize životního zlomu od Eriky Schuchardtové. Krize životního zlomu jsou nepředvídatelné, bleskově přicházející ohrožení existence. Jsou to „pukliny životního příběhu“, které musíme protrpět, abychom našli to, čím nás krize obohatí.²⁵¹ Zasažení zvenčí se probourává do nitra člověka a tak boří jeho sebe-obraz a sebeklam, což zpřístupňuje cestu z estetického životního stylu. Člověk se otevírá etickému stádiu existence, ve kterém se mu prohlubuje schopnost navázat vztah s druhými. Podle Jasperse může být krize existencionální zážitek, který člověka dovede k plnějšimu a pravdivějšímu životu.²⁵² V takových zkušenostech je obrovský sebezpřesahný potenciál. S terapií pevného objetí tento jev ale nejde ztotožňovat.

²⁴⁸ Srov. GUARDINI, Romano. Svět a osoba. Svitavy: Trinitas, 2005. s. 93.

²⁴⁹ PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 54.

²⁵⁰ Srov. PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 51-55.

²⁵¹ PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Praha: Portál, 2013. s. 63.

²⁵² Srov. WEISCHEDEL, Wilhelm. Zadní schodiště filosofie. Olomouc: Votobia, 1995. s. 232.

Shrnutí

Dílo Jiřiny Prekopové zajímavým způsobem vystihuje problémy společnosti. Při detailnějším pohledu ale zjišťujeme, že obsahuje vnitřní rozpory. Jako psychoterapeut se v knihách profiluje jako odborník, v tomto případě by její kritika mohla být kompletnější. Neuniklo by jí, že je její metoda sama definována dobou, kterou kritizuje. I přesto jsme odhalili jistý transkulturní potenciál v důrazu na komunikaci tváří v tvář a v tělesné blízkosti. Tento přístup umožňuje navázání blízkého vztahu a překonává lidské tendence k útěku. Prekopová o něm mluví ve smyslu instinktivní reakce, ale analýza odhalila jeho širší význam jako obecnější tendence útěku před realitou. Možnosti překonání komunikačních bariér mezi lidmi, kteří si zdánlivě nemohou porozumět, dává naději i možnostem transkulturní komunikace. Uplatňování východisek TPO bez radikální kontrastnosti by se mohlo blížit hodnotám transkulturní komunikace. Kontrastnost je ale integrální součástí terapie právě v okamžicích, kdy je třeba překonat nejdramatičtější bariéry porozumění.

Závěr

Do tématu práce jsme vstupovali s **hypotézou**, že díky transkulturní perspektivě získáme kritický odstup, díky kterému budeme schopní ocenit hodnotu terapeutické práce Hellingera a Prekopové. Při tom jsme testovali, zda se transkulturní komunikace může vyjadřovat k psychoterapii. Hypotézu považujeme za potvrzenou. Transkulturní komunikace poskytla cenný pohled na dílo zmíněných terapeutů. Naše analýza se zaměřila jen na určitou stránku jejich práce. Psychoterapeutická nebo psychologická analýza odhaluje jiné klíčové body, jiné klady i rozpory. Vrhli jsme tak nové světlo na Transkulturní komunikaci jako na obor, který se může vyjadřovat k terapeutickým metodám, protože nepaušalizuje sporné a kontroverzní nebo i podivné přístupy. Metafyzická perspektiva transkulturní komunikace se ukázala jako vhodná pro hodnocení psychoterapií, které se profilují jako vztažené k transcendenci.

Posláním transkulturní komunikace je otevřít se jinakosti a vést s ní dialog. Toto poslání jsme při hodnocení pevného objektu a konstelací ověřili. Pronikli jsme do hloubky vybraných metod a podrobili je analýze. Odvážnější předpoklad, že terapeutické metody korelují s východisky a cíli transkulturní komunikace, jsme nepotvrdili. Ovšem nutno dodat, že na povrchnější úrovni jsou si blízké.

V **heuristické** části jsme definovali metafyzickou cestu transkulturní komunikace a psychoterapii. Zjistili jsme, že se transkulturní komunikace snaží postavit možnosti dialogu mezi kulturami na hodnotě univerzální lidské důstojnosti. V rámci průletu jejím historickým vývojem jsme našli zásadní příbuznost psychoterapie, filosofie a náboženství. Stručně řečeno jejich společným jmenovatelem je zájem o vnitřní duševní, či psychický život člověka.

