

Česká zemědělská univerzita v Praze

Provozně ekonomická fakulta

Katedra psychologie



Diplomová práce

Spiritualita v každodennosti

Anna Patočková

© 2014 ČZU v Praze

ČESKÁ ZEMĚDĚLSKÁ UNIVERZITA V PRAZE

Katedra psychologie

Provozně ekonomická fakulta

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

Bc. Anna Patočková

Hospodářská politika a správa

Název práce

Spiritualita v každodennosti

Anglický název

The everydayness of spirituality

Cíle práce

Diplomová práce se v obecné rovině zabývá fenoménem spirituality a jejího vlivu na jedince a společnost. Cílem diplomové práce je zjistit, jakým způsobem ovlivňuje spiritualita vybrané sociální aktéry, kteří se aktivně hlásí k této dimenzi života.

Metodika

Teoretická část práce se bude opírat o odbornou literaturu vztahující se ke zkoumané problematice a další relevantní informační zdroje. Empirická část bude vycházet z dat získaných v průběhu vlastního terénního výzkumu, který bude probíhat formou ne/zúčastněného pozorování a polostrukturovaných rozhovorů s vybranými informátory.

Rozsah textové části

60 – 80 stran

Klíčová slova

Doporučené zdroje informací

BALAGANGADHARA, S. N. "The heathen in his blindness...": Asia, the West, and the dynamic of religion. New York: E.J. Brill, 1994. 563 s. Studies in the history of religions; sv. 64. ISBN 90-040-9943-3.

BENDA, Jan. Mystika a schizofrenie: mystické zážitky jako předmět klinického zájmu. 1. vyd. Ústí nad Labem: Jan Benda, 2007. 80 s. ISBN 978-80-254-0367-9.

BOWIE, Fiona. The anthropology of religion: An Introduction. Oxford: Blackwell Pub., 2006. 332 s. ISBN 978-140-5121-057.

HICK, John. The new frontier of religion and science: Religious experience, neuroscience and the transcendent. New York: Palgrave Macmillan, 2006. 228 s. ISBN 02-305-0771-9.

JUNG, Carl Gustav. Obraz člověka a obraz boha. Vyd. 1. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2001. 506 s. ISBN 80-858-8023-7.

PENNINGTON, Brian K. Was Hinduism Invented? Britons, Indians, and colonial construction of religion. Oxford: Oxford University Press, 2005. 264 s. ISBN 01-980-3729-5.

STAMPACH, Odilo Ivan. Na nových stezkách ducha: přehled a analýza současné religiozity. Vyd. 1. Praha: Vyšehrad, 2010. 261 s. ISBN 978-807-4290-602.

VAN DER VEER, Peter. Spirituality in Modern Society. *Northwestern Journal of Ethnology*, 2012, č.75, s.115-124.

Vedoucí práce

PhDr. Sandra Kreiřslová, Ph.D.

Elektronicky schváleno dne 20. 10. 2014

PhDr. Pavla Rymeřová, Ph.D.

Vedoucí katedry

Elektronicky schváleno dne 20. 10. 2014

Ing. Martin Pelikán, Ph.D.

Děkan PEF ČZU

V Praze dne 22. 11. 2014

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že svou diplomovou práci „Spiritualita v každodennosti“ jsem vypracovala samostatně pod vedením vedoucího diplomové práce a s použitím odborné literatury a dalších informačních zdrojů, které jsou citovány v práci a uvedeny v seznamu literatury na konci práce. Jako autorka uvedené diplomové práce dále prohlašuji, že jsem v souvislosti s jejím vytvořením neporušila autorská práva třetích osob.

V Praze dne 30. 11. 2014

Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala vedoucí diplomové práce PhDr. Sandře Kreisslové, PhD. za její ochotu, odborné vedení, cenné rady a připomínky. Dále bych ráda poděkovala všem informátorům, kteří se mnou sdíleli své životní zkušenosti se spirituálním životem. Mnohdy šlo o velmi bolestné vzpomínky a citlivé informace, o to více oceňuji, jejich otevřenost a v neposlední řadě jim děkuji za věnovaný čas a trpělivost.

Spiritualita v každodennosti

The Everydayness of Spirituality

Souhrn

Tato práce se zabývá otázkou, jakým způsobem se spiritualita odráží v životě na každodenní úrovni jedince (emocionálně, duchovně, v rámci praktický úkonů každodennosti). V prvních kapitolách práce jsou stručně nastíněny přístupy ke spiritualitě z pohledů různých vědních disciplín (antropologie, psychologie, sociologie). V praktické části práce je snaha postihnout, jaký vliv má proklamovaná spiritualita na každodenní život jedince a to v rámci různých okruhů jako vztahu k okolí, zapojení do sociální sféry života, zodpovědnosti ke světu i sobě samému a zejména osobně vnímané spokojenosti apod. Práce je založena na kvalitativním výzkumu, který probíhal prostřednictvím narativních interview s vybranými informátory, které byly získány v České republice, Velké Británii a Indii v roce 2013 a 2014.

Summary

This thesis focuses on the question how spirituality influences everydayness of an individual (emotionally, spiritually, in terms of everyday tasks). In the first chapters of the thesis are briefly mentioned attitudes to spirituality from the perspective of various disciplines (anthropology, psychology, sociology). The practical part aims to understand and describe how proclaimed spirituality influences everyday life within a series of spheres such as relationship to the society, engagement in the social life, responsibility towards the world and also towards oneself and especially individually perceived satisfaction in life. The practical part is based on a qualitative research while using a narrative interview with chosen informants. The data was collected in the Czech Republic, United Kingdom and India in 2013 and 2014.

Klíčová slova: individuace, každodennost, náboženství, patologie, spiritualita, víra

Keywords: everydayness, faith, individuation, pathology, religion, spirituality

Obsah

| | |
|---|------------|
| 1. Úvod | 8 |
| 2. Cíl práce a metodika | 13 |
| 3. Literární rešerše..... | 19 |
| 4. Teoretická část..... | 25 |
| 4.1. <i>Definice pojmů a jejich historický vývoj</i> | 25 |
| 4.2. <i>Bůh a západní společnost</i> | 28 |
| 4.3. <i>Jazyková bariéra</i> | 29 |
| 4.4. <i>Nahrazuje spiritualita náboženství?</i> | 30 |
| 4.5. <i>Vybrané přístupy ke studiu náboženství</i> | 31 |
| 4.6. <i>Náboženství v každodennosti</i> | 45 |
| 4.7. <i>Odklon k spiritualitě</i> | 46 |
| 4.8. <i>Hnutí New Age.....</i> | 49 |
| 4.9. <i>Neurologie a Bůh/spiritualita</i> | 50 |
| 4.10. <i>Krise v současné společnosti.....</i> | 54 |
| 5. Praktická část – analýza a interpretace narativních rozhovorů | 67 |
| 5.1. <i>Příběh Geralda.....</i> | 67 |
| 6.1. <i>Příběh Davida</i> | 76 |
| 7.1. <i>Příběh Bubaneše.....</i> | 81 |
| 8.1. <i>Příběh Petry.....</i> | 85 |
| 9. 1. <i>Příběh Kateřiny</i> | 93 |
| 10.1. <i>Příběh Michaela</i> | 100 |
| 11.1. <i>Příběh Alexandra</i> | 114 |
| 12.1. <i>Celková komparace.....</i> | 124 |
| Závěr..... | 128 |
| Zdroje | 131 |

1. Úvod

„Our time is distinguished by wonderful achievements in the fields of scientific understanding and the technical application of those insights. Who would not be cheered by this? But let us not forget that human knowledge and skills alone cannot lead humanity to a happy and dignified life. Humanity has every reason to place the proclaimers of high moral standards and values above the discoverers of objective truth. What humanity owes to personalities like Buddha, Moses, and Jesus ranks for me higher than all the achievements of the enquiring and constructive mind. What these blessed men have given us we must guard and try to keep alive with all our strength if humanity is not to lose its dignity, the security of its existence, and its joy in living.“

(Einstein, 1979, s. 70-71)

Dnešní postmoderní svět se potýká s mnohými problémy, od válečných konfliktů, ničení životního prostředí až například po sociální nerovnost. Bezprostřední důvody těchto problémů sice jsou geopolitické, ekonomické, náboženské a sociální, ale to, co skutečně umožňuje jejich existenci je lidská mysl. Někteří autoři jsou proto toho názoru, že není potřeba systémových změn pro lepší fungování dnešního světa, nýbrž změn ve způsobu myšlení jednotlivců. Pokud lidství opět získá hloubku, soucit a porozumění se sebou samým a tím pádem i druhými, lze doufat v zlepšení současné situace. Spiritualita, která není podbarvená individuální patologií, se prezentuje jako alternativa pro více uvědomělý styl života. Lidé, kteří se jí zabývají, věří, že dává cestu pro transformaci společnosti. Uvědomování si jiné, než čistě materiální a konzumní reality života poskytuje hloubku a význam každodennímu prožívání. Není podstatné, zda je spiritualita skutečně „existující“ fenomén. Je důležité, jak se lidé chovají a jednají. Různí duchovní učitelé a vědci se přiklání k myšlence, že porozumění, soucit a empatie ve společnosti může být prohloubeno právě díky ideji či víře ve spirituální rozměr života. Pokud by deklarování spirituality skutečně vedlo na individuální úrovni k většímu následování humánních principů, je zajímavé se tomuto tématu věnovat.

Fenomén spirituality, který se stal středem pozornosti této práce, lze chápat

různě. Mezi laickou veřejností je spojován např. s tradičním náboženstvím, meditací, ezoterikou a New Age praktikami, vztahy a postoji k sobě samému, ke společnosti, k životu, duševními a emocionálními stavy a projevy chápány na základě psychologie či sociologie v kontextu duchovního života, tribální moudrostí, která se dnes (alespoň v České republice) stává poměrně vyhledávanou, mystickou cestou a prožitky, jógou atd. V této práci je chápáno spiritualitou vše výše zmíněné a mnoho dalších směrů. Záměrem bylo neomezit se pouze na jedno konkrétní chápání spirituality, ale zjistit, jaké jsou přístupy různých lidí z různých zemí, jak ji sami rozumí a jak je ovlivňuje v každodenním životě. Současně bylo důležité pochopit diskurs spirituality jako takový a zda vůbec má smysl se jím zabývat, proto je zmíněn i přístup neurologický a psychologický, aby bylo možné porozumět, zda má vůbec spiritualita možnost ovlivnit život jedince (na základě vědecky měřitelných údajů) a má tím pádem smysl se jí zaobírat a hodnotit její dopad na každodennost jedince.

V postmoderní společnosti je často poukazováno na nejednoznačnost termínu „spiritualita“ a že nereprezentuje ve svém důsledku jasně žádnou konkrétní ideu či věc, ale je jen souhrnem různých charakteristik. Stále častěji je slyšet věta „*Jsem spirituální, ale nejsem věřící.*“ či „*Nevěřím v náboženství, ale ve spiritualitu.*“ Pokud se hovoří o soudobé spiritualitě, tak právě odtržení od organizovaného náboženství je hlavním trendem. Toto posléze způsobuje určitou nejasnost, co je spiritualitou míněno. V současné době se s tímto termínem opravdu nakládá velmi volně.

Co tedy je spiritualita? Pro Johna Hicka, známého amerického profesora teologie je spiritualita tzv. „pátou dimenzí“ života.¹ Tato pátá, spirituální, dimenze je pro něj dalším rozměrem lidské reality, protože čistě naturalistický a humanistický pohled na život je dle jeho názoru nedostačující.

První částí této diplomové práce je zkoumání spirituality jako abstraktního konceptu, který je zde používán za rámec institucionalizovaného náboženství. Spirituální rozměr by měl být součástí každého náboženství, protože je díky němu možné dojít k transformaci osobní odezvy na duchovní dimenzi života, se kterou každé náboženství pracuje. Vzhledem k tomu, že žádný ze zkoumaných subjektů se nepřiklání

¹ Zde odkazuje k Einsteinově teorii o čtyř-dimenzionálním rozměru vesmíru, který obsahuje délku, šířku, hloubku a čas (Ashtekar, 2006).

k tradičnímu náboženství, není kladen velký důraz na pojetí spirituality v rámci tradičního náboženství. Náboženství je často bráno jako institucionalizovaný systém víry, který nemluví dostatečně o každodenních zkušenostech a smyslu života, který člověk ve svém životě hledá. S vývojem vědy a technologie se pro mnoho lidí otevírá velké množství nových otázek, které se často snaží zpočátku zařadit do náboženského rámce – pokud se vztahují k nějaké tradici, a pokud nenalezenou uspokojivě odpovědi, dojde k posunu v hledání odpovědí od náboženství jinam. Tím může být esoterika, New Age hnutí, novodobí duchovní učitelé, východní filosofické tradice, mysticismus² a další filosoficko-duchovní směry, ale současně i odklon k naturalismu a pozitivismu. Variant je tolik, kolik je lidí, kteří pátrají po smyslu života a individuálně uchopují žitý svět kolem sebe.

Současně se ozývají hlasy, které se naopak náboženství, a jeho schopnosti dát lidem řád, zastávají, protože současná přílišná volnost v myšlenkových směrech může být pro některé jedince matoucí, zavádějící či frustrující tím, že dává příliš velkou možnost přehnaně se zaobírat každou životní událostí bez jakéhokoliv pevného záchytného bodu, který by dal životu jasný smysl a řád. Je diskutabilní, do jaké míry mají pozitivní dopady spirituality vztah k náboženství (zejména ke křesťanské tradici v rámci západní společnosti) a zda osobní spiritualita může mít stejnou hloubku a smysl jakou náboženství (které alespoň v minulosti, mnohým poskytovalo základnu k osobním náboženským prožitkům a jejich pochopení a internalizování v rámci jasně daných pravidel) nebo zda pouze zachraňuje, omlouvá a umožňuje existenci povrchnímu, narcistnímu pohledu ega bez jakékoliv vnitřní transformace směřující k individuaci. Nebezpečím současné spirituality tak může být vyhýbání se osobní zodpovědnosti za svůj život pod záminkou odevzdání se nějaké vyšší myšlence a eventuálně i organizaci, která tuto myšlenku propaguje. V této práci bude proto z části kladen důraz i na tento problém, který lze popsat termínem „spirituální patologie“, kdy jedinec místo aby řešil své emocionální, sociální či jiné problémy, uchyluje se k „spiritualitě“ v domněnku, že směřování mimo materiální svět umožní problémům zmizet. Tato strategie ne vždy funguje, protože smyslem spirituality je žít smysluplný život v každodennosti a

² Mysticismus či mystika je úsilí o náboženský prožitek či víra v možnost splynutí s Bohem (Linhart, 2007).

rovnováže a místo zakrývání problémů se jim postavit a vyřešit je, dalo by se vznešeně říci „*žít v pravdě sám se sebou*“.

Toto není v současné západní společnosti tak lehký úkol, jak by se přirozeně mohlo jevit, protože křesťanská tradice, která v minulosti poskytovala pomoc pro chápání světa a nalezení vnitřního klidu, ztrácí na významu či intenzitě. Mnoho lidí má dnes problém se náboženství přiblížit. Náboženské dědictví se zdá prázdné a bezvýznamné, mnohým se jeví pouze jako povrchní představa nějakého pocitu víry, který se už dávno vytratil. I když někteří následují rituály, vnitřní smysl se zdá být chybějící. Židovsko-křesťanské hodnoty, které byly předpokladem pro vznik současné západní společnosti v takové formě, v jaké se dnes nachází, mají stále hluboký vliv na mysl současných lidí, na pocity vztahující se k tělu, sexualitě, pohledu na pohlaví, dobré a špatné, na materiální svět a mnoho dalšího, ale už chybí ustavující rámec, který nabízely v minulosti. V případě východních spirituálních tradic (např. Buddhismus), může mít západní člověk obtíže s jejich pochopením a aplikací jejich praktik a filosofie v každodennosti, protože se jeví příliš odlišné západnímu způsobu myšlení. Emoční život a pocit identity je formován u západního člověka jinak, než je tomu u lidí na Východě. Britský psychoterapeut Rob Preece (2010, s. 56) k tomuto problému současného postmoderního světa říká: *„Během dospělosti jsme si vybudovali sofistikované psychologické strategie a vzorce chování, které nám mají napomáhat s nejistotami a nepředvídatelností života. Tyto strategie dělají člověka tím, kým je, ale bohužel často hodně limitující a rigidní cestou. Skrze emoční těžkosti, které v této společnosti zažíváme, jsme se stali spirituálně zakrnělými pro tyto špatné mentální návyky. To, co dříve byly přirozené mechanismy pro adaptaci, růst a přežití, se mohou stát limity, které ještě prohlubují naše utrpení.“*

Krize, smutek a trauma mohou být v některých případech prvotní motivací pro člověka, aby se začal zajímat o spiritualitu, protože výsledky praxí, které k ní patří, slibují vyrovnaný, spokojený a šťastný život. Často je centrálním tématem úleva od emocionální bolesti. Zde je zajímavé zmínit přístupy psychologie k této problematice, protože v postmoderní společnosti je často možné zaznamenat mnoho poruch osobností, které pramení již z dětství a dospívání a později se mohou promítnout do každé oblasti života a to samozřejmě i té vztahující se k duchovní sféře života.

Tato práce se zabývá dopadem deklarované osobní spirituality na každodenní život a jeho kvalitu. Spirituální zkušenost je velmi intimní a osobní, proto je vhodné se snažit pouze nalézat podobnosti v principech, hodnotách atp. V praktické části práce je zájem velmi podrobně soustředěn na osobní historií zkoumaných subjektů, protože pro pochopení individuálně vnímané spirituality je potřeba přistupovat ke každému člověku individuálně a dát mu prostor, aby zasadil do kontextu všechny své životní zkušenosti, které formovaly jeho vztah k spiritualitě a poté zjistit, jak se projevuje v jeho každodenním žitím světě.

Jakákoliv víra, spiritualita či náboženskosť je vždy nehmateľná. Základní diskuzí je i možnost dnešní neurovedy měřit biologické a fyzické procesy, které se vždy musí projevovat v neurální aktivitě mozku. Přestože změny v mozkové aktivitě při spirituálních vjemech jsou pozorovatelné, příčina a i samotné projevy jsou v důsledku neměřitelné. Původ vědomí je důležitý a je tím, čím ateisté či pozitivisté argumentují pro neexistenci spirituality. Proto byla zahrnuta i kapitola vztahující se k neurologii.

V pátrání po vysvětlení spirituality v dnešním světě není řešením smířit se s tím, že komplexnost lidského života je příliš složitá, aby bylo možné ji zkoumat. Jen je někdy nezbytné přijmout fakt, že už i samotný výzkumník určitým způsobem (a nejen v humanitních vědách) ovlivňuje samotné zkoumání. Přístupem této práce proto není snaha kvantifikovat poznání vztahující se k spiritualitě, ale naopak pokusit se o co nejosobnější přístup k dané problematice. Důvodem je neuvěřitelná rozmanitost a bohatost lidské mysli, která se formuje individuálně u každého jedince na základě široké škály podnětů.

2. Cíl práce a metodika

Cílem diplomové práce je zjistit, jakým způsobem se projevuje deklarovaná osobní spiritualita na každodennosti jedince. Zvolená výzkumná otázka zní: „*Jakým způsobem se osobní spiritualita odráží v životě na každodenní úrovni (emocionálně, duchovně, v rámci praktických úkonů každodennosti)?*“

Otázka je poměrně široká a vychází z předpokladu, že téma jako spiritualita je často obtížně uchopitelné i pro ty, kteří se jím sami aktivně zabývají, ale přesto často nenacházejí slova, jak by tuto část svého života popsali či shrnuli. Pro odhalování mnohdy skrytých významů bylo důležité získat dostatek informací z odborné literatury, protože tato problematika zasahuje do každé oblasti lidského života a je tím pádem propojena s mnoha vědními disciplínami.

Součástí výzkumu jsou další podotázky, které specifikují, jakým způsobem člověk ke své spiritualitě došel, co ho vedlo k otevření se přemýšlení o jiných, než čistě materiálních otázkách života, dále jakým způsobem v současné době aktivně praktikuje či oslavuje svou spiritualitu, jakým způsobem ovlivňuje jeho vztahy k okolnímu světu, rodině, přátelům, společnosti a zda má nějaký vliv i na profesní či studijní život a obecně styl života. Ze získaných rozhovorů byla dále snaha odhalit, zda osobní spiritualita nemůže být podbarvena nějakou osobní patologií či se přímo neprojevuje jako spirituální patologie.

Pro účely této práce se vychází ze sekundárních dat, která zasahují do mnoha oborů lidské vzdělanosti. Je to z toho důvodu, že spiritualita je velmi komplexní téma, které souvisí s jedinečností každého člověka. Studium spirituality zahrnuje velké množství přístupů, které je potřeba blíže demonstrovat. Tak je možné lépe porozumět i zkoumaným subjektům v rámci tohoto těžce uchopitelného tématu.