V **deskriptivní** části jsme vystihli jádro rozsáhlého díla Berta Hellingera a Jiřiny Prekopové. Popisovali jsme ho z jejich perspektivy, ne z perspektivy kritiků. Proto jejich závěry zajímavě kontrastovaly s těmi v analytické části.

Na začátku obou **analytických** částí jsme se nejprve seznámili s pohledem na práci Prekopové i Hellingera od jiných psychoterapeutů. Dalo by se říci, že šlo o čistě pragmatickou analýzu. Zejména u Prekopové jsme dali prostor i kritickému výkladu. Až poté jsme přešli k analýze. V obou případech tu máme tři pohledy na jednu práci, které jsou velmi odlišné. Každý se zaměřuje na jinou stránku metody. Ve srovnání s těmito přístupy vysvítá originalita transkulturní komunikace, se kterou jsme se snažili objektivně hodnotit filosofické a spirituální podloží jejich práce.

Hellingerovo dílo jsme srovnávali s transpersonální psychologií a odhalili jeho tendence překračovat hranice psychoterapie do filosofie a spirituality. Jeho přístup zapouští kořeny do stejné živné půdy postmoderního zmateného hledání spirituality. Jeho metody se z filosofického hlediska zdají mělké, protože se dopouští imanentistické redukce transcendence. Podobně se dopouští redukce lásky na fenomenologická fakta, což znamená, že se jeho přístup k tomuto zásadnímu pojmu diametrálně odlišuje od transkulturního.

Dílo **Prekopové** je nesené podobným postmoderním prostředím jako Hellingerovo. Východisky se od něj odlišuje volným zakořeněním do křesťanské filosofie. Zaměřili jsme se na výrazné téma její práce, a to na kritiku společnosti. Rozpoznali jsme ji jako vnitřně rozporuplnou. I přes to jsme v ní našli transkulturní potenciál. Po takovém potenciálu jsme rovněž pátrali v metodě pevného objetí. Jeví se jako zajímavý prostředek komunikace, protože umožňuje překračování zdánlivě nepřekonatelných bariér v dialogu. Z transkulturního pohledu je zajímavý, ale zdá se příliš radikální.

Během práce jsem neustále objevoval další témata, kterým by bylo zajímavé se věnovat. Samozřejmě jsem musel vybrat to, co se zdálo nejpodstatnější, ale potýkal jsem se s pochybnostmi, zda jsem zvolil správně. Pojmout analýzu díla dvou psychoterapeutů byla výzva a stále mám dojem, že některá témata, kterých jsme se dotkli, by si zasloužila rozvést a prohloubit.

Pro další výzkum by mohlo být velmi zajímavé srovnat intuice Hellingera s antropologickými závěry o fungování rodiny i širších skupin. Například se nabízí srovnání mezi pojetím obětího mechanismu Reného Girarda a Hellingerova chápání vyloučení člena rodiny. Mimetismus by mohl vrhnout světlo na otázku autonomie obětujících se členů rodiny i na kolektivní paměť rodinné skupiny. Během práce s texty jsem ale nejvíce tíhnul k tématům vztahu a lásky. Nejpřínosnější pohled na tuto problematiku mi poskytla filosofická antropologie a personalismus.

Rád bych se také zmínil o mém osobním vztahu k tématu. Kvůli tomu, že jsou oba rodiče vyškolení terapeuti TPO i konstelací. Zároveň jsem se několikrát osobně setkal s Jiřinou Prekopovou, naposledy, když mi bylo 24, byla velmi milá a temperamentní i ve stáří. Naše setkání (v době, kterou si ještě nepamatuji) proběhlo i na terapeutické úrovni, kdy vedla proces pevného objetí se mnou a s mými rodiči.