Spiritualita je v této práci zkoumána jako objektivní, potenciálně možná realita i jako abstraktní koncept, kterému lze rozumět i mimo institucionalizovanou náboženství (jejichž přirozenou součástí by měla být.) Snahou je pochopit spiritualitu osobní, tedy to, jak je prakticky aplikována v každodenním životě na základě rozhovorů s třemi informátory z České republiky, třemi z Velké Británie, a jedním ze Švýcarska. Čtyři ze zkoumaných informátorů mají vztah k Indii, kam v minulosti odjeli, aby se primárně

věnovali své spiritualitě. Rozhovory byly vedeny v českém a anglickém jazyce v České republice, Indii a Anglii.

V této práci je spiritualitou chápána *dimenze života, která přesahuje každodenní žitý svět a je proto nehmataitelná, poznatelná pouze nepřenositelnou osobní zkušeností a neuchopitelná slovy*. Výběr takto rozsáhlé definice vychází z knihy teologa Johna Hicka (2013) a je úmyslná, protože snaha vytvořit definici, která by v sobě obsahovala všechny možnosti, se ukázalo jako matoucí. Neurčitá povaha spirituality přináší obtíže ve snaze ji definovat slovy, protože se k ní váže celá škála názorů. Současně by mohl být ustaven příliš úzký rámec, nedostačující pro osobité chápání spirituality informátory. Ti tak mohli hovořit volně a vysvětlit myšlenky a názory, podle nich relevantní a pravdivé a to ve svých kategoriích.

V rámci této práce je poměrně velký prostor věnován osobní historii každého z informátorů. Důvodem je fakt, že spiritualita je velmi individuální a niterná část života a vyvíjí se v průběhu času u každého jedince jinak. Během formování osobnosti a to, kým se člověk stává, jaké názory mu jsou v určitou dobu blízké či naopak, čemu se vyhýbá, co vyhledává a tak podobně, se mění se vším výše zmíněným. Cíleně byli vybráni ti informátoři, kteří stojí mimo tradiční náboženství a tak se jejich spirituální hledání vyvíjí jinak a často více, než u lidí, kteří akceptují principy a dogmata nějakého světového náboženství. Současně větší prostor pro osobní historii umožňuje potenciálně odhalení původu osobní nebo i spirituální patologie, která se může promítat v životě každého dotazovaného.

V první fázi výzkumu byly zjišťovány domněnky a nahlížení spirituality a jejího vztahu k náboženství v současném kontextu moderní, západní společnosti. Toto napomohlo lepšímu výzkumnému přístupu při hloubkových rozhovorech s informátory.

Nosnou částí této práce je kvalitativní výzkum. Byly vedeny hloubkové narativní interview v kombinaci s polo-strukturovanými rozhovory se sedmi informátory z České republiky, Švýcarska a Velké Británie. Informátoři věděli téma rozhovoru a měli možnost volně o něm hovořit. Ze strany výzkumníka docházelo pouze ke korigování rozhovoru. Pokud se dotazovaný vzdaloval od daného tématu, byla mu položena doplňující otázka a bylo tak využíváno okruhů sestavených pro polo-strukturovaný rozhovor. Ten byl také využit v případě, že dotazovaní o některých tématech nehovořili

sami či se věnovali tématům, která už vybočovala mimo zájem této práce. Často šlo například o filosofické úvahy a vysvětlování spirituálních či náboženských specifik jejich praxe a zasazování do kontextu jejich víry či systému hodnot.

. Stěžejní tématem polo-strukturovaného rozhovoru bylo, proč a jakým způsobem se vyvíjel vztah dotazovaných k spiritualitě v průběhu jejich života a jaký dopad to mělo na jejich každodennost. Další konkrétní okruhy témat byly následující:

- 1) faktory vedoucí k internalizování spirituální otázky do života
- 2) vliv spirituality na vztahy v rodině
- 3) vliv spirituality sociální vazby mimo rodinný okruh
- 4) vliv spirituality na pracovní prostředí, výběr práce atp.
- 5) vliv spirituality na spokojenost v každodenním žitém světě
- 6) životní krize

Výhodou zvolené metody je, že dotazovaní sami rozhodovali o tom, jaké informace sdělí a bylo tak možné (u tak citlivého tématu) získat ty informace, které opravdu považovali za důležité. Výzkumníka by mnohdy ani nenapadlo některé otázky položit právě kvůli obrovským možnostem, jež osobní přístup k spiritualitě nabízí. Bylo možné se tak dozvědět o prioritách informátorů, které demonstrují velkou rozmanitost v přístupu k tomuto tématu.

Nevýhodou této metody je, že výsledky nelze generalizovat ani vysledovat pravidelnost, jež by poté mohla být plošně aplikována. Lze se ovšem domnívat, že v kontextu spirituality toto může být spíše bráno jako vhodné řešení, jelikož dává prostor pro uchopení celé problematiky komplexněji a umožňuje zastoupení i jinak těžce definovaných názorů a idejí, což v souhrnu dobře reprezentuje problematiku spirituality v západní společnosti.

Informátoři byli vybíráni technikou sněhové koule. Před odjezdem do Indie bylo osloveno několik potenciálních informátorů, kteří mají životní spojitost s Indií. Díky známosti s bývalým členem oficiálního uskupení Hare Krišna bylo získáno několik kontaktů na Evropany žijící v Indii. Jedním z nich byl informátor Bubaneš, který posléze doporučil dalších několik kontaktů. Stejnou metodou byli získáni i informátoři v České republice a Anglii. Jedinou výjimkou byl kontakt na informátora Michaela, který byl získán přímo v terénu při účasti na přednášce o spiritualitě na Cambridge, na

kteře vystupoval. Čtyři z dotazovaných jeli za účelem spirituálního hledání do Indie, se dvěma informátory byl rozhovor veden přímo v Indii. Společným jmenovatelem byla proklamovaná spiritualita v rámci duchovních hnutí či čistě osobní vztah k spiritualitě, ne příslušnost k už ustaveným tradičním náboženstvím.

Informátoři si přáli, aby nebyl pořizován žádný záznam z rozhovoru. Byly zapisovány pouze poznámky do výzkumného deníku a někdy doslovné věty dotazovaných. Společně udávaným důvodem byla citlivost sdělovaných informací a současně často nutnost zastavit rozhovor, aby se informátor mohl zamyslet či přeformulovat, jak uchopit myšlenku, kterou se snaží vyjádřit. Jeden z informátorů i často žádal, aby některé jeho myšlenky a úvahy nebyly v práci zmiňovány z důvodu nemožnosti předání těchto idejí dále, aniž by byl obsah nějakým způsobem pozměněn, protože koncepty o kterých hovořil, už vyžadují jistou znalost filosofie, ke které se vztahují, a není ji možné během interview vysvětlit.

Ve výzkumném deníku byly vedeny biografické údaje o informátorech, poznámky k interview a někdy též doslovný přepis některých vět a myšlenek. Současně bylo zaznamenáno kdy, a kde se interview konalo, informace o celkové atmosféře, ve které rozhovor probíhal, jak dlouho přibližně trvaly. Dotazovaní občas rozváděli hlubší filosofické úvahy nad životem spojené s jejich spiritualitou. Teologické či filosofické úvahy byly důležité do té míry, jak tyto myšlenky informátoři uplatňovaly v každodennosti a jaký mají vliv na jejich život.

Vzhledem k etice výzkumu byly rozhovory anonymizovány. Jména byla změněna na základě domluvy s informátory. Pro přípravu této práce byly využity zásady vyplývající z Etických směrnic, které rozvíjejí Etický kodex České asociace pro sociální antropologii. Informace, které dotazovaní sdílely, jsou mnohdy velmi osobní, proto je žádoucí, aby identita informátorů zůstala skryta. Tato práce respektuje zákon č. 101/2000 Sb., O ochraně osobních údajů.

Biogramy informátorů:

Informátor Gerald – narozen v roce 1985, je původem z Jižní Moravy, ale v současné době je studentem posledního ročníku mezinárodních vztahů a žije v Praze se svou přítelkyní. S Geraldem byly vedeny tři rozhovory v průběhu celého večera v prostředí jeho domova v roce 2014. On i jeho přítelkyně se jeví jako velmi vřelí lidé a součástí rozhovoru se tak stalo pokaždé i pozvání na večeři. Atmosféra v jejich domově byla velmi příjemná a s radostí sdíleli i informace o zdravém stylu života, ochraně životního prostředí, rozvojové spolupráci a mnoha dalších tématech, která vycházejí z duchovních principů, které následují. Narativní prioritou rozhovoru bylo vysvětlování spirituálních zákonů, které jsou ustavující pro každé jednání v Geraldově životě.

Informátor Bubaneš - narozen v Británii, ale už 12 let žije v Indické Bhubaneswaru se svou indickou ženou a jejich dvěma dětmi. Je mu 45 let a k Hare Krišna hnutí přistoupil před více než dvaceti lety. Rozhovor byl veden v Hare Krišna chrámu Krishna Balaram v centru Bhubaneswaru v době púdži (náboženské slavnosti) v září 2013. Rozhovor byl veden v předsálí chrámu, tradičně vsedě, na podlaze. Bubanešovi odpovědi byly velmi krátké a jednoznačné, rozhovor trval tři hodiny. Narativní prioritou rozhovoru bylo hledání štěstí a jeho prožívání v každodennosti díky následování myšlenek Hare Krišna hnutí a individuálně praktikované *bhakti jógi*.

Informátor David - narozen v roce 1985 v malé švýcarské vesnici. Rozhovor byl veden v Indii při 11 hodinové cestě vlakem z Delhi do Bodhgaya (buddhistické poutní místo, kde stojí strom, pod kterým údajně došel osvícení princ Gautuma, známý jako Buddha) v září roku 2013. Atmosféra byla poměrně nezvyklá, ale současně umožnila Davidovi otevřít se a sdílet svůj příběh a názory i přes to, že jinak je poměrně uzavřený a odtažitý. Narativní prioritou byla mystická zkušenost vyvolaná drogovou intoxikací. Ta se stala ústředním tématem života tohoto informátora.

Informátor Michael – narozen v roce 1988 v Liverpoolu, v současné době je učitelem angličtiny v Madridu. Rozhovory byly vedeny v různých kavárnách na

Cambridgi. V té době byl Michael studentem teologie na Cambridge University. Jeho specializace je arabština a islám. Několik rozhovorů proběhlo v roce 2013 a posléze několik v roce 2014, pokaždé trvaly několik hodin. Narativní prioritou rozhovoru bylo vyprávění tragického životního příběhu a snahy najít sebe sama v záplavě protichůdných životních přístupů a názorů propojených s hlubokým prožíváním transcendentálních pocitů v každodennosti.

Informátorka Petra – narozena v roce 1987 v Praze, v současné době žijící v Londýně, kde byly v kavárně nedaleko jejího pracoviště vedeny tři rozhovory, kdy každý trval několik hodin. Petra byla velmi přátelská, otevřená a zdánlivě sebejistá. Přesto v některých chvílích působila nejistě a frustrovaně (což zakrývala úsměvy a příjemným vystupováním). Zejména při posledním rozhovoru působila velmi nevyrovnaná a deprimovaná. Narativní prioritou rozhovoru bylo hledání sebe sama a snaha „otevřít se“ spirituálnímu rozměru života a uchovat si toto pochopení i přes těžkosti prožívané v každodennosti.

Informátorka Kateřina – narozena v roce 1986 v České republice. Vystudovala Českou zemědělskou univerzitu a v současné době studuje soukromou uměleckou školu – opor zpěv. S touto informátorkou proběhly dva rozhovory v pražských kavárnách. Je vidět, že se velmi zajímá o svůj zevnějšek a toto téma zasahuje i do jejího spirituálního života, což nebylo u ostatních dotazovaných tak významné téma. Narativní prioritou rozhovoru bylo přijetí své vlastní citlivosti a nutnost naučit se akceptovat životní potřebu zaobírat se svým nitrem jinak, než to potřebuje většinová společnost.

Informátor Alexandr – narozen v roce 1968 v Birminghamu. Je školitelem komunikace, žije celý život ve Velké Británii. Od 16 let žije v Londýně. Rozhovory proběhly v restauraci nedaleko institutu, kde vede školení. Byl zdánlivě galantní, zovíální až povznesený a přátelský, přesto jeho vystupování nepůsobilo autenticky. První rozhovor trval několik hodin, druhý pouze hodinu. Narativní prioritou bylo vyprávění o znalostech a hlubokém duchovním pochopení, které získává díky entitě jménem Lazaris, od které se učí metafyzické zákony už více jak dvě desetiletí.

3. Literární rešerše

Výčet literatury věnující se vlivu spirituality na každodennost je skutečně obrovský a velmi rozmanitý. V této části práce je tak snaha vyzdvihnout alespoň ty v současné době nejznámější autory, kteří svými názory nejvíce ovlivnili publikum postmoderního světa.

V současné době patří mezi nejznámější badatele věnující se otázce spirituality a jejího vlivu na jedince v každodennosti neurovědec Andrew Newberg. Studuje vztah mezi mentálními stavy a mozkovou funkcí. Je prvním, který se začal věnovat oboru známému dnes jako „neuroteologie“ a jeho snahou je porozumět změněným stavům vědomí a současně využít takto získané poznatky a navrhnout jejich aplikaci v každodennosti za účelem zlepšení žitého světa. Krom řady článků publikovaných ve vědeckých časopisech patří mezi jeho základní publikace například *How God Changes Your Brain* (2010), *Why God Won't go Away* (2001), *Why We Believe What We Believe: Uncovering Our Biological Need for Meaning, Spirituality, and Truth* (2006). Otázkou propojenosti spirituality a každodennosti se zabývá i jako ředitel výzkumu na Jefferson Mirna Brind Centre of Integrative Medicine. Toto centrum se specializuje na využívání terapií alternativní medicíny, které často vychází ze spirituálních praktik (např. *Mindfulness Institute*).

Dalším významným autorem je profesor John Hick, religionista a teolog. V mnoha svých pracích se věnoval dopadu významu spirituality v každodennosti. Mnoho z jeho článků se objevilo i v jeho dvou zásadních dílech *The New Frontier of Religion and Science: Religious Experience, Neuroscience and the Transcendent* (2010) a *The Fifth Dimension: an Exploration of the Spiritual Realm* (2013). Často využívá jako příklady životy světců a demonstruje, jak jejich spirituální pohled na život ovlivnil nejen jejich každodennost, ale i společnost kolem nich. Ve většině svých prací zdůrazňuje pozitivní dopady spirituality na žitý svět jedince.

Praktické příklady pozitivního dopadu spirituality na každodennost poskytují díla duchovních učitelů rozmanitých duchovních směrů. Někteří spadají pod tradiční náboženství, jiní se věnují spíše osobitějším praktikám či se inspiroují východními, mystickými, tribálními či jinými praktikami. Jako zástupce několika směrů, kteří mají

velký ohlas v současné společnosti lze jmenovat Jacka Kornfielda, který se věnuje porozumění spirituality v každodennosti už mnoho let. Kornfield je židovský buddhista (tzv. JUBU), což je styl víry, který se v posledních letech stává poměrně populárním. Primárně propaguje vliv buddhistické psychologie na zlepšování kvality života, ale současně přijímá a praktikuje svou historickou tradici judaismu. Současně uznává i ostatní přístupy a náboženství a myšlenka náboženského synkretismu jako vhodné praxe pro jednadvacáté století je mu blízká, přestože spíše doporučuje vybrat si konkrétní praxi, aby nedocházelo k zbytečnému zmatení z příliš mnoha zdánlivě protichůdných spirituálních praxí a směrů. Ve své knize *After the Ecstasy, the Laundry: How the Heart Grows Wise on the Spiritual Path* (2000), popisuje, jak se hluboké mystické a spirituální prožitky projevují v každodennosti poté, co je lidé prožijí a jak je třeba s nimi naložit, aby došlo k pozitivní transformaci v životě jedince a současně i jeho okolí. Kornfield se věnuje také meditaci, workshopům pro nalezení radosti a soucitu v životě a dalším tématům. Důvodem je přínos spirituality, který pozoruje v každodennosti. Jeho názory jsou velmi praktické a zaměřené na světský život. Dalšími zástupci JUBU tradice jsou například Sharon Salzberg a Joseph Goldstein - jeden z prvních Vipassana meditačních učitelů v Americe. Známou publikací je *A Heart Full of Peace* (Goldstein, 2007), kde odhaluje, jak kombinovat víru s každodenní duchovní praxí, svobodu se zodpovědností a aktivní spirituální praktiky s kontemplativními. Vysvětluje řadu cvičení pro tělo, mysl i mluvu, které mají napomoci k nalezení smysluplného naplnění v každodennosti.

V českém prostředí je velice známý propagátor mezi-náboženského dialogu, katolický kněz, filosof a sociolog Tomáš Halík, který v řadě esejí už dlouhá léta oslovuje širokou českou veřejnost a inspiruje ji v hledání vlastní životní filozofie a spirituality. Pozitivní dopady spirituality jsou přirozenou součástí každého textu, protože významnost duchovního života je ústředním tématem všech jeho úvah. Zejména ideje solidarity, porozumění, tolerance, ne-sobectví, které, pokud aplikované v každodennosti, přispívají dle jeho názoru k zlepšení světa. Nejznámější knihou je *Vzdáleným nablízku: vášeň a trpělivost v setkání víry s nevírou* (2007), kde nabízí pohled na vztah náboženství, víry a spirituality ke kultuře a světu.³ V roce 2014 také získal *Templetonovu cenu*. Toto prestižní ocenění se každý rok uděluje žijící osobě,

3 Za tuto knihu získal Cenu za nejlepší teologickou knihu Evropy.

kteřá přinesla největší přínos k potvrzování spirituální dimenze života a její aplikace pro současný svět.

Všichni, kteří Templetonovu cenu za posledních čtyřicet let obdrželi, by mohli být v této kapitole zmíněni, protože jejich filosofie, učení či výzkum (často matematicko-fyzikální, kosmologický, biochemický atp.), který propojuje vědecká fakta s náboženstvím a vírou, měly vliv na společnost a přinesly zlepšení žité každodennosti jedinců nejen v zemích svého původu, ale i jinde. To vše za důležitého předpokladu existence spirituální dimenze života, ve kterou věří. V posledních letech získal tuto cenu například bývalý anglikánský arcibiskup Kapského Města Desmond Tutu, který propaguje, že hluboká víra a oddanost duchovním principům je základem pro poselství lásky a odpuštění ve světě. Dalším oceněným byl i tibetský spirituální vůdce, čtrnáctý Dalajláma, Tenzin Gyatso. Dalajláma je na západě velmi dobře znám svými mnohými publikacemi a přednáškami, kde přibližuje spirituální ideje aplikovatelné v každodennosti. Hlavními tématy jsou nenásilí, univerzální etika a harmonie mezi světovými náboženstvími. Velice se zajímá o moderní výzkumy v oblasti vědy, zejména v návaznosti na buddhismus. Svým působením se snaží přispět k světovému soucitu a tomu, jakým způsobem může napomoci k řešení světových problémů. Většina jeho publikací patří mezi světové bestsellery, například *The Heart of Compassion: A Practical Approach to a Meaningful Life* (2002), kde vysvětluje jak lze docílit vyššího naplnění v životě skrze jiné, než jen světské potěšení a jak docílit harmonický a ctnostný život, dále například *The Art of Happiness: a Handbook for Living* (Dalai Lama XIV a Cutler, 1999), kde za pomoci psychiatra Howarda Cutlera adresuje každodenní problémy jako životního štěstí, tužby a chamtivost, manželství a romance, řešení konfliktů, postavení se utrpení, překonání strachu a úzkosti, vztek a nenávisť, upřímnost a sebedůvěry a nalézání vnitřní rovnováhy. Dalajláma je velkou osobností v současném světě pro propagaci spirituality v každodennosti.

Přestože je prostor věnován zejména aktuálnějším autorům, je nezbytné zmínit amerického filosofa a psychologa Williama Jamese. Pokud by v době jeho života existovala Templetonova cena, lze se domnívat, že by také mohl být jedním z oceněných. Jeho díla jsou vysoce ceněná do dnešních dní. Ve svých dílech se věnoval gnozeologii, vzdělávání, metafyzice, psychologii, náboženství a mystické zkušenosti.

Zkoumá vztah mystické zkušenosti na jedince a společnost a například přístup k životu a vnímání v každodennosti u lidí různých náboženských směrů, jeho nejvýznamnější dílo v oblasti duchovního přístupu k životu je kniha *The Varieties of Religious Experience: a Study in Human Nature* (2009), kde zkoumá různé formy náboženské zkušenosti a její dopad na každodennost. Některé z myšlenek z této knihy jsou i dále rozvedeny v publikaci *Writings, 1902-1910* (1987), kde je například zajímavé, jak vysvětluje rozdíl ve vnímání světa u lidí vyznávající různé náboženství a jaké dopady to má pro jejich žitý svět.

Z významné spirituální tradice – sufismu – se proslavil v posledních letech iniciovaný sufistický šejk, Angličan Reshad Feild. Seznamuje s tímto učením západní společnost a vysvětluje praktiky, které vedou, dle jeho názoru, k transformaci života jedince. Úmyslně sdílí tyto znalosti tak, aby byly dostupné všem lidem bez rozdílu náboženství a s různou osobní historií. Jeho knihy jsou psány příběhovou formou, kde často na základě vlastních zkušeností, předává získané duchovní poznatky a jak je aplikovat v každodennosti. Nejznámější je jeho kniha „*The Last Barrier – A True Story of a Journey into Ultimate Reality*“ (2011a), dále *Here to Heal* (2011b), kde se věnuje praktickým radám pro léčitelství a i etikou s tím spojenou, či *Breathing Alive – A Guide to Conscious Living* (1988). Jako duchovní cvičení pro každodennost vybízí čtenáře věnovat se speciální metodě rytmického dýchání, které má mít transformační dopad na život. Podobných doporučení pro život je obrovské množství a je mnoho autorů, kteří přesvědčují své čtenáře, že jejich praktiky jsou pro život ty nejlepší a univerzální a dávají příklady těch, jimž už pomohly. Je otázkou, do jaké míry jsou skutečně univerzální. Přesto se lze domnívat, že v současné době populární duchovní léčebné a transformační techniky pro každodennost mohou být pro vybrané jedince užitečné a smysluplné a to je teoreticky i důvodem jejich úspěchu.

V České republice v poslední době nabývá na významu toltécké tribální učení, které je už téměř deset let propagováno slavným českým hercem Jaroslavem Duškem. Ten na základě knihy *Čtyři dohody* od neošamanisty Miguela Ángela Ruize (2001) sestavil i divadelní představení, které se stalo hitem posledních let. Kniha sestává ze čtyř jednoduchých dohod (pravidel), které mají mít zásadně transformační vliv na život jedince i společnost a vycházejí z duchovní moudrosti Ruizova kmene. Tato pravidla

jsou: nehřešte slovem, neberte si nic osobně, nevytvářejte si žádné domněnky a vždy dělejte vše, jak nejlépe dovedete. Toto tradiční učení se jeví jako velmi pragmatické a to i částečně demonstruje pozdější rozšíření čtyřech dohod ještě o jednu: buďte skeptičtí, ale naslouchejte. Toto je typ publikací, které mají velký vliv na současnou společnost.

Z křesťanské tradice je v České republice velice známý religionista, teolog a filosof Ivan Štampach (např. 2010). Ve svých dílech se věnuje mimo jiné současné žité religiozitě. Nezajímá ho pouhá deskripce a komparace religiozních faktů, ale stejně jako James se zabývá spíše osobní náboženskou zkušeností, kterou ještě dává do vztahu s institucionalizovaným náboženstvím. Tématem je pro něj i moderní forma religiozity, mezi-náboženský dialog a náboženský synkretismus⁴, interspiritualismus, sdílená náboženská identita a další.

V kontrastu ke všem některým zmíněným autorům a praxím, které propagují, se negativně vyjadřuje Český klub skeptiků Sisyfos. Toto sdružení kritizuje nedostatek racionality a kritického myšlení v postmoderní společnosti. Iracionalitu vidí v mnoha praxích, které jsou spojeny se spiritualitou, do kterých řadí například všechny okultní, ezoterické a paranormální názory, aktivity a jevy, alternativní medicínu (včetně některých praktik tradiční čínské medicíny), některé přístupy New Age k novému stylu života atp. Sám tento klub je vystaven kritice za to, jakým způsobem vyhodnocuje, co jsou a co nejsou *iracionální pavědy*.

V současné době jsou velmi populární knihy zabírající se svépomocí a osobním rozvojem (tzv. Self-helping). Častými autory jsou psychologové, kteří uznávají pozitivní dopady spirituality na život jedince – např. britský psychoterapeut Rob Preece, který ve své knize *The Wisdom of Imperfection: the Challenge of Individuation in Buddhist life* (2010) hovoří o spirituální patologii a cestě postmoderního člověka k plné individuaci v jungiánských termínech. Dalším podobným psychologem je doktor Elisha Goldstein, autor knihy *The Now Effect: How This Moment Can Change the Rest of Your Life* (2013). Tento autor se také věnuje výzkumu necírkevnímu programu určenému k výuce toho, jak kultivovat *posvátné* momenty v každodennosti (2007). Z jeho výzkumu vyplývá, že každodenní spirituální praxe mají významný pozitivní efekt na

⁴ Synkretismus je sjednocování názorů (Linhart, 2007) a zde je myšleno jako možnost sebeurčení, kdy si jedinec zvolí více směrů, ke kterým cítí příslušnost a můžou to být i různé směry jako například judaismus a buddhismus.

psychologickou spokojenost, subjektivní spokojenost a pocity stresu a úzkosti. Propaguje názor, že každodenní spirituální praxe nejen že má pozitivní efekt na výše zmíněné, ale že i současně i pomáhá lidem lépe se vyrovnávat s životními krizemi, překážkami, stárnutím (toto je velmi běžné téma pro studium spirituality a každodennosti) atp. Tímto připomíná českou formu existenciální psychoterapie tzv. *hagioterapii*, která je také určena nejen věřícím. Jedná se o středověkou praxi používání modliteb, ostatků svatých či poutí na svatá místa k léčení nemocí. Tato metoda se používá v pražské Psychiatrické léčebně Bohnice, kde ji uvedl do praxe známý český odborník na kulty a sekty, psychoterapeut a religionista Prokop Remeš. V knize *Nahá žena na střeše: Bible a psychoterapie* (Remeš, Halamová, 2013) vysvětluje, jak tato skupinová psychoterapie funguje a co přináší do života jak věřících, tak nevěřících, kteří ji praktikují.

Velké množství autorů, kteří se zajímají o buddhistickou filosofii, často využívá pojmu *mindfulness*, ke kterému zatím není český ekvivalent, ale dá se mu rozumět jako technika všímavosti či vnímavosti všeho v přítomnosti. Technika využití přítomného okamžiku je součástí mnoha spirituálních praxí (zejména se o ní hovoří například v zenovém Buddhismu). Velkým propagátorem této praxe je Eckhart Tolle, jehož kniha *The Power of Now* (2004) je mezinárodně uznávaným bestsellerem, který vysvětluje, jak žít v každodennosti tak, aby člověk dosáhl vnitřního klidu a *osvícení*.

4. Teoretická část

4.1. Definice pojmů a jejich historický vývoj

Člověk už si od pradávna uvědomuje, že je jen pouhým střípkem obrovské vesmírné mozaiky, ve které žije. Žije jen po určitou dobu a pak umírá a další generace se rodí. Každý si z hodin dějepisu pamatuje, že vznik člověka se datuje někam před několika sty tisíci lety a oddělil se od zbytku druhů tím, že měl větší mozkovou komplexnost a tím pádem větší intelektuální kapacitu. Zůstává otázkou, zda je člověk pouze inteligentním zvířetem nebo také spirituální bytostí. Z historie lze prokázat uvažování člověka o tématech přesahujících hmotný svět. To ale není ještě důkazem existence něčeho takového (spirituální dimenze bytí). Je vhodné udělat historický dílčí výklad, který připomene proč je smysluplné se tématem jako je spiritualita zabývat. V dějepisu základní školy se dozvídáme, že už pravěcí lidé dělali něco, co jiné druhy nikoliv. Pohřbívali či nějakým jiným způsobem s určitou úctou nakládali s ostatky mrtvých. A nejen to, také do hrobů či k mrtvolám ukládali předměty pro běžnou potřebu, jako by je tito mrtví potřebovali. Takové jednání se vysvětluje jako představy o posmrtném životě. Říká se, že určitá forma náboženskosti existovala už od počátku existence lidského druhu, protože lidé se snažili vysvětlit svět kolem sebe. Britský antropolog Robert Ranulph Marett (1978) dokonce navrhol, že *Homo sapiens* by se spíše měl nazývat *Homo religiosus*, protože spirituálně-religiózní projevy je možné nalézt i v nejranějších evidencích lidské společnosti. Znamý francouzský filosof Pierre Teilhard de Chardin (2008, s. 43) ve své knize *The Phenomenon of Man* uvádí: „*Nejsem lidské bytosti mající spirituální zkušenost. Jsme spirituální bytosti mající lidskou zkušenost.*“

Velký historik náboženství Mircea Eliade (1978) se domnívá, že sakrální je elementem struktury vědomí a ne jen fází historického vývoje vědomí. Říká, že člověk si uvědomuje posvátné, protože se manifestuje jako něco úplně jiného, než profánního. Tuto manifestaci nazývá hierophanií, to znamená, že něco posvátného se nějakým způsobem vyjeví. Jako základní hierophanii vidí např. v přírodních, neživých objektech, které přejímají nějaké posvátné projevy a jako nejvyšší hierophanii zmiňuje například u

křesťanů - Ježíše Krista. Vždy musí jít o mysteriózní manifestaci něčeho, co nepatří v tomto světě do objektů, které jsou součástí profánního života⁵. Moderní člověk už si podle něj neuvědomuje tuto posvátnost v každodennosti a to je podle něj pro člověka znemožněním napojit se na univerzální a pochopit plně svět a ustavit rovnováhu své psýché.

Pokud se ještě vrátíme před vznik moderního člověka je důležité pro pochopení vývoje lidství zmínit předaxiální a axiální⁶ období historie a k jakým změnám v průběhu času došlo. Hick (2013) píše, že archaičtí lidé obecně akceptovali dané podmínky svých životů. To je zásadně odlišuje od dnešního přístupu většinové společnosti k realitě, kterou žije. Předaxiální lidé se nevěnovali kritické reflexi, protože život jednoduše byl tím, čím byl. S posunem do axiální doby se společnost změnila. Vznik měst znamenal nové ustavení ve společnosti, vznik individualismu kontrastujícímu k dříve komunitnímu vědomí. V axiální době (800 – 200 př. n. l.) se objevilo velké množství jedinců, kteří proklamovali nové vhledy na život. Všechna hlavní náboženství odvozují kořeny k této výjimečné době, kdy vznikla například Bhagavadgíta, Tao Te Ching, kdy žili a učili takové osobnosti jako Zoroastr, Konfucius, Mencius, Lao-Tzu, Buddha, Mahavira a mnozí židovští proroci jako Jeremiáš, Izaiáš, Ezechiel a v Řecku působil Pythagoras, Sokrates, Platon, Aristoteles. Lidské myšlení tak doznalo poprvé v historii, v poměrně krátkém období po celém světě neuvěřitelných změn, které mají dopad na myšlení humanity až do dnešních dnů.

Od axiální doby z velké části docházelo k ustavování společnosti na základě velkých světových náboženství, která propracovávala svá dogmata a byla většinovou společností následována. Změnu přinesl až přechod k modernímu společenskému uspořádání.

Antropolog Peter van der Veer (2009) vidí počátky moderní spirituality (a tak úpadku ustavené náboženské společnosti) na počátku 19. století. Přestože uznává, že

5 Dichotomie posvátné - profánní vychází z myšlenek francouzského sociologa Émile Durkheima, který je viděl jako centrální charakteristiky náboženství. Posvátné je to, co se pojí k náboženství (jako jednotnému systému víry a praktik vztahujících se k posvátným věcem). Profánní je to, co se vztahuje ke každodenním životním aktivitám (Durkheim, 1995).

6 Axiální období se v češtině také překládá jako „doba osová“. S termínem přišel německý filosof Karl Jaspers (německy *Achsenzeit*, "axiální čas") a popisuje jím období mezi 800 až 200 př.n.l., kdy se během něj odehrála revoluce v myšlení jak v Persii, Indii, Číně a i v okcidentální společnosti (Meister, 2009).

mystické, gnostické, hermetické a další spirituální tradice operující mimo základní náboženský proud jsou k nalezení už od antiky, moderní spiritualita pro něj znamená něco jiného - součást modernity, která následují historické rozkoly ve společnosti. Říká, že nejasnost spirituality jakožto protiklad k materiálnímu, odlišujícím se jak od těla, tak náboženství a i sekulárního světa, učinilo ze spirituality užitečný koncept, který přemostňuje tradiční diskurzy. Přesto upozorňuje, že spiritualita je viděna jako univerzální koncept, ale současně je vázána k národní identitě a liší se i pokud se nějaká její tradice v rámci globalizovaného světa rozšiřuje do jiných zemí, kde se může dále vyvíjet či měnit.

Zájem o spiritualitu rostl, protože byla alternativou k náboženství. Spolu se sekularizací 19. století přišel i liberalismus, socialismus a pokroky ve vědě (zejména Darwinova evoluční teorie), díky tomu vznikala spirituální hnutí, která nechtěla být vázána k žádné specifické tradici či se jí pouze inspirovala (Chadwick, 1990).

Osvícenství je bráno jako velký posun v myšlení společnosti. V této době dochází k velkému převratu v západním světě. Od čistě dogmatického, na náboženství postaveném světě je najednou, díky objevům vědy a techniky možné znevažovat Boží existenci. Zde je důležité připomenout, že dogmata, se kterými náboženství do té doby operovalo, byla oficiálně přijata a schválena koncily a podobnými ustavenými náboženskými institucemi, které byly společností v minulosti respektovány. Dochází tedy ke změně pojetí hledání pravdy na úplně novém základě.

Výhodou postmoderní doby je, že už není potřeba věřit dogmatům a jednat s nimi jako s fakty. Tradiční hodnoty a víra jsou už dnes přizpůsobovány podle každého jednotlivce. I dříve pravděpodobně lidé vnímali svou duchovnost jinak, ale často nebyla možnost, aby veřejně toto projevili, protože postavení oficiální církve bylo silné a neumožňovalo lidem v tomto ohledu individuální vyjádření. Pokud ale má jedinec možnost přistupovat sám, beze strachu a hodnocení k spiritualitě vzniká nové nebezpečí, kdy osobní patologie může ovlivnit vnímání a následně i jednání a projevy víry. Toto není nic nového. Už z historie víme, že přestože základním posláním křesťanstvím je láska, křížácké výpravy se uskutečnily, Papež měl takovou moc, jakou měl, boje mezi katolíky a protestanty se udály atd. Díky svobodě, kterou zažíváme, je v nejménějším slova smyslu i možné, na základě osobní psychologické patologie,

ovlivnit jiné a zmanipulovat je až do té míry, kdy přijmou pokřivený ideový systém vůdce za svůj a začnou tak žít, často s větším elánem, než ten, který jej proklamoval (v případě kultů a sekt je často jednání zneužitě tak, aby vedlo pouze k materiálnímu, finančnímu, sexuálnímu či jinému zneužívání nebo prospěchu).

4.2. Bůh a západní společnost

V rámci úvah, které v této práci budou zpracovány, je důležité osvětlit, jakým způsobem mohou být vhledy a přístupy západního člověka uvažujícího o spiritualitě, Bohu, esoterice vlastně čemkoliv přesahující každodenní materiální svět, ovlivňovány.

Důležitý pojem je Bůh, protože ať chceme či nikoliv, při přemýšlení o spiritualitě ve společnosti zasažené mnoha staletími křesťanství je nevyhnutelné, že okamžitá asociace pro mnoho lidí bude personifikovaný Bůh, o kterém slyšeli či se o něm učili už od dětství. Myšlení je determinováno v termínech křesťanství.

Nejpopulárnější v západní společnosti je antropomorfská⁷ koncepce Boha. Ta se jeví jako limitující a v současné moderní spiritualitě už nezastává tak významné místo, jak tomu bylo v minulosti. Přístup soudobých směrů a jejich nesouhlasu s tímto konceptem lze vysvětlit na základě úvah Johna Hicka (2013, s. 83-97), který argumentuje proti této koncepci tím, že zdůrazňuje, že na světě je mnoho dalších náboženství odlišných od křesťanství (Buddhismus, Taoismus, Konfucianismus, některá odvětví Hinduismu), která nevnímají Boha jako nekonečnou „bytosť“. Tento přístup není jednotný pro všechny věřící, ale v západní společnosti je tendence nahlížet na Boha antropomorfsky běžná. Lingvistický obraz slova „Bůh“ je zakořeněn natolik v mysli západního člověka, že při snaze vnímání tohoto konceptu jiným způsobem, než jako nekonečně dokonalé „bytosť“ s určitými atributy (neomylný, spravedlivý atd.), je poté snaha použít jiných termínů, aby tradiční mentální obraz nestál v cestě. Občas se v literatuře lze setkat s termíny jako *univerzální inteligence*, *ultimátní realita*, *Ultimátní*, *Skutečné* či *Reálné*, *Pravda*, *transcendentální realita*.

Český religionista a teolog Ivan Štampach (2014, s. 3) vysvětluje termín spiritualita nejprve v rámci náboženského kontextu „...*duchovní život nezávislý na*

⁷ Antropomorfismus je přenesení lidských vlastností na přírodní síly nebo smyšlené bytosť (Linhart, 2007).

případné příslušnosti k organizovanému náboženství“ a posléze pro osobní život jedince jako „...bezprostřední osobní prožívání vztahu k transcendentní skutečnosti“

S rozšiřující se vědeckou metodou vystala snaha přinést objektivní důkaz existence antropomorfního Boha. Jsou vědci, kteří se snažili matematickou logikou „vypočítat“ Boha, to znamená dokázat či zavrhnout jeho „existenci“. Například Kurt Gödel a jeho důkaz boží existence, kde na základě modální logiky zjistil, že Bůh existuje (Brendel, 2014, online). Tým logiků a počítačových vědců se snažil odhalit, zda Gödelův důkaz lze verifikovat skrze počítačové programy. Použili pro to modální logiku, které dokáže uchopit výroky jako „možnost“, „potřeba“ atp. Potvrdili, že Gödelův teorém je pravdivý. To ovšem neznamená, že by skutečně potvrdili existenci Boha. Pokud se jakýkoliv axiom změní, výsledek nebude stejný. Pokud bychom řekli, že uchopení axiomů je chybné, i výsledek bude chybný. V rámci modální logiky by tak důkaz Boha byl u konce (Knight, 2013, online).

Pokud budeme znevažovat axiomy, na základě kterých se o Bohu ve vědeckém prostředí uvažuje, má smysl se jím vůbec tímto způsobem zabývat? Je zajímavé si uvědomit, jak limitující je determinované vnímání duchovních termínů. Jak již bylo zmíněno výše, termín Bůh, je v západní, na křesťanských hodnotách postavené společnosti, ten nejdůležitější. Zasahuje do života křesťanů, ale také muslimů i židů a uvažování o něm má velký vliv na společnost. Přestože se to nejeví dnešní ateistické společnosti jako možné, i na ni padá tíha křesťansko-židovské morálky a filosofie jako takové. Zajímavostí zůstává, že svým geografickým původem úplně neodpovídá prostředí Evropy, přesto její rozmach a délka a síla působení v průběhu staletí se stala integrální součástí bytí v okcidentální společnosti. Křesťansko-židovská etika je stále hlavním způsobem vnímání světa v západní společnosti (Preece, 2010).

4.3. Jazyková bariéra

Jako problematické se jeví v případě spirituality, jak ji kategorizovat, chápat, popisovat. Hick (2013) zdůrazňuje, že spirituální realita je nevýslovná a transkategoriální (nezapadá do konceptuálního myšlení a není možné na ultimátní realitu aplikovat binární dualismus⁸, který je jinak nepostradatelnou součástí lidského

⁸ Binární dualismus či binární opozice je důležitou myšlenkou strukturalismu, který jej vidí jako hlavní

myšlení). Dle Hicka nelze spirituální dimenzi lidského života definovat termíny konceptuálního repertoáru a říká, že můžeme dělat pouze formální, lingvisticky generované výroky, ale nemůžeme ji plně potvrdit či vyvrátit, že obsahuje právě ty kvality, které ji lidská řeč příkládá. A protože ji nelze dle jeho názoru definovat, je nejlepší používat pouze metaforický jazyk. Lidská řeč je tak dle něj schopna popsat dopady ultimátního na nás, ale ne popsat jaká a „co“ ultimátní realita je. Sociologové Peter L. Berger a Thomas Luckmann (1979) dokonce tvrdí, že symbolismus a symbolický jazyk je esenciálním pro každodenní žitou realitu a pro porozumění této realitě a že symbolismus reprezentuje a obsahuje veškerou lidskou zkušenost a vztahující se významy.

Štampach (2010, s. 25) k metodologické otázce spojené k studiu religiozity dále dodává: *„Co v náboženských fenoménech promlouvá, co je náboženskými znaky značeno a může být vyloženo, je prožitek. Je to něco jen omezeně sdělitelného, spíše ryze osobního. To se od prehistorie religionistických zájmů označuje za náboženskou zkušenost. Standardní religionistika ji pojímá z odstupů, např. pomocí psychologie náboženství.“*

Autor, který významně přispěl ke studiu náboženské zkušenosti, byl americký filosof a psycholog William James (1987). Ve svých přednáškách často studentům demonstroval příklady náboženských zkušeností popisované těmi, kteří je prožili, aby si tak studenti udělali lepší představu o popisovaném jevu, protože pouze vědecké uchopení mu přišlo jako nedostačující pro popis takovýchto zážitků.