Terapeutický výcvik rodičů měl vliv i na to, jak vypadal náš rodinný život. Projevoval se například praktikováním pevného objetí jako životního stylu, takže jsem terapii jako dítě

několikrát absolvoval. Jedno objímání si dokonce pamatuji as nebyl to příjemný zážitek. Mám ještě jednu vzpomínku z dětství, která se týká metod Prekopové. Když jsem jako malý zlobil, občas jsem dostal na zadek. Jednou, když jsem čekal, že dostanu na zadek, mi táta řekl, že mi na zadek nedá a že ho trápí, jak se chovám. Pamatuji si to jako zážitek, který mě donutil myslet na svoje chování úplně jinak než předtím. Taky jsem cítil porozumění v situaci, kde jsem ho nečekal. Když jsem četl materiál pro diplomovou práci o škole lásky v rodině, zase jsem si vybavil tuto vzpomínku, protože se v knize psalo o přesně takovém přístupu ke konfliktům.

Při první četbě prací Herllingera a Prekopové jsem je s nadšením přijal jako naprosto geniální. Postupně jsem byl skeptičtější a skeptičtější. I přes to, že jsem získal kritický odstup (jak to je jen možné), osobně nepovažuji ani jednu metodu za zavřženíhodnou. Byla to zajímavá zkušenost proniknout do hloubky myšlení nějakého autora tolik, že to vede k radikálnímu přehodnocení názoru na něj.

Bibliografie

- ANZENBACHER, Arno. Úvod do etiky. Vyd. v tomto překl. 3., v nakl. Academia 2. Praha: Academia, 1994.
- BUBER, Martin. Já a Ty. Přeložil Jiří NAVRÁTIL. Praha: Kalich, 2005. Kairos (Kalich).
- BURDA, František. Za hranice kultur: transkulturní perspektiva. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2016.
- BURDA, Petr. Viktor E. Frankl: Homo Patiens. Teologické texty. 2006, 2006(4).
- CLARKE, W. Norris. Osoba a bytí. V Praze: Krystal OP, 2007.
- CORETH, Emerich. Co je člověk?. 2. vyd. Praha: Zvon, 1996. Studium (Zvon). ISBN 80-7113-170-9.
- COHEN, Dan Booth. "Family Constellations": An Innovative Systemic Phenomenological Group Process From Germany. The Family Journal. 2006, 13(3), 8.
- GUARDINI, Romano. Svět a osoba. Svitavy: Trinitas, 2005. Studium (Křesťanská akademie v Římě).
- HELLINGER, Bert, Gunthard WEBER a Hunter BEAUMONT. Skrytá symetrie lásky: co podporuje lásku v partnerských vztazích. Praha: PRAGMA, c2000.
- HELLINGER, Bert a Gabriele TEN HÖVEL. Rodinné konstelace: objevná síla. Praha: Triton, 2004.
- HELLINGER, Bert. Zweierlei Glück: Die Systemische Psychotherapie Bert Hellingers. 13. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme, 2002.
- HELLINGER, Bert. Love's hidden symmetry: what makes love work in relationships. Phoenix, Arizona: Zeig, Tucker & Theisen, 1998.
- HELLINGER, Bert. Ordnungen der Liebe: Ein Kursbuch. München: Droemer Knauer, 2001.
- HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. Psyché (Triton).
- HELLINGER, Bert. Láska ducha: co k ní vede a jak jí lze dosáhnout. Praha: Maitrea, 2011.