4.4. Nahrazuje spiritualita náboženství?

Štampach (2014, s. 8) uvádí že: *„zaznamenáváme posun od dobře organizovaných, s ekonomikou a politikou pevně propojených náboženských subjektů, ke skupinám alternativním, novým, neformálním, fungujícím spíše jako hnutí než jako pevné uskupení s přesnými konturami a pravidly. V tomto smyslu by šlo o ústup od organizovaného náboženství a nástup individuální a volné skupinové spirituality bez pevné vazby na náboženství nebo i mimo něj.“* Dříve se primárně pohlíželo na

ro ustavení lidské filosofie, kultury a jazyka. Jde o koncepty, které mají opačné významy. Například světlo a tma či otevřeno a zavřeno. Proč je pro strukturalisty tak důležité se dá demonstrovat na příkladu dobro a zlo, kdy, aniž by člověk poznal zlo, nechápal by, co je dobro. Jedno bez druhého nelze pochopit.

spiritualitu v rámci náboženství a církví, ale dnes už se osamostatňuje a je více nezávislá a neformální. Je vidět trend odklonu k individuální spiritualitě. Současně není nezvyklé, že někteří lidé byt' už neuznávají dogmata církve, ve které byli vychováni či se jí dlouho věnovali, zůstanou v kontaktu s náboženskou obcí, jejíž byli součástí, i nadále. Přestože nesouhlasí se všemi propagovanými idejemi oficiální církve, nezabraňuje jim to, aby se socializovali v rámci své duchovní skupiny. Většina velkých náboženství zdůrazňuje, jak důležitá je obec věřících, protože člověku umožňuje sdílené pocity radosti a spojení s Bohem či nemateriální realitou, kterou lidé hledají. Štampach se k problematice obce věřících vyslovuje takto: „*Můžeme na tom základě vytvořit nebo akceptovat vyznavačské formule, ustálené rituály a můžeme se s jinými organizovat v samádž, sanghu, církve nebo ummu, v coven nebo lóži. To může duchovní život podporovat, vyjadřovat a předávat (nakolik je to možné). Ale může to také duchovnímu životu překážet*“ (Štampach, 2014, s. 8).

Štampach (2014, s. 8) ve svém článku dále poukazuje i na další krok v posunu od náboženství ke spiritualitě a to „*...nová socializace, nová institucionalizace, nové autority a nové doktríny. Nastává nepřiznaná dogmatizace, často tvrdší, než ta původní, protože nezakotvená v dějinách a v celku kultury.*“ To je také relevantní poznámka. Často některé New Age přístupy mohou být velmi striktní a není nezvyklé nalézt i sekty a kulty, kde je dogmatizace daleko za hranicí a místo, aby spiritualita lidem pomáhala v životě, stane se prázdnou frází, kterou vůdci sekt a kultů zneužívají pro dosahování svých sobeckých cílů.

4.5. Vybrané přístupy ke studiu náboženství

Tato kapitola se věnuje přístupu k náboženství z různých pohledů lidské vzdělanosti. Nejprve z pohledu mystické zkušenosti, která do určité míry může být propojena i s dalšími přístupy humanitních věd jako je antropologie, sociologie a psychologie. Téma náboženství je velmi komplexní a je třeba ho pochopit v různých perspektivách.

4.5.1 Původ náboženství v mystické zkušenosti

Přemýšlení o spiritualitě ve vědecké diskusi bylo vždy spojené s náboženstvím.

Náboženství je pojímáno jako hlavní ukazatel rozdílu úrovně mezi člověkem a zvířetem a vyskytovalo se v nějaké formě už od počátku historie lidstva.

Lidé se snažili vysvětlit svět kolem sebe. Tajemství a úžas v životě nad tím, co se jeví jako nekonečné a nekontrolovatelné vedlo člověka k ideji, že existuje něco většího a silnějšího, než je on sám. Každé náboženství se zakládá a zakládalo na hluboké mystické zkušenosti nějakého jedince, který se snaží sdílet svět tajemství, který zakusil, který leží za lidským myšlením a nelze ho proto verbalizovat ani uchopit slovy, proto je často vyjadřovaly v nekonkrétních termínech, protože i mystický zážitek je pouze dojmem jiné reality, člověk v ní nemůže setrvat ani přinést důkaz. Antropolog Weston La Barre (dle Hancock, 2007, s. 457) k tomuto říká „*Veškeré naše znalosti o nadpřirozenu se de facto odvozují od prohlášení náboženských vizionářů a extatiků, tj. proroků a šamanů... Kněží pouze spravují církve ustavené na této nadpřirozené bázi.*“ Lze souhlasit s La Barrem, stačí si jen připomenout všeobecně známé poznatky o nejslavnějších prorocích lidské historie. Například Mojžíš měl mluvit přímo s Bohem, od kterého dostal desky úmluvy s Desaterem, Mohammed získal informace, které se uchovali v podobě Koránu, od archanděla Gabriela. V moderní historii se nachází čím dál více případů, kdy nové směry odvozují svůj původ také na základě přímé mystické zkušenosti svého zakladatele. Je zajímavé si toto uvědomit i proto, že podobné zážitky mají lidé dodnes, ale už se kolem nich málokdy ustavují vlastní náboženské směry. Známý případ z nedávné doby, který se prosadil jako samostatné náboženství, je případ Josepha Smithe, kterému se zjevil anděl jménem Mormoni a tak vznikla *Kniha Mormonova*. Zdá se, že čím ucelenější učení, kteří tito mystici či proroci po svém zážitku propagují, tím má větší šanci mít úspěch mezi širší populací. Důležité je ovšem rozlišit, zda se skutečně jedná o pravý mystický zážitek.

Dle Williama Jamese (1987, s. 342–344) mystický zážitek lze popsat čtyřmi kritérii s tím, že první dva jsou nejvíce a nejkonkrétněji popisovány. Prvním je nevyslovitelnost. Je třeba mít přímý prožitek, nelze jej popsat slovy, protože jde převážně o emocionální stavy, kdy nejde racionalizovat, ale pouze prožít a popsat kvalitu pocitu jinému je obtížné). Dalším je noetická kvalita, protože zážitek přináší určité nové vědění, pochopení a vhled a hloubku pravdy mimo intelekt. Jde o osvětlení a odhalení pravdy plné významu a důležitosti spojený s pocitem autority vztahující se k

budoucnosti. Třetím kritériem je pomíjivost. Mystický zážitek nelze udržet po dlouhou dobu. James uvádí, že častá je půl hodinu či maximálně dvě hodiny, kdy se člověk vrátí do normálního myšlení. Když zážitky vyblednou, jejich kvalita může být nedokonale napodobena v mysli. Čím víc se k nim člověk vrací, tím získávají větší bohatost a důležitost, jelikož se tak stále vyvíjí. Posledním kritériem je pasivita. Přestože mystický zážitek je mnohdy i úmyslně vyvolán určitou praktikou či aktivitou, samotný prožitek mystik cítí, jako kdyby jeho vlastní vůle byla pozastavena a jako by byla uchopena a držena vyšší silou. Toto se také váže k dalším úkazům spirituality, jako je věštění budoucnosti, automatické psaní, nebo trans medií. Někteří lidé, kteří toto prožívají, si nepamatují, co se s nimi v těchto stavech dělo a nemají tak vliv na jejich vnitřní život. To je odlišuje od mystických stavů, které vždy mají hlubší smysl. Mystici si svůj zážitek pamatují a cítí, že má pro ně obrovský význam a mění jejich vnitřní život (James, 1987, s. 342-344).

Stejný názor má i Jan Benda (2007, s. 73-74) ve své práci *Mystika a schizofrenie*. Závěrem píše: „*Analýza autobiografických spisů sv. Jana od Kříže, sv. Terezie z Avily a některých dalších mystiků provedená v této práci dokládá skutečnost, že transformativní proces, jímž mystik prochází, s sebou přináší celou škálu velmi rozmanitých mystických zkušeností. I když některé z nich připomínají stavy zřejmě psychopatologie, postoj mystiků k těmto zážitkům a schopnost podobné zážitky akceptovat a integrovat rozvinutí duševní poruchy zpravidla zabraňují. Přesto existují i případy opačné. U některých lidí se v důsledku aktivace hlubinných sil psyché objevují dramatické a bouřlivé mystické zážitky zcela znenadání a mimo religiózní či spirituální kontext. Vědomí těchto jedinců je náhle zaplaveno nesrozumitelnými archetypálními obsahy, což vede k dezorientaci a vážným potížím v každodenním životě. V minulosti byly tyto stavy vzhledem k výskytu některých psychotických symptomů nejčastěji diagnostikovány jako schizofrenie nebo jiné formy psychóz. Nové vydání diagnostického manuálu DSM-IV nyní umožňuje zařazení těchto případů do nepatologické kategorie „Náboženský nebo duchovní problém.“*“ Jak je vidět, zásadním rozdílem mezi psychotickým a mystickým zážitkem je dopad, který tato zkušenost má na běžný život jedince. Mystik je na tento stav připraven, a když přijde, je připraven a není pro něj těžké ho pochopit a internalizovat. Má často transformativní účinek na jeho život.

V současné době už je možnost pomoci i lidem, kteří na tento zážitek připraveni nebyli a nečekaně se tak dostávají do velmi zmateného emocionálního a duševního stavu. Benda (2007, s. 73 - 74) vysvětluje, jak je možné těmto lidem efektivně pomoci: *„Poskytneme-li lidem procházejícím psychospirituální krizí možnost pobývat několik týdnů v chráněném prostředí aniž bychom se pokoušeli ovládat (či „stabilizovat“) jejich bouřlivé prožívání, může akutní epizoda vyústit v sebeúdravný proces vedoucí podobně jako tradiční mystická cesta skrze stádium dezintegrace k hluboké přeměně osobnosti a posléze i k úspěšnému návratu do praktického života.“*

4. 5. 2 Antropologie a studium náboženství

Antropologie náboženství má za cíl popsat a vysvětlit náboženský fenomén s důrazem na sociální podmínky. Náboženství je sociální fakt, spíše než filozofická otázka nebo osobní téma. Zatímco psychologie se zaměřuje na individuum, dosah antropologického bádání je celistvost lidských interakcí v rámci dané společnosti a významů, které každá interakce má pro její účastníky.

V antropologii existuje několik přístupů studia náboženství. Fiona Bowie (2008, s. 13-14) vidí základní rozdíl mezi antropologií, která má pozitivistický nebo scientistický přístup a má tendenci vidět náboženství jako v podstatě iracionální, a tou, kde okcidentální pohled na pravdu a strukturu světa je změněn kontaktem s domorodými kosmologiemi. Díky postupnému pronikání do jiných světů a jiných realit reflektovali někteří antropologové v minulosti svá životní přesvědčení a nejen, že změnili svůj vědecký přístup, ale dokonce začali uznávat domorodé kosmologie jako pravdivé. Alternativní přístupy začali být s postupem času populárnější, do jaké míry už ale závisí na každém jedinci/vědci.

Přestože snahou antropologie je být objektivní, protože předmětem studia je člověk, je ze své podstaty limitována. Antropologové jsou částečně schopni přenést své etnografické zkušenosti a přispět tak k lepšímu pochopení významnosti náboženské praxe do západní společnosti více objektivním způsobem. Bylo by vhodné nalézt metodologický přístup, který může zůstat jasný a racionální, aniž by se vzdálil pochopení subjektů a nahrazoval je svým vlastním pochopením. Pro religiózní a spirituální kulturu, stejně jako pro zdánlivě neurotické stavy a chování je vhodné využít

k pochopení a vysvětlení vlastní kategorie dané problematiky a kde to není možné, zůstat v neutrálních kategoriích, aniž by došlo k popření toho, že “domorodé” kategorie věřících a neurotiků mohou být platné (Bowie, 2008).

Je účelné nahlížet na náboženství, spiritualitu a i dočasné stavy, které mohou být identifikovány jako šílenství, ale současně vedou k transformaci osobnosti v postmoderní společnosti, jako fenomény smysluplné, spíše než nesmyslné. Toto poté může náš sdílený pocit identity obohatit o smysl, který tak velmi v dnešní době chybí. Může být hodnotným protilékem k přehnaně racionalizovanému a neosobnímu charakteru moderní kultury, která si udržuje jen malý řád, který se dosud zachovává i přes rozrůstající se multikulturalismus a liberální individualismus díky potlačování tvůrčí (přesto někdy ničivé) role dříve zastoupené šamany, proroky nebo jinými typy nekonvenčních spirituálních asketiků a šilenců (Hick, 2013)

Počátkem 20. století se vědci začali zabývat původem náboženství. Je těžké kategorizovat poznatky, protože v této problematice je velké množství rozdílných pojetí a představ závislých na mnoha faktorech jako podnebí, přírodní podmínky, lokalita, historické konotace atd. Problematické bylo také najít správnou metodu, kterou by se mohlo náboženství zkoumat. Jsou vědci, kteří tvrdí, že při použití čistě pozitivistického přístupu jsou výsledky povrchní a postrádají hloubku, kterou studium tohoto fenoménu nabízí. Například David Hume si představoval, že empirické pozorování by mělo být základem morálních věd. Immanuel Kant zase to, že svět je konstrukt a není možné jej poznat „an sich“, takový, jaký skutečně je. Fenomenologický diskurz měl přinést rozuzlení této problematiky - vše, co není verifikovatelné, má být „uzávorkováno“. Zkoumá se pouze objektivní a pozorovatelné, fenomény, a vědec má být pouze „mouchou na zdi“, ale žádným způsobem se do zkoumaného jevu nezapojoval či ho hodnotit. Evans-Pritchard je toho názoru, že antropologovy problémy jsou rázu vědeckého, nikoli metafyzického či ontologického. Jako vědeckou metodu využíval srovnávací studium náboženství a rituálů, takových „záležitostí“ jako bůh, svátost a oběť, aby stanovil jejich význam a sociální dosah (Bowie, 2008). Přestože je obtížné odhalit pravý význam těchto „záležitostí“, lze předpokládat, že je naprosto zásadní snažit se je pojmout co nejbližší k tomu, jakým způsobem je vnímají lidé, kterých se týkají.

Ludwig Feuerback například tvrdil, že křesťanství je jen iluze a takto by je správný vědec měl brát. Měli by se zkoumat lidé a ne metafyzické spekulace. Pokud bychom tuto tezi přijali jako pravdivou, znamenalo by to, že by se velkou měrou omezil rozsah možností zkoumání, které v rámci lidské bytosti jsou dostupné. Antropologie, religionistika i teologie by mohly jen popisovat rozdíly mezi náboženstvími, popisovat různé vazby a vztahy v rámci každého náboženství, popisovat „posvátné“ úkony, popisovat další jevy - stále jen popisovat, což by ovšem mohlo vést pouze k povrchnosti a redukci lidské bytosti a jejího prožívání a žití v tomto světě, kde mnoho věcí stále zůstává záhadou. Výhodou antropologie je, že dává díky kvalitativnímu výzkumu možnost jít více do hloubky a umožňuje subjektu vyjádřit i těžko poznatelné koncepty a snažit se jim na lidské (ale ne tak pozitivisticky vědecké, jak vyžadují jiné vědy) úrovni porozumět. Na základě několika příkladů lze najít pochopení širší problematiky ve snad pravdivém světle, nebo alespoň dostat se blízko k pochopení toho, co daný jedinec prožívá (Bowie, 2008). Lze souhlasit s Bowie (2008, s. 17), když tvrdí, že na příkladu fenomenologie je možné si uvědomit, jak obtížné by bylo obhájit výsledky výzkumů bez identity vědomé mysli, protože by poté nemohla být brána v potaz textualita, reflexivita a problematika subjektivity. Antropolog není objektivní už ze své podstaty, protože je také člověk, stejně jako předmět jeho výzkumného zájmu. Otázky, které klade, jsou zabarvené tím, co ho zajímá a dále interpretace toho co se dozvídá, je zpracováno na základě jeho osobní zkušenosti, postojů, názorů, pochopení apod. (Bowie, 2008, s. 19).

Edward Burnett Tylor (1974) je díky svému slavnému dílu *Primitive Culture* považován za zakladatele antropologie náboženství. Podle něj, náboženství vzniklo tak, že se lidé snažili porozumět okolnostem a událostem kolem sebe, které nemohly být vysvětleny skrze každodenní zkušenosti. Věřil, že předchůdci dnešních lidí se zajímali o smrt, snění a trans, ve kterých měli možnost zakusit jinou realitou, jakoby jinou část jich samých, která poznávala některé speciální zážitky. Protože latinsky anima znamená duše, použil výraz animismus, jakožto teorii, kdy duše je ta část člověka, která zakouší všechny změněné stavy vědomí, přičemž tělo pouze slouží k úkonům v každodennosti. Proto s tímto souvisí víra, že s odchodem duše z těla člověk umírá, ale duše žije dál jako jakýsi duch, který může ve světě jak škodit, tak pomáhat a proto je třeba s těmito duchy

komunikovat a přinášet jim oběti, modlit se k nim atp. Animismus sdílí s ostatními náboženstvími základní víru, že netělesný duch (duše), který je odtržen od těla existuje i po smrti těla.

4. 5. 3 Sociologie a studium náboženství

Sociologie se zajímá převážně o vliv společnosti na člověka. Proto u náboženství ji zajímá, jakou roli hraje náboženství v životě lidí. Sociologie nezhodnocuje, zda je osobní víra pravdivá či nikoliv, ale jakou funkci vykonává a jaký vliv má víra a náboženské praktiky na společnost. Častým názorem je, že náboženství umožňuje větší kohezi ve společnosti díky sdíleným hodnotám a normám. Jsou ale i tací, jako například Karl Marx, kteří vidí v náboženství pravý opak.

Významným sociologem zabývajícím se studiem náboženství byl bezesporu Emile Durkheim. Dle jeho úvah existuje náboženství proto, aby udržovalo sociální soudržnost. Zastával názor, že společnost je součástí individua a ptal se, odkud se v člověku bere pocit morální povinnosti dodržovat požadavky společnosti a zde viděl významnou roli náboženství. Zajímaly ho mechanismy, jak pomáhá náboženství v udržování sociální soudržnosti, nestudoval individuální náboženské zkušenosti, ale aktivity v komunitě a jaké svazky utvářely v rámci společnosti. Ve své slavné publikaci *The Elementary Forms of Religious Life* z roku 1912 hledal původ a elementy, které sdílí většina náboženství. Původ náboženství vidí v tzv. totemismu. Lidé z klanu žili jinak odděleně, ale pokud se u totemu sešli, zažívali stavy velké energie, síly a vzájemného propojení. Původem této síly měl být totem, který tím pádem uctívali, protože jim dával tuto sílu (Durkheim, 1995).

Další nosnou myšlenkou bylo zjištění, že všechna náboženství mají jedno společné – oddělují posvátné od profánního. Posvátné znamenaly ty věci, které v každodennosti přináší úžas, úctu, hluboký respekt a někdy i strach s tím, že věřil, že objekt činí posvátným pouze to, že je součástí rituálů a je takovýmto způsobem akceptován společností. Profánní byly ty věci, které byly součástí každodenního života a nebyly považovány za náboženské. Podle Durkheima je náboženství jednotný systém víry a praktik vztahující se k posvátným věcem formující nějakou jednotnou morální komunitu lidí, kteří věří tomuto systému (Durkheim, 1995).

Obdobně jako Durkheim vidí rovněž Karel Marx (1989) náboženství jako odraz společnosti. Nehledí ale na pozitiva, ale zaobírá se negativními dopady náboženství na společnost. Jako disfunkční vidí to, že pokud lidé přijmou náboženství, dávají veškerou sílu vně sebe a ztrácí tak kontrolu nad svými životy. Už nemají kontrolu nad svou každodenností, protože ta je řízena nadpřirozenými silami. Podle Marxe byla v primitivní společnosti hlavní síla přírody a v moderní společnosti je to sociální systém, který dominuje životům lidí. Marx věřil, že člověk svou vlastní dokonalost reflektuje do nadpřirozeného, kde toto shrnuje jedním termínem „Bůh“. Náboženství vidí jako čistě vytvořené společnosti a sloužící pouze jako útěchu a omluvu tohoto světa pro společnost. Slavná fráze je *„Náboženství je viděním utlačované bytosti, srdcem nemilosrdného světa, tak jako je duše duši bezduché situace. Je to opium lidí“* (Marx, 1989, s. 182).

Hlavní problém vidí v tom, že náboženství odvádí pozornost od toho světa a soustředí se na víru v ten budoucí. To odvádí lidi od řešení současných problémů a vymanění se z utrpení reality každodennosti. Věřil, že náboženství je jen nástrojem manipulace masy. Původ jeho idejí byl převážně v tom, že chtěl autonomii pro člověka a to, aby se vymanil z područí jakékoliv moci a náboženství viděl jako překážku sociální změny (Marx, 1977).

Max Weber (2002) viděl náboženství jako možného zprostředkovatele sociální změny. Není pozitivista a přiklání se ke studiu náboženství v rámci historického kontextu a na základě konkrétních případů. V první řadě je třeba se snažit pochopit motivaci jedinců, kteří se posléze sdružují v náboženské skupiny. Věřil, že náboženství formuje člověka a jeho vztah ke světu, což v důsledku ovlivňuje jejich chování. Protože ve světě, kde existuje utrpení, je třeba pro člověka najít motivaci k životu a tomuto utrpení se postavit, příslib vykoupení je to, co lidi motivuje. Tato motivace dle něj dopomohla k existenci modernímu kapitalismu.

V psychologii není náboženství tak zásadním tématem jako v sociologii. Přesto jsou vědci, kteří se tímto fenoménem hlouběji zaobírali a zdůrazňovali vliv na emocionální život jedince. *„Protože je náboženství nesporně jedním z nejranějších a nejobecnějších projevů lidské duše, je zcela samozřejmé, že každá psychologie, která se zabývá psychologickou strukturou lidské osobnosti, musí brát přinejmenším v úvahu*

fakt, že náboženství je nejen sociologický nebo historický fenomén, ale pro velké množství lidí je také významnou osobní záležitostí“ (Jung, 2001, s. 5).

Knihy Williama Jamese (2009) *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature* je i z dnešního pohledu výjimečná svým přístupem. Dle něj náboženství může mít jak dobrý, tak špatný vliv na člověka. Rozděluje náboženství na institucionalizované a osobní. Druhou variantu by se možná dalo lépe nazývat osobní spiritualita. Institucionalizované náboženství je důležité pro společenskou kulturu, přičemž individuální může být prožíváno jednotlivcem bez ohledu na společnost a organizaci. Jde o osobní, mystické zážitky, které považuje za pozitivní aspekt v životě jedince. Bez tohoto nelze získat skutečné náboženské vědomí a metodami, kterými lze tohoto dosáhnout je dle něj meditace, modlitba, uctívání a další, ke kterému se člověk přibližuje často za pomoci institucionalizovaného náboženství. Náboženství znamenalo pro Jamese (i v rámci jeho přednášek na univerzitě) pocity, činy a zkušenosti individuálního člověka v jeho izolovanosti, pokud sám sobě rozumí ve vztahu k čemukoliv, co považuje za duchovní. Říká, že tento vztah může být morální, fyzický nebo spirituální a považuje za přirozené, že mimo toto individuální chápání se sekundárně utváří teologie, filosofie a duchovní organizace. Pro Jamese přesto zůstává hlavním přímá osobní zkušenost tou nejpodstatnější a neuvažuje v termínech teologie či duchovních organizací (James, 2009).

Zajímavostí je jeho přístup k mystickým zkušenostem, které mnozí v jeho době považovali pouze za výplody choré psyché. Pro něj nebyl podstatný původ takové zkušenosti (ať už psychotický zážitek, mentální zhroucení atp.), ale jakým způsobem člověk s takovým zážitkem nakládá posléze a zakomponuje ho do kontextu svého života. V jedné ze svých přednášek shrnuje to, jak vyhodnocovat diskutabilní psycho-spirituální krize parafrází na výrok z Matouše 7: „*Nakonec musíme poslechnout empirické kritérium: Podle jejich ovoce poznáte je, ne podle jejich kořenů*“ (James, 1987, s. 26). Touto větou by se dala shrnout celá problematika toho, jakým způsobem hodnotit psychologickou patologii a pravé či nepravé náboženské zkušenosti. Tato zkušenost je sice zakomponována do náboženství, ale je příliš osobní (a rozmanitá) ve svém projevu, aby byla schopná nárokovat si univerzální autoritu. Díky filosofii je ale možné uchopit tyto zážitky univerzálně a zakomponovat je do kontextu náboženství.

James (1987) věří, že pocity jsou hlubším zdrojem náboženství a filosofické a teologické formulace jsou sekundární produkty, které přirovnává k překladům do cizího jazyka. Protože lidé si potřebují vyměňovat pocity jeden s druhým, potřebují k tomu komunikovat v obecných a abstraktních termínech. Tyto představy jsou poté nutnou částí náboženství. Člověk totiž mimoděk intelektualizuje náboženskou zkušenost, protože je potřebuje dát do určitého vzorce, stejně jako potřebuje sdílení s ostatními v uctívání. Jako tři základní elementy náboženství zmiňuje – oběť, zpověď a modlitbu. Přesto je pro jeho úvahy nejdůležitější aspekt náboženského života, který se manifestuje skrze spojení s podvědomou částí lidské existence. Věřící v důležitost psychopatické povahy náboženského původu. Tím míní ty náboženské vůdce, kteří intelektualizovali svou zkušenost. Díky tomuto „překladu“, tak dodávají přesvědčení i ostatním lidem, kteří se podílí na náboženství, ke kterému se vztahují.

Sigmund Freud je jedním z nejvýznamnějších psychologů moderní doby. Položil základy psychoanalýzy, metody hojně využívané a studované v moderní společnosti. Hlavní myšlenky lze shrnout tak že podle Freuda lidé zažívají konflikt mezi tím, po čem touží (projev Idu, dětské části psyché), a mezi tím z čeho se současně musí zodpovídat sociální kontrole, která ovládá tyto tužby (reprezentována *Superegem*, dospělou částí psyché) a to, co vyřeší tento konflikt, ať už pozitivně či negativně je *Ego* (Storr, 2001).

Původ náboženství vidí v nevyřešeném Oidipovském komplexu, kdy syn se obává a nenávidí otce, a tento strach eventuálně přeroste ve strach z nebeského Otce, Boha. Náboženské ideje nazýval iluzemi a viděl je jako výsledek přání lidí, to znamená jen jako pouhou iluzi. Dle něj je iluze vždy falešná. Doktríny tak byly iluzemi, které neodpovídají vědeckým poznatkům současné doby. Náboženské praktiky považoval za neurotické projevy (Storr, 2001). V době modernity, kdy Freud působil, byl populární scientistický přístup, který zavrhoval jakékoliv metafyzické projevy a bral v potaz pouze fyzický a materialistický svět. Freud mohl být tímto trendem ovlivněn a proto se možná jeví, že jeho přístup k této problematice není holistický a proto jeho ideje v tomto ohledu nemají v dnešní době tak velkou popularitu.

Dalším autorem, kterého lze zmínit je Alfred Adler (1999), který ve své knize *Individuální psychologie*, zdůrazňuje roli motivace a cílů. Dle něj náboženství slouží jako omluvenka pro naši vnímanou méněcennost. Nezajímá ho, zda Bůh existuje či

nikoliv, ale jaký má vliv na člověka to, že v něj věří. Protože Bůh je všemohoucí a dokonalý a člověk se mu chce přiblížit, bere Adler Boha jako dobrého motivátora, díky kterému se člověk chová jinak, lépe. Proto ve společnosti hodnotí dopady víry v Boha jako pozitivní, protože motivují člověka, aby měl jasnou vizi, misi a vytvářel nutnou akci k sebezlepšování. Přirozenou touhou člověka je podle něj: mít pocit, že někam náleží a že je důležitý (nemyslí v egoistickém slova smyslu, ale spíše, že na něm záleží, že není neviditelný pro ostatní atp.). Adler věří, že překážkou k sebezlepšování může být nepochopení sebe sama, což může i pokřivit víru. Psychika člověka se utváří v dětství, kdy si dítě postupně vytvoří určitý prototyp na základě rodičovské výchovy, životního stylu apod. Prototyp je model dospělého člověka, Tento model zahrnuje ovšem i chybné pochopení dětské mysli a idealizaci určitých témat apod. Podle něj je proto pro psychologii zásadní pochopit, kde vznikly tyto problémy a na analýze dětství řešit chyby v prototypu, které mohou vést k pozdějším neurózám (Adler, 1999).

Jednou z největších osobností, které se zapsaly do historie psychologie, je bezpochyby Carl Gustav Jung. Díky jeho vědecké práci mohli lidé nahlédnout pod povrch čistě materialistické slupce postmoderní společnosti, která už v době jeho života stále získávala na významu a velkou měrou přispívala ke změnám ve společnosti, které jsou znatelné až do dnešních dní. Stal se důležitým mezičlánkem mezi psychologií a spiritualitou. Náboženství popisoval jako psychoterapeutické systémy. Ve své psychologii se zabíral zejména vědomými a nevědomými silami v lidské mysli. V rámci nevědomých vlivů rozlišoval osobní a kolektivní. Osobní nevědomí je to, které bychom rádi zapomněli, a kolektivní referuje k událostem, které sdílí všichni lidé, protože máme společné dědictví, které tím pádem přemostňuje i rozdíly mezi Západem a Východem, které do té doby příliš vědců nebralo v potaz. Výhodou pro tohoto vědce bylo, že už od raného dětství se potýkal se spiritualitou (v rámci vlivu rodiny), stejně tak jako medicíny, teologie a i dalších myšlenkových směrů. Současně jeho vlastní prožitky a zkušenosti mu umožňovaly hlubokou introspekci a posléze analýzy lidské mysli v nevídaném rozsahu. Není běžné, že by někdo byl schopen tak kvalitních analýz vlastní mysli i při často frustrujících či až krizových momentech mentálního zhroucení. Proto i dodnes jsou hojně využívány a studovány jeho metody, které hrají významnou úlohu pro uchování a napravování duševního zdraví západní společnosti (Stevens, 2001).

Jung se snaží pochopit společnost skrze pochopení sebe sama. Nezajímá se o vyvracení či potvrzování doktrín, ale zajímá ho, jaký vliv má náboženská víra na život jednotlivce. Oceňoval funkce, které náboženství jedinci zprostředkovává a snažil se je zakomponovat do své lékařské praxe. Například dogma považoval za eventuálně vhodný nástroj pro ochranu psyché: *„Dogma je jako sen, jenž odráží spontánní a autonomní aktivitu objektivní psyché, nevědomí. Takový projev nevědomí je mnohem účinnějším ochranným prostředkem proti dalším bezprostředním zkušenostem než nějaká vědecká teorie. Teorie musí ponechat stranou citové hodnoty skutečnosti. Dogma je naopak právě v tomto ohledu velice expresivní. Vědecká teorie je brzy překonána nějakou jinou teorií. Dogma trvá nescíslná staletí.“* *„Dogma vyjadřuje duši úplněji než nějaká vědecká teorie, neboť ta formuluje jenom vědomí. Navíc teorie nedokáže nic jiného, než znázorňovat něco živoucího abstraktními pojmy. Dogma naproti tomu výstižně vyjadřuje živé procesy nevědomí ve formě dramatu o hříchu, pokání, oběti a spasení“* (Jung, 2001, s. 45).

Jung je často kritizován za to, že dával přednost vnitřnímu světu před vnějším. Přesto do dnešní doby psychologie zkoumá spíše nevědomé, než vědomé impulzy. Nevědomé podněty jsou často příčinou různých poruch, neuróz, depresí a patologií. Jung se věnoval studiu kolektivního nevědomí, protože na základě svých vlastních zkušeností zjistil, že obrazy, které se mu vyjevovaly, jsou k nalezení v různých kulturách po celém světě a studium mýtů a komparativního náboženství ho přesvědčilo, že tyto obrazy jsou sdílené pro celou lidskou společnost. Tyto archetypální obrazy, které se mu vyjevovaly, byly zaznamenány v zážitcích mnoha dalších lidí, kteří zažili buď psychotický či mystický zážitek, proto Jung pátral po universální platnosti svých hypotéz. Uvědomoval si, že každá empirická data, se kterými kdy přišel do styku, vždy musela být nutně zbarvena jeho vlastní psychologií. Teorii individuace (uvědomění si svého „bytostného Já“) tak odvozoval z vlastní životní zkušenosti. Unikátní je, že se výzkumu věnoval celý svůj život, od raného mládí až po umírání. Pro něj bylo nevědomí něco hmatatelného, což je pro normálního člověka nepředstavitelné. *„Můj život je příběhem sebeuvědomění svého nevědomí“*, napsal na začátku své autobiografie (Stevens, 2001, s. 43). Protože dojít k hlubokému sebe-pochopení znamená skutečně konfrontovat psyché a to, co vytváří ve vnějším světě, jakožto skutečná, objektivní

entita. Zjednodušeně by se proces individuace dal brát jako snaha o to stát se tím, „*kým jsme*“. Tímto není myšleno sobecké chování, ale takové, které směřuje k univerzálnímu vědomí (Stevens, 2001).

Pro mnoho lidí byla a stále je těžce pochopitelná Jungova psychologie, která vychází z poznatků, že kusy osobností existující v nevědomé psýché se mohou ztělesnit/materializovat v různých transech, snech a halucinacích a přikládal jim důvěru, protože byly ustavujícím prvkem, kdy mohl Jung říci, že osobnostní rozvoj se děje převážně na nevědomé úrovni. Z tohoto dále vyvodil svou terapeutickou techniku aktivní imaginace a pro tuto práci důležitý koncept teologický neboli takzvanou individuaci. Individuace znamená, že cílem osobnostního rozvoje je „celistvost“, stát se tak celistvým člověkem sami v sobě, jak nám jen osobní okolnosti dovolí. V individuaci nachází možnost spojení s celkem. Kolektivní nevědomí podle něj obsahuje celé duševní dědictví lidstva (Jung, 1973).

Jeho myšlenky se liší od Freudových, pro kterého vědomí nepřesahuje pocit vlastní významnosti a sebeuvědomění, tzv. ega. Dle Junga má vědomí mnohem větší význam. Díky svým vlastním duševním prožitkům (a možné schizofrenii) byl schopen pozorovat rozdíl mezi egem a „byťostným Já“. Pro mnohé je myšlenka, že nevědomá mysl není úplně individuální a specifická, až kacířská. Znamenalo by to totiž při špatném pochopení, že je nám brána svobodná mysl. Ve vztahu k náboženství Jung nehodnotí jeho platnost, ale jeho dopady na jedince. Pokud je tak jeho život více naplňující, vyrovnanější, krásnější a projevuje se to i ve vztahu k ostatním. Bere náboženství jako pozitivní pro život člověka a pomáhá lidem vyřešit vnitřní konflikt a dospět. Je pro něj nástrojem transformace osobního života. Náboženství dle něj přináší spíše etické, než dogmatické a ritualistické vjemy pro život (Stevens, 2001).

Rovněž další ze zmíněných psychologů, Gordon Allport, se nezajímá o platnost náboženství, ale psychologické aspekty s ním spojené. V knize *The Individual and His Religion – A Psychological Interpretation* Allport (1960) preferuje studium smyslu náboženství pro jedince. Zkoumal smysl náboženské zralosti a porovnával vnitřní a vnější víru. Vnitřní víru také nazývá dospělou. Dospělá varianta, propaguje dynamismus, otevřenost a altruismus. Lidé, kteří ji vyznávají, jsou štědrí, vlídní, skromní, otevření atd. Nedospělá (vnější víra) já pravým opakem a je pouze nástrojem k

dosahování vlastních cílů a není soucitná. Lidé se při praktikování takovéto verze náboženství chovají netolerantně, krutě, arogantně apod., protože se snaží vyhnout vlastní zodpovědnosti a nechtějí reflektovat. Jen je zajímá, co může náboženství udělat pro ně.

Allport (1960) kritizoval, jak moderní náboženství funguje a že umožňuje právě existenci vnější víry. Pouze prázdné následování dogmatu mu přijde nedostatečně stimulující. Domnívá se, že primárním důvodem vzniku náboženství nebylo hledání nadpozemského principu či smyslu života, ale spíše v pocitech jako naděje, touha či smutek. Domnívá se, že když se musí vypořádat se silnými emocemi, hledá úlevu a pochopení. To nachází za hranicí svého pocitu právě v náboženství. Proto vidí podobnosti mezi náboženstvím a terapií, se domnívá, že využít elementy obou může být v terapii prospěšné.

Dle amerického psychologa Abrahama Maslowa (1970) náboženství poskytuje lidem transcendentální porozumění světa. V jeho výzkumu bylo důležité zkoumání, jak dosáhnout psychologického zdraví u jedince. Každý vysokoškolsky vzdělaný člověk si pamatuje z hodin ekonomie či sociologie Maslowovu pyramidu potřeb, kde popisuje hierarchii lidských potřeb od těch nejzákladnějších (fyziologických), až po potřebu seberealizace, to znamená naplnit své schopnosti a záměry a stát se tak nejlepším, jakým člověk může být. Nejvyšším stupněm seberealizace je sebetranscendence, kdy člověk zažívá i určité stavy extáze, tvořivosti, inspirace a další vrcholné zážitky, často transcendentálního charakteru. Je zajímavé, že přestože byl zpočátku militantním ateistou, postupem času se přibližoval mystické tradici z toho důvodu, že u mystiků pozoroval velmi kvalitní formu sebeuvědomění. Spojitost vidí v tom, že jak náboženská zkušenost, tak sebeuvědomění vedou k transformaci „bytostného Já“.

Ve své knize *Religions, Values and Peak-Experiences* (Maslow, 1970) hovoří o lidské kapacitě pro silné vnitřní zkušenosti hlubokého významu, které nalézá jak ve spirituálním, tak klinickém kontextu, což vidí jako velkou sílu pro vyřešení různých forem neklidu ze sebedestruktivních pocitů a existenciální méněcennosti až k absenci hodnot a strach ze smrti.

Maslow (1970) uvažuje formu náboženství, která je ne-církevní a ne-teistická, zahrnující víru v to, že spirituální růst a zkušenosti mohou existovat jak uvnitř, tak vně

sféry, kterou nazýváme náboženství. Věří, že spiritualita může být sekularizovaná a že pro změnu sekulární sféra může mít vlastní úroveň posvátnosti. Absolutistická odlišnost mezi posvátným a profánním je dle něj problematická a vede k obecné desakralizaci života vně separované náboženské sféry.

Náboženství může naplňovat psychologické potřeby, které jsou pro všechny jedince stejné. Stejně jako mnozí antropologové, tak i psychologové se domnívají, že nějaká forma náboženského cítění je v přirozenosti člověka, která směřuje k lepšímu pochopení sebe sama, druhých a božského. Považuji za důležité myšlenky výše zmíněných psychologů proto, že většina z nich se zabývala také do určité míry filosofií a díky tomu jejich úvahy o lidské psychice a náboženství jsou více komplexní. V dnešní době někteří psychologové využívají náboženství jako součást léčebného procesu. Například v České republice se používá v Bohnické léčebně metoda hagioterapie.⁹

4.6. Náboženství v každodennosti

Pro bližší pojednání o významu náboženství v každodennosti byly zvoleny myšlenky již jednou vzpomínaného psychologa Amrahama Maslowa, jelikož velmi výstižně vysvětluje, jaké dopady může mít ztráta posvátného v každodennosti. Jak bylo zmíněno výše, Maslow (1970) se domnívá, že desakralizace života vyplývá z absolutistické odlišnosti posvátného a profánního a to přináší problémy pro žitou každodennost jedince. Symptomy tohoto problému jsou takové, že v moderní ne-náboženské akademické obci většina lidí nachází sama sebe neschopných se vztahovat k čemukoliv posvátnému a zůstávají odtrženi od silné vnitřní zkušenosti, kterou Maslow vidí jako velmi důležitou. Domnívá se, že dnešní intelektuálové přestože touží po víře a přesvědčení nějakého typu, ale přesto jsou ke všemu skeptičtí. A to i přes fakt, že si uvědomují, jaké spirituální (a politické) dopady má absence nějakého vyššího principu a nenaplněnost této touhy (Maslow, 1970). Tak vzniká nový jazyk na popsání dané situace, slova jako anomie¹⁰, vykořeněnost, hodnotová patologie, nesmyslnost,

9 Termín hagioterapie vychází ze středověké praxe využívání modliteb, ostatků svatých či posvátných poutí k léčení nemocí. V psychoterapii se používá jako existenciální forma psychoterapie. Využívá projektivní práce s biblickými texty. V České republice se vyvinula z metod pastorační terapie a duchovního poradenství.

10 Anomie je stav rozkladu soustavy individuálních i společenských hodnot (Linhart, 2007).

existenciální nuda, spirituální hladovění, neusměrňenost, neurózy úspěchu atd. Toto není pouze problémem pro intelektuály, ale i pro širší společnost.

Maslow (1970) nesouhlasí s konvenčním ateismem – znamená pro něj spirituální patologii. Náboženství nahlíží jako autentickou zkušenost, která je živá. Protože moderní společnost se musí postavit obrovským změnám nihilismu¹¹, pesimismu a cynismu, Maslow věří, že staré tradice samy o sobě nejsou dostačující pro naplnění lidských potřeb. Nový vhled na holistický rozvoj lidské osoby může přinést vědu do souladu s více konstruktivními hodnotami – a povede ji snad ke ztrátě přehnaně pesimistického přístupu, který vytvořil falešnou dichotomii mezi vědou a náboženstvím. Náboženství bez toho, aniž by vzalo v potaz vědecké přístupy a kritiku, stejně jako věda bez etiky, otevřenosti k spirituálním významům, jsou podle Maslowa totálně překroucené a neschopné poskytnout vědomost vhodnou pro lidské, velmi moderní problémy.