- HELLINGER, Bert. Love's hidden symmetry: what makes love work in relationships. Phoenix , Arizona: Zeig, Tucker & Theisen, 1998.
- HELLINGER, Bert. Ordnungen der Liebe: Ein Kursbuch. München: Droemer Knaur, 2001.
- HELLINGER, Bert. Rodinné konstelace: imperativy lásky. Praha: Triton, 2007. Psyché (Triton).
- HELLINGER, Bert. Láska ducha: co k ní vede a jak jí lze dosáhnout. Praha: Maitrea, 2011.
- HELLINGER, Bert. Přirozená mystika: cesty spirituální zkušenosti. Praha: Equilibrium, 2009. Pomoc rodinám.
- HOJDA, Jan. Obrazy člověka ve vybraných dílech literatury a filmu 20. století: teologicko-antropologické interpretace. Ostrava: Moravapress, 2013.
- KRATOCHVÍL, Stanislav. Základy psychoterapie: [směry - metody - výzkum]. Praha: Portál, 1997. ISBN 80-7178-179-7.
- KUČÍREK, Jiří. Psychodiagnostika a poradenství. Hradec Králové: Gaudeamus, 2014.
- KAMPENHOUT, Daan van. Obrazy duše: duše v šamanských rituálech a [rodinných] konstelacích. Praha: Maitrea, 2007.
- LEVINAS, Emmanuel a Miroslav PETŘÍČEK. Etika a nekonečno. 2. vyd. Přeložil Věra DVOŘÁKOVÁ, přeložil Miloš REJCHRT. Praha: OIKOYMENH, 2009. Oikúmené (OIKOYMENH).
- LEVINAS, Emmanuel. Totalita a nekonečno: (esej o exterioritě). Praha: OIKOYMENH, 1997. Oikúmené (OIKOYMENH).
- MURPHY, Robert Francis. Úvod do kulturní a sociální antropologie. Vyd. 2. Přeložil Hana ČERVINKOVÁ. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2004. Studijní texty (Sociologické nakladatelství).
- PAPEŽSKÁ RADA PRO KULTURU a PAPEŽSKÁ RADA PRO MEZINÁBOŽENSKÝ DIALOG. Ježíš nositel živé vody: Křesťanské zamyšlení nad „New Age“. 1. Praha: Česká biskupská konference, 2003.
- PICARD, Max. Člověk na útěku. Přeložil Ladislav JEHLIČKA, přeložil Marek PŘIBIL. V Praze: Dauphin, 2016.

- PIEPER, Josef. O víře: O naději ; O lásce. Přeložil Jan FREI. Praha: Krystal OP, 2018.
- PLHÁKOVÁ, Alena. Přehled dějin psychologie. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 2000.
- POLÁKOVÁ, Jolana. Perspektiva naděje: hledání transcendence v postmoderní době. Praha: Vyšehrad, 1995.
- PREKOP, Jirina. Nese mě řeka lásky. Brno: Cesta, c2007.
- PREKOP, Jirina. Prvorozené dítě: o sourozenecké pozici. Přeložil Hana VRBOVÁ. Praha: Portál, 2009. Rádci pro rodiče a vychovatele.
- PREKOP, Jirina. Pevné objetí: cesta k vnitřní svobodě. Vyd. 2. Přeložil Daniela VRBOVÁ. Praha: Portál, 2013.
- PREKOP, Jirina. Jiřina Prekopová, Jaroslav Šturma - výchova láskou: rozhovor. Praha: Portál, 2012.
- PREKOP, Jirina. Malý tyran. Vyd. 7. Přeložil Zdena LOMOVÁ, přeložil Zdeněk JANČAŘÍK. Praha: Portál, 2014. Rádci pro rodiče a vychovatele.
- PREKOP, Jirina a Gerald HÜTHER. Odhalte poklad u svého dítěte: kniha pro zvědavé rodiče. Praha: Grada, 2008. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-2070-8.
- PREKOP, Jirina a Bert HELLINGER. Kdybyste věděli, jak vás miluji. Brno: Cesta, 2008.
- PREKOP, Jirina. Jen v lásce přežijeme. Praha: Portál, 2014.
- PREKOP, Jirina. Von der geglückten Vermählung des systembezogen Ansatzes Hellingers mit der Festhaltetherapie Prekops. Holding Times. 1998, 7(2), 5.
- PREKOP, Jirina a Christel SCHWEIZER. Děti jsou hosté, kteří hledají cestu: výchova a respektování dítěte. Vyd. 7. Přeložil Kristina LIŠKOVÁ. Praha: Portál, 2015.
- PREKOP, Jirina. Jen v lásce přežijeme. Praha: Portál, 2014.
- ŘÍČAN, Pavel. Cesta životem: vývojová psychologie. 4., doplněné vydání. Praha: Portál, 2021.
- ŘÍČAN, Pavel. Psychologie náboženství a spirituality. Praha: Portál, 2007.

SCHLIPPE, Arist von a Jochen SCHWEITZER. Systemická terapie a poradenství. Brno: Cesta, c2006.

STÖRIG, Hans Joachim. Malé dějiny filosofie. Vyd 8., V KNA 2. Přeložil Miroslav PETŘÍČEK, přeložil Petr REZEK, přeložil Karel ŠPRUNK. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2000. Studium (Karmelitánské nakladatelství).

Salve: Revue pro teologii a duchovní život. 20. Praha: Krystal OP, 2020.