Se ztrátou posvátného v každodenním životě, ztrácíme motivaci pro sebe-rozvoj, hledání po hlubším smyslu a významu, nebo mentální sílu, abychom řešily problémy společnosti. Maslow (1970) věří, že jsme v nebezpečí upadnutí do povrchního otupění, neschopného chápat neracionální a podvědomé dimenze mysli. Vidí toto jako alarmující vyhlídku, kdy není žádná obrana proti společnosti, která má jen malý respekt a poskytuje jen malý prostor pro pocity a impulzy, svobodnou vůli, tajemství, nepoznané a nevyjádřitelné, což se považuje za vysoce podezřelé a cokoliv, co není měřitelné a opakovatelné v laboratořích, proti tomu se brojí, jsou agresivně skeptičtí vůči všemu, co se jeví jako nejednoznačné, metaforické, “pouze” symbolické a mýtické nebo jinak iracionální. Lze souhlasit s Maslowovou myšlenkou, že pokud zavrhneme tyto věci, ochuzujeme část lidství. Jako řešení pro stav desakralizace navrhuje Maslow (1970) najít prostředky rozvoje, kterému Maslow říká „*silná vnitřní zkušenost*” - cesta, jak můžeme opět přinést smysl sami sobě a zkušenosti žití. To by do určité míry mohl zajistit odklon k spiritualitě.

4.7. Odklon k spiritualitě

S nárůstem nových duchovních směrů, o kterých už se často veřejně hovoří a

¹¹ Nihilismus je odmítavý nebo negativní vztah k hodnotám (Linhart, 2007).

nabývají stále větší popularity, se více vědců začíná zabývat ne studiem náboženství, ale spirituality. Tu vidí jako odtrženou od náboženství, kde jde zejména o věčné hledání smyslu a důvodu života (Erricker, Erricker, 2001). V mnoha zemích západního světa už je tento trend, kdy lidé pátrají po smyslu života mimo omezené hranice náboženství, jasně viditelný (Tacey, 2004). Štampach (2010) tento trend shrnuje v kapitole *Eklektické a kvazireligiózní směry současnosti* ve své knize *Na nových stezkách ducha*. Přímou píše: „Podobnou funkci jako tradiční náboženské směry plní dnes hnutí a skupiny, které vybírají a spojují prvky z různých náboženství a nejen z náboženství“ (Štampach, 2010, s. 190). Vedle termínu spirituality se mu jeví výstižné použít i pojmu alternativní životní styl, který je spoje s určitým druhem stravování, oblékání, hudby atp. Někteří lidé odpouští od moderních technologií, chtějí žít jiný život, jiní dělají pravý opak a začleňují moderní technologie do své spirituality, varianty jsou nepřeberné.

Podle Taceyho (2004) je odklon od víry k vědě a materiálnímu světu, kde se věří, že věda je schopna poskytnout smysl a pravdu ochuzuje člověka o esenciální část jeho bytí. Důvodem je dle něj to, že člověk dá přednost racionalitě před nehmatatelnou, spirituální a mystickou stránkou života. Popisuje, že i v rámci církví se praktiky mysticismu ve většině případů vytratily na úkor „racionálních“ a doslovných výkladů svatých textů při kázání. Tacey (2004) vidí nárůst zájmu spirituality jako „změnu morálního podněbí v širší společnosti“. Věří, že toto znamená návrat k nemateriální, neracionální sentiment, ale hlavně znovuobjevuje pocit, v sekularizované společnosti dříve potlačené, spirituální a mystické dimenze víry. To přineslo do sekularizované společnosti ovšem i jisté nebezpečí, o kterém mluví britský sociolog Thomas Bottomore (2010). Dle tohoto badatele napomohla sekularizace bujení sekt, které reflektují individuaci náboženské víry a nemusí mít vždy jen pozitivní dopad na společnost.

Kritika sekularizace a individuace často navazuje na úpadek náboženské orientace a upozadování víry a náboženských praktik. Náboženství se v moderní společnosti tak stává soukromou záležitostí jen částečně se vztahující k náboženství, což nemusí být nutně špatně. Možná jen reflektuje postmoderní étos západní společnosti, kde se svět velmi rychle mění a osvícenectví přineslo úplně nový typ uvažování nad realitou. Joshua Okundaye (1999) specifikuje posun od osvíceneckého přístupu k postmodernímu. Ten dle nich přináší holistickou a vztahující se vizi reality. Už nestačí

přemýšlet, jak proklamoval Descartes, ale je potřeba vzít v potaz všechny možné pohledy a vztahovat se ke všem možným přístupům, pravdám, realitám atd. Rae Lindsay (2002) poukazuje na to, že mnoho lidí přistupuje k náboženskému dogmatu podezřívavě a proto už jim nepřijde jako správná cesta k osobnímu, spirituálnímu vyjádření. Zdůrazňuje nespokojenost s tradičním náboženstvím, že lidé už nemají potřeby chodit do chrámů, protože jim to přijde jako prázdná aktivita a snaží se spíše pojmout spirituální stránku života pomocí racionální, osobní filosofie, protože v dnešní době už nelze popírat vědecké objevy, které náboženské dogma často popírá a nehodlá vzít na vědomí, což u lidí vyvolává nedůvěru a odklon od těchto směrů. Spirituální cesta už tak nepotřebuje svázané doktríny, předdefinované koncepty o Bohu a duchovnu. Moderní člověk dává přednost chápání spirituality komplexnějším, osobitějším způsobem.

Tento osobitý způsob ovšem přináší i jistá nebezpečí. Náboženství dříve hrálo tradiční roli sociálního strážce a učitele morálních hodnot. Tím pádem etický a morální obsah nové spirituality může být často diskutabilní. Jsou běžné obavy, že nová forma spirituality se svou extrémní individualizací a sebe-libováním si v narcisismu může ve svém důsledku ztratit veškerý obsah a pro společnost a lidi být jen v důsledku škodlivá a dává možnost lidem, kteří nechtějí být součástí tradičního náboženství možnost utápnout se v egoismu a sobectví (Caplan, 2009).

Lindsay (2002) se obává, že nová hnutí neobsahují sociální cítění a zodpovědnost a ztrácí tak etické implikace, které tradiční náboženství dříve zaštitovalo a už není součástí sociální a veřejné etiky.

Konzumní společnost tak nabízí jak možnost větší reflexe bez nutnosti být svázán jakýmkoliv konvencemi, tak současně láká k materiálnímu stylu života, který se jeví bezstarostný a jednoduchý, kdy není potřeba zatěžovat se hlubšími otázkami po smyslu bytí (Erricker, Erricker, 2001). Je běžné, že někteří lidé časem zjistí, že jim něco v životě chybí, něco co by dalo jejich existenci hlubší význam. Cítí prázdnotu materiálního stylu života a to vede paradoxně k možnosti velké nabídky a poptávky (v konzumním stylu) moderní spirituality (Caplan, 2009).

Tacey (2004) zvažuje, že inspirací pro rozmach individuální spirituality může být znepokojující nárůst fundamentalismu. Spiritualita je vlastně v opozici k tomu směru.

Ten hledá jistotu, ustavené odpovědi a absolutismus jako odpověď na naši zranitelnost a strach z neznámého vesmíru a komplexity současného světa. Naopak spiritualita hledá citlivý, kontemplující, transformativní vztah k posvátnému a je schopna přijmout určitou nejistotu na své cestě, protože má svrchovaný respekt k mystériu života. Spiritualita by dle něj měla vyvstávat z lásky a intimity k posvátnému a fundamentalismus naopak vzniká ze strachu z posvátného.

Závěrem lze problematiku současné spirituality shrnout myšlenkou Lidsaye (2002), který zastává názor, že jakákoliv nová interpretace spirituality musí přesáhnout fakt, že lidská zkušenost je plurální a rozmanitá a můžeme ji rozumět pouze v daném kontextu a čase.

4.8. Hnutí New Age

Dle Štampacha (2010, s. 196) se jedná o „*decentralizované hnutí alternativního životního stylu, jež pracuje s myšlenkou, že přichází nový věk, který bude příznivě naladěn pro duchovní zájmy, jež v technicky a pragmaticky nastavené společnosti nemají dostatečný prostor.*“ O tomto novém věku pro humanitu se hovořilo už od 19. století, ale pochopení termínu New Age v dnešním kontextu přišlo až později.

Součástí těchto směrů je i alternativní přístup ke zdraví, výchově dětí, přístupu k přírodě a společnosti, vztahům a čemukoliv dalšímu týkající se života člověka. První časopis dávající prostor těmto novým ideovým směrům se nazýval *The New Age* a vycházel už od roku 1894. Velkou obrodou těchto směrů byly také šedesátá a sedmdesátá léta, kdy společnost zaznamenala další velký posun a vzniklo New Age hnutí, jak jej známe dnes. Pro Štampacha (2010, s. 197) jako religionistu není jednoduché metodologicky určit, co do tohoto hnutí patří a co už ne. Navrhuje používat další výraz „*postmoderní spiritualita*“. To by znamenalo „...*počítat vše nové, co se nabízí jako alternativa k náboženským směrům v prostředí euroatlantické civilizace tradičním.*“ Upozorňuje na to, že ve spojitosti s tímto hnutím jsou také četné komerční aktivity.

V České republice je také populární termín esoterika, přičemž New Age je vlastně druhem Západní esoteriky, ale mnoho lidí tyto termíny volně zaměňuje. Esoterika

zahrnuje mystické a magické ideje a hnutí zaměřené na hledání gnóze¹² neboli přímý spirituální vhled do kosmologie¹³ nebo metafyziky¹⁴ (Versluis, 2007). Rovněž v České republice existuje obrovské množství různých škol, obchodů, festivalů, produktů a dalších aktivit spojených s New Age hnutím, které se ovšem nevydává za jednotnou formu nějaké víry, ale je spíše místem setkávání mnoha různých tradic, názorů, filosofii nebo i individuálních přístupů jednotlivců, kteří propagují své osobní uvědomění (často na základě nějakých mystických vjemů, které zažili či je chtějí zažít, znalostech z východní medicíny, filosofie atp.) Primární je si u New Age hnutí uvědomit, že je to nový styl života, který má přispívat k lepšímu žitému světu společnosti. Přesto je určité množství lidí, kteří ho pouze zneužívají pro svůj vlastní prospěch a obohacují se na úkor ostatních, kteří někdy až slepě věří magickým lektvarům, formulím a dalším podobným věcem, aniž by skutečně zkoumali, jestli tyto věci mají pozitivní dopad na jejich život v takové míře, v jaké prodejci těchto věcí slibují. Samozřejmě schopnost mysli je neuvěřitelná. Je schopna vyléčit různé nemoci a problémy sama. Placebo efekt je známý a vědecké studie se mu dále věnují. Lze se domnívat, že toto může být výhodou pro ty, kteří působí v New Age a přitom vědí, že jejich produkty či styl léčení nejsou ve skutečnosti funkční. Je možné, že mnoho New Age praktik a směrů funguje proto, že jim lidé věří. To ale není důvodem znevážit všechny, kteří se pohybují na tomto poli. Důležité je, zda přináší pozitivní dopady v každodennosti jedince.

4.9. Neurologie a Bůh/spiritualita

I díky hnutí New Age je v dnešní době stále větší zájem o propojení spirituality se současnou vědou a pokud možno se hledají spojitosti či vysvětlení spirituálních zkušeností na vědecké bázi. Je velká poptávka po neurovědeckých pracích, které mají zdánlivě nejlepší přístup k pravdě o původu těchto zážitků a pocitů a mohou je na vědecké bázi obhájit či vyvrátit.

¹² Gnóze je bezprostřední poznání zejm. duchovních principů. Toto slovo pochází z řečtiny a doslova znamená poznání. (Linhart, 2007).

¹³ Kosmologie je astronomická nauka o vesmíru jako celku (Linhart, 2007).

¹⁴ Metafyzika je první filozofie, teorie výchozích kategorií filozofie (Linhart, 2007).

4. 9. 1 Původ vědomí

Pro vědecké přemýšlení o spiritualitě je nezbytné zamyšlení se nad původem vědomí. Diskuze k této problematice je v dnešní společnosti významnou třecí plochou mezi pozitivisticky smýšlejícími vědci a těmi, kteří se domnívají, že vědomí je jiného, než čistě fyzického původu. Pokud bychom totiž přijali teorii, že vědomí jsou pouze biologické funkce mozku, už není potřeba v této práci, ani žádné jiné podobného ražení, zabývající se spiritualitou, pokračovat. Pokud je vědomí pouze reaktivní na podněty z vnějšku, možnost jakýchkoliv nemateriálních vjemů je nemožná. Přesto jasného konsensu nebylo dosaženo. Hick (2006) upozorňuje na to, že někteří vědci mají až dogmatické názory ohledně jednoty mysli a mozku, která se dá přirovnat k přístupu středověkých teologů, kteří jsou ve shodě v přístupu, že vědomí je identické s cerebrální aktivitou. S větším zájmem o výzkum této problematiky jsou však vědci již obezřetnější a přiznávají si, že původ vědomí je stále záhadou a otázka „*Co je vědomí?*“ zůstává i nadále nezodpovězena a leží za hranicí neurovědy nebo dokonce psychologie či filosofie. Přestože se v postmoderní společnosti předpokládá, že mysl a mozek jsou jedno (tzn. vědomí je pouze neurální aktivita) a je to vědecky prokázáný fakt, není to pravdou. Naopak toto se paradoxně opírá o naturalistickou víru. Vědci jsou schopni popsat a zkoumat ty funkce mozku, které podepírají vědomí a na jejichž základě funguje myšlení, ale původ vědomí nedokázal zatím nikdo prokázat.

4. 9. 2 Vliv duchovna na mozek

V knize s výmluvným názvem *How God Changes Your Brain*, neurolog celé jméno Newberg (2010, s. 10) píše: „*Náš výzkum (míněno neurologický) na Pensylvánské univerzitě opakovaně demonstruje, že Bůh je součástí našeho vědomí a že čím více o Bohu přemýšlíte, tím více pozměníte neurální obvody v specifických částech vašeho mozku. Proto říkám s největší jistotou, že Bůh může změnit váš mozek. A nezáleží, jestli jste Křesťan, Žid, Muslim, Hinduista, agnostik nebo ateista.*“

Rovněž v jeho předchozí knize *Why God Won't go Away* (2001) demonstroval, že lidský mozek je jedinečně konstruován tak, aby vnímal a generoval spirituální skutečnosti. V této knize hlavně zkoumá neuropsychologii mystických zážitků, protože každý náboženský impuls pramení z biologie mozku. Například zkoumal buddhistické

mnichy při meditaci a františkánské sestry při modlitbě a zaznamenal, že obě tyto skupiny při své praxi prožívají nápadně nízkou aktivitu v zadním mozkovém laloku, což je část mozku, která umožňuje orientaci v prostoru a pokud funguje plně, dává člověku jasnou distinkci mezi já a ne-já. Přičemž, pokud je „vypnutý“, stírá se tento rozdíl a to vede k zastření hranic mezi těmito kategoriemi. Toto kritici vysvětlují jako situaci, kdy se rozdíl mezi fantazií a realitou stírá, ale Newberg to vidí jako možný důkaz, že v tuto chvíli zkoumané subjekty prožívají spojení s realitou přesahující materiální svět.

Z Newbergova (2010) současného výzkumu v Centru pro Spiritualitu a Mysl na Pensylvánské univerzitě, kde jeho tým zkoumá Sikhy, Sufi, tedy jedince, kteří praktikují jógu a pokročilé meditující, vyplývají následující závěry:

- každá část mozku tvoří jiné vnímání Boha,
- každý lidský mozek vnímá Boha různě a tím pádem mu dává jiné kvality a smysl a hodnotu,
- spirituální praktiky, i když neobsahují náboženskou víru, zlepšují neurální fungování mozku a zlepšují fyzické a emocionální zdraví,
- intenzivní, dlouhodobá kontemplace¹⁵ Boha a jiných spirituálních hodnot se zdá, že permanentně mění strukturu těch částí mozku, které kontrolují náladu, dávají pochopení svého „bytostného Já“ a také utváří smyslové vnímání světa,
- kontemplativní praktiky zesilují specifické neurologické okruhy, které generují klid, sociální uvědomění a soucit s druhými, empatii a naopak potlačují destruktivní pocity a emoce,
- spirituální praktiky také mohou být využity k lepšímu poznávání, komunikaci, kreativitě a časem dokonce i ke změně neurologického vnímání samotné reality (zde podotýká, že tuto realitu ale nemůžeme objektivně potvrdit).

Asi nejdůležitějším pro účely této práce zůstává jeho názor (podložený mnoha studii), že zdravotní přínosy spojené s meditací a jinými rituály nemohou být

15 Například Profesor biologie Bruce Lipton je velkým propagátorem tzv. „biologie víry“. Té se věnoval v řadě výzkumů, které publikoval ve stejnojmenné knize. Věřící, že prokázal, že lidská biologie je ovlivňována lidským vědomím, myšlenkami. Vědění je síla, tím pádem se domnívá, že lidé jsou schopni vyléčit sami sebe jen na základě změny svého přístupu k životu.

popřeny. Proto také nesouhlasí s kritiky náboženství, kteří říkají, že je nebezpečné pro zdraví. Naopak psychologická, sociologická a neurovědecká data toto vyvracejí. Nevidí problém v náboženství jako takovém, ale v autoritářství vůdců kombinované se snahou násilně zavádět svou idealistickou víru druhým, dále implantování hostility, netolerance, separatismu, extrémního idealismu či předpojatého strachu, což jsou problémy, které jsou k nalezení jak v sekulárním, tak v náboženském nebo i politickém světě (Newberg, 2010).

Dalším jeho názorem je, že není možné soudit lidi podle jejich systému víry, ale podle toho, jak se chovají k druhým. Jak se projevuje učení se soucitu. To je koncept, který je k nalezení ve všech tradicích. V neurologických termínech se mu dá rozumět podobně jako empatii, tedy jako schopnosti rezonovat s pocity druhého. Ovšem soucit je ještě o krok dále, protože je to schopnost nejen rezonovat, ale i odpovědět na utrpení druhého. Lidé jsou pak více tolerantní a akceptující chyby druhých (Newberg, 2010).

4. 9. 3 Příklady spirituálních praxí a proč se jim věnovat

Spirituální aktivity jako například meditace, modlitba a další mají, jak již bylo zmíněno, dle Newberga (2010) pozitivní dopad na život. Zesilují neurální fungování specifických částí mozku, které způsobují snižování úzkosti a deprese, zvyšují sociální uvědomění a empatii, zlepšují kognitivní a intelektuální fungování. Často přináší větší emocionální stabilitu, klid, vyrovnanost, pozornost a více optimistický pohled na svět.

Mezi nejlepší způsoby, jak cvičit mozek je podle Newberga (2010):

1. usmívat se a smát se,
2. být stále intelektuálně aktivní (vč. přemýšlení o spirituálních a náboženských tématech, diskutování o nich apod., protože to pomáhá větší otevřenosti, která je také stimulující pro mozek),
3. vědomě relaxovat – to znamená vědomě snižovat svalovou tenzi a psychickou únavu (paměťové repetitivní praktiky, často k nalezení v Buddhismu),
4. zívat – překvapivý výsledek výzkumů ukazuje, že zívání spouští unikátní mozkovou funkci, kdy dochází k aktivování centra soucitu a sociálního povědomí,

5. meditace – díky ní se spirituální hodnoty stávají neurologicky reálnými,
6. aerobní aktivita – čím intenzivnější, tím lepší,
7. dialog s ostatními,
8. víra – víra je ekvivalentem naděje, optimismu a předpokladu, že jedince čeká pozitivní budoucnost.

4.10. Krize v současné společnosti

Současná společnost se sice jeví, že naplňuje potřeby skrze takzvaně stabilní sociální instituce a individuální práva a zejména že skrze svobodu vytváří smysl a identitu. Nástroje, které používá, jsou práce, nakupování a konzumování. Ve skutečnosti jsou ale mnohé období v životě člověka, kdy tyto náhražky selhávají v poskytnutí smyslu či dokonce základního pocitu zakořeněnosti a jistoty. Pocity v dospívání, usilování o nalezení vlastní identity během dospělosti, krize středního věku, smrt milované osoby nebo přístup ke svojí vlastní smrtelnosti; toto vše člověka vybízí k vytvoření pocitu bytostného Já a porozumění životu, které dříve nebylo zdánlivě potřeba ustavovat.

Lidé jsou čas od času dohnáni do situace, kdy se musí postavit zmatení, absurditě a zjevné bezvýznamnosti. V této době se mnozí nechají zavést do deprese, neuróz, nebo závažněji, do psychóz. Lze se domnívat, že zvyšující se výskyt těchto stavů v dnešní době je symptomem rostoucího selhání našich sociálních institucí a populární kultury, které nevedou k uspokojení našich potřeb po skutečně smysluplném způsobu života. Ten zdánlivě nabízí moderní spirituální svět. Mnoho lidí proto v poslední době začne hledat mimo tradiční náboženské tradice, ve velmi jednoduše dostupném světě hnutí New Age či jak se ne zcela správně říká v českém prostředí - esoterice. Počet a dostupnost článků, knih, seminářů, podpůrných a léčebných postupů a pomůcek, je nekonečný. Zde ovšem zároveň číhá nebezpečí spirituální patologie, jelikož se může stát, že lidé zamění spirituální hledání za nutnou emocionální či psychologickou léčbu, kterou by jinak potřebovali.

Aby bylo možné poznat spirituální patologii jako přirozenou součást v rámci existence spirituality, je nezbytné se také ptát po jejím původu a zkoumat jaký je rozdíl mezi běžným šílenstvím a tímto fenoménem. Bylo by jednoduché považovat každého

člověka, který něčemu věří, ale jeho víra mu přitom nepřináší kýžený výsledek (lepší mentálně vnímanou kvalitu života), za šílence, někoho mentálně nemocného, zmateného či nedostatečného. V minulosti to také takto bylo často chápáno. Dnes je možné rozlišit různé úrovně duševního zmatení. Spirituální patologie je zajímavá v tom, že balancuje na pomezí jak mentálních nemocí, tak manipulace, nepochopení a překrucování faktů a mnoha dalších faktorů a je zdánlivě obtížné rozlišit, o který projev v rámci lidské mysli se skutečně jedná. Alespoň pro externího pozorovatele, který s těmito projevy nemá zkušenosti. V současné době existuje řada studií (Buckley, 1981; Hood, 1975; Lukoff, 1985 a 1988; Podvoll, 1979; Prince 1979), které zkoumají, zda se jedná o šílenství či naopak tzv. „pravou“ spirituální zkušenost. Nebo zda se jedná o spirituální zkušenost či osobní spirituální patologii, což je často mnohem obtížnější obhájit.

4. 10. 1 Šílenství a patologie ve společnosti

Šílenství bylo vždy fascinujícím a těžko uchopitelným tématem. Dalo by se říci, že alespoň nějaká forma šílenství ve společnosti je nevyhnutelná. V různých situacích sociálního života je vždy do určité míry pozorovatelné zmatení, znepokojení a nesmyslnost – všechny příznaky mentální patologie, které mají velký vliv na každodennost jedince. Zajímavá je také otázka, do jaké míry vztah mentálních nemocí může mít vliv na náboženství a osobně vnímanou spiritualitu. Komplexní problematika, která vyvolává diskuze mezi odborníky ve společenských vědách. V postmoderní společnosti je tento trend dobře viditelný, od Madoniny “Kabaly” po hvězdný status Dalajlámy. Nejde zdaleka pouze o extrémní stavy jako je akutní schizofrenní šílenství, ale také o neurotické poruchy, které jsou běžně pociťovány ve společnosti, které chybí dostatečně podmaňující zdroj sociální identity.

Proto je v této práci pozornost soustředěna na koncept spirituální patologie, který bude používán ve dvou různých významech. Nejprve u individuí, odkazující k neurózám a patologiím implicitním v osobním přesvědčení a chování, dále na spirituální patologii ve společnosti, konkrétně patologický vztah mezi současnou okcidentální společností a náboženským a spirituálním odkazem, který byl pro většinu lidských společností nepostradatelný pro život s pocitem smyslu, jistoty a naplnění. Termín

„*spirituální patologie*“ je zde chápán tak, jak je popisován britským psychoterapeutem a meditačním učitelem Robem Preecem (2010) v jeho knize *The Wisdom of Imperfection*, která čerpá ze svých zkušeností s moderními spirituálními komunitami a z práce Carla Junga (2001; 2009). Role psychologie a antropologie je ve studiu jak náboženství, tak mentálního zdraví velmi důležitá. Proto byl tomuto tématu věnován prostor v předchozích kapitolách.

Dlouho před tím, než se objevila psychologie a sociální vědy jako samostatné obory, náboženské představy a názory měly monopol na vysvětlení mentálních jevů, včetně toho, který bychom dnes nazvali psychopatologií. Relativní šílenost či svatost mystiků a dalších subjektů spirituální zkušenosti byla hodnocena těmi, kteří měli autoritu v rámci duchovní hierarchie.

Od jejího vzniku se psychologie zajímala o studium religiózního chování, ale samostatné studium náboženského chování se neobjevilo až do pozdního 19. a počátku 20. století. Podle Jana Bendy (2007) v knize *Mysticismus a schizofrenie*, je objektem studia psychologie náboženství zejména vznik náboženství, jeho role v lidské existenci a typy religiózních postojů a přístupů a zkušenosti, které existují mezi lidmi. Jak již bylo zmíněno v kapitole 4.5.4. vztahující se k tomuto tématu, tato disciplína ponechává často stranou otázku pravdivosti religiózních výroků na úkor popisu a analýzy náboženského fenoménu jako formy lidské zkušenosti a chování, které může být empiricky sledováno.

Dnešní psychologie spíše, než aby prosazovala obecné teorie o náboženství, má tendenci zaměřit se na studium a pozorovatelných situací ve společnosti, ve kterých hraje náboženství také svou roli (sleduje témata jako náboženství a zdraví, náboženství a kriminalita, náboženství a nová náboženská hnutí) – toto také reflektuje zájmy antropologie. Psychologie přispěla významnou měrou k porozumění důležitosti spirituality a jejího vztahu k osobní patologii, proto je v této práci často využíváno právě teoretických poznatků z tohoto oboru. Dobře vykresluje, jakým způsobem se posléze tato osobní patologie může projevat na každodennosti jedince.

4. 10. 2 Postmoderní liminalita a hledání integrity

Přestože se spirituální nebo religiózní víra může v mnoha směrech zdát ztracená

či vzdálená postmoderní myslí, lidé stále mají potřebu hledat cestu, jak žít mezi jinými lidmi a integrovat se. Jak někteří sociální teoretici poznamenávají, zdá se, že postmoderní člověk je ve stavu ustavičné *liminality*.¹⁶

Preece (2010) se blíže zabývá otázkou, do jaké míry selhává individuace v současné západní společnosti, která zažívá obtížné období, kdy hledání vlastní identity je poměrně obtížným úkolem pro jednotlivce nuceného přežít v silně individualistické společnosti. Lidé se vychylují mezi pluralismem soupeřících idejí o tom co je hodnotné, jaké identity může člověk mít, o tom, co může dělat se svým životem a proč, přičemž žádné se nezdají být dostatečně solidními, aby je uchopil v období pochybností. Chybí sociální integrita a zakořeněnost, které byly v minulosti poskytovány iniciacemi a tradičně definovanými rolemi. Velkou úlohu v této problematice hrálo v minulosti náboženství, které už ale dnes ztrácí na síle. Jak může člověk vědět, kde je potom jeho místo ve společnosti? Kde může nalézt dostačující vysvětlení světa? Pokud zde je nějaká posvátná či smysluplná pravda (nebo lépe řečeno univerzální Pravda), je možné vědět, kdo ji skutečně učí? Tyto otázky a podobné úvahy jsou esenciální pro uvažování o spiritualitě. Pokud by si je lidé nekladly, nebylo by možné o spiritualitě vůbec hovořit.

Náboženské komunity stále provozují formy rituálů převzatých z minulosti, ale v mnoha případech jejich vnitřní smysl je již ztracen jak pro náboženské vůdce, tak pro jejich následovníky. To vytváří prázdnotu, která je někdy zaplněna zmatenými, falešnými představami o sobě i světě. Bylo by potřebné najít alternativy k iniciačním rituálům, ale často dojde pouze k chaotickým pokusům. Zejména pro mladé lidi, potvrzení identity je velmi důležité, ale cesty, kterými jdou, aby tohoto docílily, mohou být často nebezpečné jako například angažovanost v gancích, fotbalové chuligánství, radikální politické ideje či vytvoření osobní patologie. Dalším problémem může být anomie a základní pocit letargie a znuďenosti, který pramení z nedefinovaného pocitu o smyslu života, který někteří mohou kompenzovat ledabylým životem, závislostí na vzrušení a extrémních sportech, cestování nebo závislostí na alkoholu nebo drogách za

16 Liminalita je antropologický termín, který zpopularizoval zejména Victor Turner. Zmiňoval ho zejména ve spojitosti s rituály v tradičních společnostech. Je to kvalita nejednoznačnosti nebo nedozierntace, která vzniká mezi rituály. V této chvíli lidé už nedrží status, který měli před rituálem, ale současně neprošli transformací, která směřuje k nové realitě, kterou prožije až po rituálu. (St John, 2008).

účelem překlenutí vnitřní prázdnoty (Preece, 2010).

I v méně bouřlivých fázích života má člověk tendence najít způsoby k vnitřnímu růstu a lepšímu pochopení světa. Zkušenost každé etapy je pro každého člověka unikátní a mělo by s ní být nakládáno jako s takovou. Nicméně volání po růstu a vývoji do nové fáze života, jeho nových významů a zvýšené zodpovědnosti je často zstrašující. Výsledkem pro některé může být, že se začnou věnovat nezodpovědným zvykům, nebo mohou stagnovat v dříve smysluplné roli, kterou už měli nechat za sebou. Toto je moment, kdy vzniká patologie. Pokud jedinec pokračuje v (už) nežádoucí životní aktivitě po příliš dlouhou dobu, psýché¹⁷ často přijde s podnětem zevnitř: možná psychotická epizoda posune člověka ze samolibé spokojenosti do beznaděje, nebo spíše častěji, neurotické nutkání a neuspokojenost začíná být stále v životě daného člověka silnější. Toto je symptom širší sociální patologie, která se manifestuje v jedinci. Absence spolehlivého vedení a jasnost v rámci ustavené sociální struktury, nedostatek zdánlivě dostupných alternativ, potřeba vnitřní odpovědi, která se často zdá nedostupná (Preece, 2010).

4. 10. 3 Potřebuje člověk spiritualitu?

Podle Jana Bendy (2007), selhání v uznání spirituální dimenze lidského života vede k frustraci spolu s nevyhnutelnou konfrontací s potřebou překonání limitované dimenze ega. Rozkol mezi standardy chování v lidské společnosti a její spirituální tradicí vedlo k vytvoření zásadního vakuu, které se stalo zdrojem pocitů vykořeněnosti a bezmocnosti. A z tohoto vyvstaly disciplíny humanistické a transpersonální psychologie, které později přispěly k rehabilitaci introspekce jako metody, která pomáhá k vytváření smyslu lidské zkušenosti.

Proto je možné uvažovat, že nedostatek vhodných smysluplných institucí a diskursů v postmoderní společnosti přineslo stav bezúčelnosti lidského života, problému neznámého pro většinu jiných společností, pro jehož nápravu je třeba najít nový přístup léčby. Humanističtí psychologové propagují introspekci stejně, jako psychoanalytici propagují analýzy snů nebo afirmaci sexuality a jako Carlos Castaneda (1974) propagoval spirituální cvičení a stoický styl života jeho Nagualského

¹⁷ Psýché je slovo pocházející z řečtiny a znamená duše, duch, duševno, psychika, mysl, vnitřní svět (Linhart, 2007).

šamanistického učitele, kdy se všichni snaží přinést nějakou část lidskosti, které se postmoderní společnost dle jeho názoru dostatečně nevěnovala.

Carlos Castaneda je jedním z antropologů, o kterých hovoří Fiona Bowie (2008, s. 14), kteří sešli z cesty západních očekávání a vybral si “domorodou cestu”. V jeho knize *Teachings of Don Juan* z roku 1974 a mnoha dalších načrtl systém spirituálního výcviku a popsal moudrost, kterou se díky přírodním technikám naučil přímo od šamana v Mexiku. Přestože validita jeho práce je antropology považována za vysoce diskutabilní, podařilo se mu poměrně výrazně překročit socio-vědeckou metodologickou tradici. Zájem, který vyprovokoval mezi veřejností po vnitřním významu šamanské tradice je nezanedbatelný. Jeho práce se stala klasikou v moderní spiritualitě a přilila mnoho oleje do moderního oživení šamanismus a objevu “neošamanismu”. Toto pozdní hnutí samozřejmě neoperuje ve stejné sociální hierarchii jako tradiční společnosti, ale je odrazem moderní doby a jako takové. Dává více důraz na sebe-zdokonalování, přičemž se odkazuje k tradiční moudrosti, ke které má přístup každý.

Ve světle neošamanismu, z pohledu moderního spirituálního přístupu, má každý člověk kapacitu se stát šamanem. Popularita neošamanistických představ koreluje s dalšími moderními spirituálními idejemi. Zejména na západě, kde je důkazem, že mnoho lidí usiluje o pocit smyslu a hlubšího významu, který někteří nenalezli v post-religiózním kultu konzumerismu, sportovním vyžití a senzacechtivosti spojené s celebritami a médii a podobně (Preece, 2010).

Znovu-nalezení takto intimního přístupu k spiritualitě by ale mělo přinášet i velkou zodpovědnost opravdu reflektovat skutečnost a nesnažit se maskovat své psychologické nedostatky mystickou krásou spojení s duchovním rozměrem života.

4. 10. 4 Individuální mentální patologie

Pro zkoumání spirituální patologie na individuální úrovni je třeba prvně krátce zmínit přínos psychologie a psychiatrie k porozumění jak religiózního, tak spirituálního fenoménu pro mentální patologii.

Zakládající otcové psychiatrie a psychologie často interpretovali zkušenosti známých mystiků a spirituálních vůdců pouze jen jako symptomy psychóz, hysterie,

epilepsie nebo jiných druhů psychopatologických zhroucení. Výsledkem bylo, že to, že takovéto zkušenosti také mohou být existenciálně významné nebo osobnostně posilující nebo osvobozující, byly obecně ignorovány. Ranou výjimkou byli například William James a C. G. Jung (James, 1987; Jung, 2001).

James (1987) naznačuje psychopatický původ náboženského fenoménu, ale nepovažuje jej za nijak škodlivý a naopak poukazuje, že ve svém důsledku jsou výsledky těchto psychopatických zkušeností hodnoceny jako nejcennější lidské zkušenosti. Nikdo neví absolutní pravdu a pouze velmi málo lidí není nějakým způsobem churavých nebo přímo duševně nemocných a často právě neduhy nečekaně pomohou. Oceňuje, že v případě někdy až šílenství je možné izolovat běžné části našeho myšlení a soustředit se pouze na jednu část, které potom můžeme lépe porozumět zdravé části myšlení. Současně je pro něj zásadní hodnotit jakékoliv chování, které by se dalo hodnotit jako šílené podle dopadu na jedince a společnost poté, co se stanou. Někdy totiž, zvláště v případě mystiků, dochází naopak k lepšímu pochopení a hlubšímu prožívání světa na základě nějaké okrajové psychické zkušenosti.

Jung měl zásadně odlišnou ideu, než jeho učitel Freud. Freud věřil, že není žádné ryzí náboženské přesvědčení, protože všechna náboženství viděl jako formu mentální nemoci. Viděl víru v Boha jako masový klam, infantilní návrat k potřebě po rodičovské ochraně. Jung věřil v druhý extrém, že šílenství je náboženství, které sobě samo ještě neporozumělo (Stevens, 2001).

Klíčem k Jungovým myšlenkám je koncept individuace, která informuje o jeho pochopení lidského vývoje, mentálního zdraví (a patologie) a role náboženství. Individuace byla Jungovým názvem pro celoživotní proces růstu směrem k rozvoji více vyrovnané a sebe-vědomé individuality, která pokračuje dlouho poté, co fyzický vývoj jedince je u konce. Objektem tohoto růstu je stav, ve kterém veškeré nevědomé aspekty osobnosti a velké množství archetypálních tendencí a pocitů existují v kolektivním nevědomí humanity jako celku, byly plně integrovány nebo *individuovány* do vědomého *bytošného Já* (Jung, 1973) Toto není ústup k solipsismu¹⁸, ale spíše rozšiřování *bytošného Já* k moudřejšímu a vnímavějšímu způsobu bytí ve světě, a podle něj

18 Solipsismus je ve filosofii krajní subjektivismus, filosofický názor pokládající vlastní já za jedinou realitu a okolní svět za pouhý počitek (Linhart, 2007).

individuace neuzavírá člověka před světem, ale stahuje svět do sebe. Bez ohledu na to, zda někdo někdy dosáhne tohoto stavu, Jung (Stevens, 2001) viděl všechny mentální životy jako pohybující se, vědomě i nevědomě tímto směrem. Z habituálních reakcí, kompulsivních myšlenek, snů nebo dokonce propuknutí neurózy či psychózy – všechno chápal jako zprávy z hlubších částí psýché, které člověka vyzývají ke konfrontaci jeho konfliktů a slepých míst a ke kultivaci hlubšího a jasnějšího smyslu vlastního *bytošného Já* (individuálnosti, osobitosti). Proto mentální patologie je, podle Jungova názoru, pozitivní síla, která podporuje růst i když v rámci těžkosti a nerovnováhy v životě jedince. Což je podobný názor, jaký zastával James. Důležité ale je připomenout, že je nezbytné, aby člověk přijal mentální patologii jako pozitivní výzvu a nepoddal se jí, což by pouze člověka pouze od *bytošného Já* oddálilo.

4. 10. 5 Spirituální patologie

V knize *The Wisdom of Imperfection* staví Rob Preece (2010) na práci jak Freuda, tak zejména Junga. Je si dobře vědom procesu individuace - ze stavu nezralosti a rozpolcenosti do více zralé, vědomé celistvosti. V tomto procesu se dívá na roli patologie jako znamení nedostatečné individuace. Zaměřuje se ve své knize na to, jak snahy zahrnout spirituální učení a ideje do praxe jakožto vědomou odpověď modernímu stylu života. Varuje, že tato praxe je často zmařena slepými neurotickými zvyky, které vyvstaly jako nevědomá odpověď na ni. Mluví o tom, jak jako člen buddhistických komunit viděl, jak snadno některé komunity narušují a zaměňují základní smysl praxe a nesprávně vykládají základní principy doktríny. To má poté dopad na následovatele a může způsobovat velké vnitřní zmatení.

Badatel si rovněž uvědomil, jak jednoduše můžeme pozlátko spirituální praxe a spirituální korektnost mít přednost před hluboce nevyřešenými osobními problémy. Lidé si pak pro sebe vytváří formu spirituální patologie (Preece, 2010). Proto to, co by teoreticky mělo být smysluplná snaha o sebe-zlepšování a skromné zlepšení společnosti, se stává narušeným dvojnou vazbou¹⁹, zapírání, ignorancí a falešným přikládáním

¹⁹ Dvojná vazba (v originále *double bind*) je psychologický pojem, označující způsob komunikace, při níž jedinec dostává od komunikující osoby dvě neslučitelné informace současně. Může jít o rozpor mezi verbální a neverbální složkou projevu, případně v širším pojetí i o logický protiklad (Preece, 2010).

významu tam, kde člověk ještě nezískal zdaleka plné pochopení toho, co je pravdivé. Moderní spirituální hledači mohou tak často maskovat své emocionální problémy ve vznešeném spirituálním jazyce a pohledu na svět za účelem nevzetí zodpovědnosti za sebe sama a své emocionální a mentální problémy.

Příklad spirituální patologie v praxi je používání univerzálních spirituálních konceptů, které mohou poskytnout dostatečně smysluplnou interpretaci životním těžkostem tak, aby se lidé mohli vyhnout vlastní zodpovědnosti za tyto těžkosti. Tato neuróza, která je podle Preece (2010) základem většiny toho, co prochází religiozitou a spiritualitou mezi většinovou společností je možná největším důvodem pro jejich excentrický a iracionální zjev.

„Freud řekl, že neuróza je druhem osobního náboženství. Stejně tak můžeme říci, že kolektivní a individuální forma našeho náboženského přesvědčení potvrzuje naše neurózy. Nikde není tato tendence více evidentní, než v religiózních dogmatech a fundamentalismu” (Preece, 2010, s. 45).

Dobrý příklad zásahu neurotických tendencí do spirituality je v *západní supermarketové spiritualitě* a tendenci zkusit trochu od všeho, což u spirituálních praxí a přesvědčení vede slovy Roba Preece (2010) k tzv. *spirituální polévce* zmatených nebo nesouvisejících idejí. Původ této tendence se zdá být v touze po rychlém a jednoduchém řešení složitých rozhodnutí a výzev, kterým jedinec běžně v životě čelí. Mohou být pozorovány i v životě lidí, kterým spirituální ideje nejsou blízké. Jedná se o snahu hledat mnoho zdrojů uspokojení s malým pocitem solidního závazku k čemukoliv, a tím pádem nedostatek identity a zodpovědnosti k něčemu skutečně “vyvolenému”, na čem člověku upřímně záleží.