TAVEL, Peter. Smysl života podle Viktora Emanuela Frankla: potřeba smyslu života, přínos Viktora E. Frankla k otázce smyslu života. Praha: Triton, 2007. Psyché (Triton).

VRÁNA, Karel. Dialogický personalismus. Praha: Zvon, 1996. Logos (Zvon).

Víc než pouhá recenze knihy. *Časopis pro psychoterapii – konfrontace*. 2002, 13(3), 3.

WEISCHEDEL, Wilhelm. Zadní schodiště filosofie. Ve Votobii vyd. 2. Olomouc: Votobia, 1995. Velká řada (Votobia).

Webové zdroje:

SIDENIUS Ulrik, STIGSDOTTER Ulrika K., POULSEN Dorthe Varning, BONDAS Terese. "I look at my own forest and fields in a different way": the lived experience of nature-based therapy in a therapy garden when suffering from stress-related illness, *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 2017 Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/17482631.2017.1324700>.

Der Mensch Bert Hellinger. Hellinger@schule [online]. [cit. 2022-07-10]. Dostupné z: <https://www.hellinger.com/bert-hellinger-original/bert-hellinger/der-lebensweg-von-bert-hellinger/>

Rupert Sheldrake: the 'heretic' at odds with scientific dogma. *The Guardian* [online]. [cit. 2022-07-10]. Dostupné z: <https://www.theguardian.com/science/2012/feb/05/rupert-sheldrake-interview-science-delusion>

Autismus. Wikiskripta [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://www.wikiskripta.eu/w/Autismus>

Pevné objetí podle Jiřiny Prekopové. Go Kids [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://gokids.cz/pevne-objeti-podle-jiriny-prekopove/>

Dr Gunther Weber [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <http://www.gunthard-weber.de/>

Konstelace rodinné, „systemické“. Sisyfos [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://www.sisyfos.cz/clanek/811-konstelace-rodinne-systemicke>

Systemic Voodoo. The international laboratory for metal space research [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://www.mentalspaceresearch.com/systemic-vooodoo>

Terapie pevné objetí [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <http://pevneobjeti.blogspot.com>

Říkáme NE metodám pevného objetí. Facebook [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://www.facebook.com/rikame.ne.mpo/>

Stop terapii pevným objetím. *Psychologie.cz* [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://psychologie.cz/stop-terapii-pevnym-objetim/>

O terapii pevnym objetim a jinych besech. A2larm [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://a2larm.cz/2016/07/o-terapii-pevnym-objetim-a-jinych-besech/>

Autismus. *EUC* [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://euc.cz/clanky-a-novinky/clanky/autismus-celozivotni-nemoc-s-neznamou-pricinou/>

Jirina Prekop. *Wikipedia* [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: https://de.wikipedia.org/wiki/Jirina_Prekop

Der kleine Tyrann. *Kösel Verlag* [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://www.penguinrandomhouse.de/Rezensionen/233240.rhd>

Pevné objetí: Jak se na něj díváme dnes. *Psychologie dnes* [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://nakladatelstvi.portal.cz/casopisy/psychologie-dnes/99577/pevne-objeti-jak-se-na-nej-divame-dnes>

Reportéři čt 10. říjen 2011. *Ceskatelevize* [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://www.ceskatelevize.cz/porady/1142743803-reporteri-ct/211452801240040/>

Liebe Interessierte,. *Way back mashine* [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://web.archive.org/web/20110723101457/http://www.prekop-festhalten.de/prekop.html>

Pevné objetí podle Jiřiny Prekopové. *Way backmaschine* [online]. [cit. 2022-07-15]. Dostupné z: <https://web.archive.org/web/20210625034212/http://prekopova-pevneobjeti.cz/%C4%8Cast%C3%A9ot%C3%A1zky/tabid/104/Default.aspx>

Lever Prize 1952 pro Maxe Piccarda. Hausen im wiesental [online]. [cit. 2022-07-15].

Dostupné z: http://hausen.pcom.de/jphebel_preis/k%C3%BCnstler_preis/preis_picard.htm

The evolution from Familienstellens until today's Original Hellinger® Familienstellen.

Hellinger®schule [online]. [cit. 2022-07-10]. Dostupné z:

<https://www.hellinger.com/en/familienstellen/what-is-family-constellation/the-evolution-from-familienstellen/>