Spirituální polévku lze chápat jako jakousi formu náboženského synkretismu. Tato teorie se jeví jako vhodná a zajímavá pro uchopení diverzity náboženských praktik a pro prohloubení jejich porozumění a rozvinutí vnímavější odpovědi na jejich existenci. Je možné, že mezi-kulturní nebo pluralistické perspektivy nejsou nutně destruktivní. V rámci tolika rozmanitých tradic, ke kterým má moderní člověk přístup, je smysluplné se zajímat o různé ideje a současně ocenit ty alternativní, třeba i přijmout některé z nich do světónázoru, aby bylo možné plně pochopit současný stav věcí ve světě. Nebezpečím synkretismu je to, že může sloužit pro omlouvání nedostatku osobní

celistvosti a závazku (Preece, 2010).

Okcidentální společnost je cíleně individualistická. Soutěživost a každodenní tlak znamená hodně příležitostí i problémů. Lidé mohou cestovat, poznávat, mají příležitosti zakusit mnoho věcí, ale s tím také přichází pocit nejistoty, odcizení a nedostatečnosti. Toto vše může vést ke spirituální patologii. Někteří dojdou postupně k sebe-uvědomění, ale v procesu hledání čelí často egoismus a někdy až sebe-sžírající patologii, kterou je těžké odbourat. Pokud nejsou západní spirituální hledači dostatečně bdělí, je možné, že upadnou pouze do hlubokého ponořování do vlastního ega pod záminkou spirituality a neřeší už nic jiného, než sebe. Je třeba znevažovat autority, jak k tomu vyzýval už například Buddha a zkoumat validitu učení, ustavení faktů a jistot skrze pochybování, které je pro člověka přirozené. Přílišné znevažování je ovšem také problematické. Je v důsledku obtížné ustavit plně integrovaný osobní myšlenkový systém hodnot a víry a skutečně ho integrovat do osobní filosofie a internalizovat. (Preece, 2010)

To je důvodem, proč eklektické²⁰ spirituální filosofie jako takové, které můžeme najít v New Age, které syntetizují protichůdné a různorodé víry, jsou stále populárnější. Preece (2010) se přiklání k názoru, že neuspokojivé životní vzory stimulují touhu po spiritualitě jako první. Díky uvědomění si nedostatečnosti našich životů a neuspokojivosti nebo nesmyslnosti toho, co prožíváme, někteří lidé zažívají jako určité “probuzení”. Je to touha po změně, po větším smyslu, po pohybu či cestě nějakého typu ve chvíli, kdy už nemůžeme popřít pocit nedostatečnosti v naší každodenní realitě. Tento impuls ale nemusí vést jen ke spiritualitě, ale třeba jen ke změně v každodenním životě, která přinese lepší osobní pocit naplnění a štěstí. V Jungiánských termínech bychom mohli říci, že dochází k procesu individuace. Jung (1968) píše v knize *Man and His Symbols* o cestě samotné jako centrálním procesu individuace. Proto lze interpretovat tuto vynořující se nespokojenost jako výzvu k něčemu vyššímu, jako začátek procesu, který vede k většímu pochopení a dospělosti. Individuace znamená pro Junga stát se jednotnou, homogenní osobností, a tím, že individualita zahrnuje nejniternější, jednoznačně nesrovnatelnou jedinečnost, tak to také znamená stát se

20 Eklekticismus je způsob tvorby, vědecké nebo umělecké práce nahrazující nedostatek vlastní invence čerpáním y cizích vzorů, děl nebo starších období (Linhart, 2007).

skutečně „*sám sebou*“. Tím pádem se dá říci, že individuace je přechod k *sobě-sama* či *sebe-realizaci*. Ale toto sebeuvědomění není sobecké, ale spíše pravým opakem sobeckosti. Problémem je, že někdy lidé tyto dvě věci zaměňují, pokud budeme *ego* zaměňovat ze *bytošné Já*, individuace pak není nic jiného, než sebestřednost a narcisismus. Není neobvyklé, že pod záminkou nějakého vyššího ideálu lidé následují své sobecké tužby (Preece, 2010).

Nyní si lze položit otázku, zda existuje nějaké východisko. Česká filosofka Jolana Poláková (2010), ve svém článku *Relativita transcendence* přemýšlí o vztahu mezi patologií společnosti a jednotlivce. Vychází z konceptů psychologa Stanislava Grofa, které vyplývají z akumulované klinické a experimentální evidence transcendentálních a transpersonálních stavů mysli, které jsou někdy doprovázeny tím, co se často nazývá jako patologie. Poláková klasifikuje zkušenost spirituální krize na tři typy:

- 1) spontánní krize zakoušená tím, kdo byl předtím psychologicky integrován a zdrav,
- 2) jako zkušenost vyvolaná nějakou artificiálním psychologickým rozrušením, jako mentálním, spirituálním nebo tělesným cvičením (např. Stanislav Grof a jeho „holotropní dýchání“) či požitím psychedelických drog nebo,
- 3) spontánní krize člověka, který žije ve stavu psychologické disharmonie a fragmentace, zejména spojené s mentální poruchou.

Každý tento stav spirituální krize zdánlivě vládne stejně překvapivou fenomenologickou kvalitou, která vede k transpersonálnímu stavu sebe sama mimo obyčejné prožívání a přináší silné pocity svobody a transcendence. Následně toto vede k zcela úplné transformaci a novému pocitu identity a obnovenému pocitu smyslu života. Tento výsledek ale nemusí být u všech lidí. Pokud někdo skutečně má psychologickou poruchu jako například schizofrenie, tak mu krize nepřináší transformaci, ale spíše ho utvrzuje v jeho zmatení, nepochopení a ztracenosti v sobě samém i ve světě (Benda, 2007).

Pro Polákovou (2010) hledající transcendenci nejde pouze o překonání limitací bytošného Já, ale také kolektivně sdílených kulturních stereotypů a sociálně konstruovaných předpokladů. Jedinci se staví proti potřebě kompenzovat negativní

aspekty moderní Západní společnosti: syrové přetechnizovanosti, agresivnímu racionalismu a spirituální suchosti, spojené s široce rozšířenou úzkostí a strachy, plus letargií a frustrací, která přichází ze společnosti pokleslé rutinou a banalitou.

Poláková identifikuje tyto moderní problémy také v rámci transcendence moderních spirituálních hnutí. Referuje k modernímu esotericismu a dalším formám toho, co můžeme klasifikovat jako New Age a kritizuje je pro nedostatek vnitřní spirituální autenticity a toho, že jsou ve velké míře pouze manifestací moderního konzumního individualismu. Jako pozitivum vidí, že takováto hnutí dávají prostor pro nezávislé myšlenky a volby, což tradiční náboženství dle jejího názoru neumožňují. Lidská bytost tak konečně může “vědět”, a nejen “věřit”, což by mohlo být moto New Age hledačů. Nicméně podle Polákové posvátné vnitřní tradice, dříve pod rouškou tajemství, byly pro změnu prezentovány od sedmdesátých let spíše jako konzumní zboží. Astrologie, meditace, kabala, léčitelství, učení o reinkarnaci, černá a bílá magie – eklekticismus je pro mnohé tak prvním kontaktem s ne-evropským spirituálním učením. Zdají se být úhledně připraveny, jeden vedle druhého, pro potenciální kupující, jak shrnuje Poláková.

To připomíná teze Roba Preece (2010) a jeho termínu *spirituální polévka* a *supermarketová mentalita*. Je relativní, zda takovýto přístup ke spiritualitě je znakem netrpělivosti nebo neschopnosti oddat se jedné tradici a být s ní spokojen. Ať už je pravdou cokoliv, spirituální obsah tohoto přístupu většinou nabízí pouze o trochu víc, než izolované fragmenty vytržené ze svého původního kulturního kontextu. V praxi, lidé často končí s vírou pouze v to, čemu chtějí věřit, nezodpovídají se nikomu a ničemu a tím pádem si plně udržují své vlastní deziluze a špatné zvyky a konstruují povrchní “spirituální” významy sami pro sebe. Tento přístup se poté pak nutně promítne v jejich egoismu a dopadu na jejich každodennost, kdy nejsou schopni navázat plnohodnotné a smysluplné vztahy a usilovat o objektivně pozitivní změny ve svém životu a společnosti, protože jsou konzumováni pouze svou vlastní spirituální patologií, kde primární roli hraje utěšování sebe sama před příliš obtížnou a náročnou realitou, která by je jinak nutila reflektovat i to špatné a zlepšovat se. Tento proces je náročný a je to, jak už zmiňoval Jung (1973), celoživotní proces. Pokud lidé přijmou tento proces jako obtížný, ale smysluplný a obohacující a nejen plný utrpení, mohou žít smysluplný život

jak pro sebe, tak pro celou společnost. Preece (2010) je optimistický a věří, že pokud člověk projde terapeutickým procesem, může přijmout osobní spirituální patologii a postavit se jí tak, aby mohl dosáhnout autentické spirituální svobody.

Lze předpokládat, že současné synkretické tendence moderní spirituality mohou být přetransformovány do konstruktivního mezi-náboženského dialogu, prohlubující mezi-kulturní pochopení, vychovávající jednotu ve společnosti. Současně práce Castanedy (1974) a dalších autorů dokazuje, že pro moderního člověka není nemožné mít kontakt s autentickou spirituální tradicí a při překonání vlastních patologií vstoupit na cestu skutečných řešení pro svět.

5. Praktická část – analýza a interpretace narativních rozhovorů

V této části budou postupně analyzovány a interpretovány narativní rozhovory získané od sedmi informátorů. Všechny rozhovory byly rozděleny do několika kategorií, které se váží k výzkumné otázce. Každý z dotazovaných kladl důraz na jinou část své zkušenosti. To bylo možné odhalit díky využití narativního interview. V závěru každého takto prezentovaného příběhu se nachází shrnutí.

5.1. Příběh Geralda

5.1.1 Cesta ke spiritualitě

Gerald měl poklidné dětství. Býval doma často sám, což mu ovšem vyhovovalo. Mohl sportovat, chodil do kroužků, žil na vesnici. Jediné problematické bylo období adolescence, jelikož intelektuálně vynikal a měl proto pocit, že si dostatečně nevážil svých rodičů. Dnes je vztah s rodiči mnohem vyrovnanější, neboť si uvědomil, že nebyl nikdo rodiči do ničeho nucen a zpětně oceňuje volnost, kterou měl. Rodiče mu pouze ukazovali hranice v situacích, když to bylo potřeba. Sám Gerald se domnívá, že většina psychických problémů pramení z dětství, tedy v případech, když rodiče nežijí harmonický vztah. Současně ovšem také věří, že události, které se jedinci mohou přihodit, jsou projevem karmy. *„Když se narodíš do rodiny, kde není harmonie a jen obtíže, tak tím dostáváš možnost se něco do života naučit, co sis vlastně sám vybral a měl bys být schopen to překonat, protože sis to sám vybral“*. Už od začátku interview Gerald prokládal velmi mnoho svých myšlenek hlubšími úvahami o spirituálním vnímáním reality.

Gerald byl vychovávaný jako křesťan. Žil na Jižní Moravě, v jedné z nekatoličtějších vesnic v okolí, které se dokonce říká „český Vatikán“. Přestože se doma o víře nehovořilo, do kostela chodil pravidelně a dodržoval všechny náboženské obřady. Domnívá se, že výchova ve víře je jedna z nejlepších cest, jak přejít ke spiritualitě – tu chápe jako „hledání pravdy“.

Od dětství se zajímal o abstraktní životní otázky, jako proč jsme se tu narodili,

kam směřujeme apod. Brzy k otázkám po původu přibyly otázky o sociální nerovnosti. Už v pěti letech objevil velké životní téma – smrt. Zemřel mu dědeček a dodnes v paměti nosí vzpomínku, jak stál sám u jeho rakve a při pohledu na něj viděl, že to už není on. To byl jeden z jeho nejsilnějších životních zážitků. V první třídě základní školy se setkal s fenoménem vyvolávání duchů a strašidelnými historkami. I přes strach, ho toto téma lákalo, ale žádnou vlastní zkušenost s duchy neměl. Spíše mu to otevřelo prostor pro přemýšlení o duchu, duši, posmrtném životě atp.

Domnívá se, že každý člověk se ptá na základní otázky jako například - odkud se vzal, co tu dělá, proč se tu narodil, kam směřuje, jak je možné, že lidé jsou tak rozporuplní a hlavně, jak to vše spolu souvisí. Už od mládí měl vnitřní touhu po hledání vyššího principu. Také otázka hledání štěstí, které se podle něj nutně projevuje ve vztazích, v materiálním světě a je přítomna v průběhu celého života.

Během adolescence měl touhu po jiné realitě, té, která člověka přesahuje a začal se tím podrobně zabývat. Konfrontoval křesťanskou víru s otázkou duchů. Církev mu však nedokázala podat adekvátní vysvětlení. Hledal společného jmenovatele. V patnácti letech si myslel, že pro poznání druhé reality můžeme použít nějaký prostředek jako drogy. V tuto dobu pravidelně kouřil marihuanu, ale ne za účelem odhalení jiné reality, ale spíše pouze za účelem zábavy. Přesto někdy cítil „zajímavé věci“. Po určité době si uvědomil, že jisté pochopení už získal a drogy mu nemají co nabídnout. V té době četl velké množství knih o spiritualitě. Vyhledával ty, kteří byli ochotní s ním o tomto tématu diskutovat. Uvědomil si, že většinou lidé mají tendenci se nepříjemným životním tématům vyhýbat a že jeho fascinace smrtí a posmrtným životem a dalšími tématy je pro někoho nepříjemné konverzační téma.

Na základě své křesťanské výchovy přijal určité atributy Boha. Bůh je dle jeho názoru dokonale spravedlivý, to pro něj znamená, že není možné, aby existovala nespravedlnost, kterou ovšem v životě pozoroval. Pátral po vysvětlení, to našel v konceptu reinkarnace. Gerald vypověděl: „*Bůh je spravedlivý. Bůh musí být tak strašně spravedlivý. A v tom je ta jeho velikost. Kněží mi nedokázali odpovědět na sociální nerovnost, proč má každý jiné predispozice. Já věděl, že odpověď existuje.*“

Byl stále římsko-katolík, ale věřil v reinkarnaci a ta byla pro něj základní axiom, na kterém stavěl v průběhu let další poznání. Četl rovněž texty, které se tímto tématem

zaobíraly a čím dál více si uvědomoval limity náboženství a témata, na které dle něj nemá dostatečné odpovědi. *„Je to tak zkostnatělá instituce (katolictví), která by měla jít dopředu, ale nešla.“*

Už v období adolescence se věnoval zejména „hledání pravdy“. Vypověděl: *„Měl jsem v sobě tíhu a touhu najít pravdu, i kdyby mě to mělo zničit. Uvědomil jsem si, že všichni hrozně lžou, že pravda je hrozně subjektivní v naší společnosti a začal jsem hledat pravdu objektivní. Pro mě je vlastně spiritualita hledání objektivní pravdy ve světě a tím pádem v každodennosti.“* Byl si vědom, kam touží směřovat, ale nevěděl ještě jaké prostředky použít. Proto vyzkoušel různé duchovní směry jako kurzy meditace a vizualizace apod. Ovšem nikdy nebyl schopen se s nimi plně ztotožnit. V kruhu svých přátel se seznamuje s filosoficko-spirituálním směrem, který uznává do dnes: *„Kamarád mi říkal, že našel vědění, které je novodobé a dává zajímavé odpovědi na otázky, které hledám a doporučil mi si přečíst knihu *Ve světle pravdy - Poselství Grálu*“* Tato kniha mu nakonec poskytovala odpovědi na každou z jeho otázek.

Spiritualita pro něj dnes znamená něco nekodifikovaného, prolínání osobních zkušeností ve věcech, které člověka přesahují, nejsou explicitně vyjádřené. Často také v průběhu rozhovoru využíval místo explicitního vyjadřování příběhy a přirovnání, jelikož dle něj není jednoduché o spiritualitě hovořit v konkrétních termínech.

Spiritualitou je fascinován a v některých momentech ji přímo pociťuje. Tyto momenty popisuje následovně: *„Je to nějaký tvůj konkrétní zážitek a víš, že to je to, o čem všechna náboženství mluví a jsi nějakou část schopna osobně prožít. A víš, že je tu něco, co tě přesahuje, přesahuje tenhle svět a je to dobré se to snažit pochopit. Je to dobré, protože to vede ke štěstí, že je to zdroj, že tě to nabíjí, dává ti energii, že tě to dokáže povzbudit, posílit, že svět a tohle má pravidla, že to má smysl a že pokud se je naučíš a chápeš je, tak to vede to ke štěstí.“*

5. 1. 2 Každodennost a spiritualita

Během rozhovoru se jako jedna z narativních priorit ukazovala otázka pravidel. Informátor velmi často hovořil o tom, že na světě jsou nastavené pravidla, kterými by se lidé měli řídit. Neštěstí pak vzniká nedodržováním těchto pravidel za důvodu jejich neznalosti. *„Jejich dodržování (pravidel) přináší štěstí, protože žiješ ve vůli Stvořitele.“*

„Primární je pochopení zákonů, které vedou k radostnému tvoření, což je to štěstí a žití a sebezdokonalování, jde ruku v ruce se zdokonalováním těch zákonů - čím víc je praktikuji, tím lépe to jde.“ Gerald rovněž věří, že jedinec si takovéto hodnoty a kvality, které si za života vytvoří, přenáší do životů dalších, což v něm vyvolává velkou zodpovědnost za to, jak se ve svém životě chová k sobě i ostatním.

Jeho životní náplní je láska, spokojený a harmonický život, čehož dosahuje dodržováním pravidel, kterými, *„naplňuje boží dokonalost a lásku.“* Snaží se nesoudit žádného člověka a věří, že lidé jsou na různých duchovních úrovních a pokud nesdílí jeho hodnoty, tak *„...na to buď on přijde, že on to dělá špatně, nebo já přijdu na to, že hodnoty jsou jinak. Ale nemůžeš nikoho soudit. Člověk má svobodnou vůli a to znamená, že nemůžeš někoho soudit, že si dělá, co chce. Ale i když se tak rozhodne, tak to neznamena, že to není špatné.“*

Pravidla, o kterých vypravěč tak často hovoří, nejsou desatero, které je dle něj nedostatečné, jelikož životní zákony jsou dle něj širší a nelze je obsáhnout slovy. Poté, co v rámci své spirituality objevil pravidla, se kterými vnitřně rezonuje, rozhodl se, že je bude dodržovat a projevují se tak v jeho každodenním rozhodování. Mnohdy je to ovšem obtížné. Jako je tomu v případě zákona „zvratného působení“ (karma). To pro něj znamená, že každý špatný skutek se mu ještě v tomto životě vrátí. Proto zvažuje i zdánlivě malou lež a hodně nad těmito věcmi v každodenním životě přemýšlí. Vyrovnání se s negativními zkušenostmi tak probíhá v intencích vlastní odpovědnosti za daný problém, kterému byl vystaven.

Věřící, že pokud se člověk nenalézá pochopení principů a nenásleduje správné jednání, bude okolnostmi k tomuto přinucen a někdy i bolestnou cestou. Pokud je si člověk vědomý spirituální cesty a dělá to nejlepší, co dokáže, tak věří, že cesta je spíše než utrpením výzvou. *„Takhle, když to napíšeš, tak je to plytké, před patnácti, deseti, pěti, třemi lety jsem měl jiný názor; ve spiritualitě je vývoj, posuzuješ věci jinak. Z liberála jsem se stal konzervativcem... Někdo tomu říká životní zkušenost, já tomu říká spirituální zkušenost. Někdo se učí na základě fyzických zkušeností, já na základě spirituálních, na základě uvědomění. Dokážu si uvědomit co je správné.“* Není pro něj důležitá náboženství, ale duchovní pravidla a zdůrazňuje, že každý je má internalizovat pouze na základě vlastní zkušenosti. Tím pádem, pokud si dobrovolně zvolí, že je chce

respektovat, tak dosáhne vnitřní vyrovnanosti. „*Pocit štěstí, že za vše, co se mi děje si můžu sám a že si sám můžu vytvořit šťastný život sám, že mám svobodu bud' všechno zničit nebo pozvednout. Pocit jistoty, že neexistuje nespravedlnost, že se nic neděje náhodou, že se necítím hozen někam a že nic nevím, ale že o této realitě něco vím, že se zbavuji strachu z neznámého - dává mi to radosti a štěstí. Čím víc toho vím, tím víc žiji podle pravidel, tím jsem šťastnější.*“ Od doby, kdy se vědomě věnuje spirituálnímu životu už nebývá například ani nemocný.

Dalším důležitým zákonem je už zmiňovaná reinkarnace a s ní i jeho přesvědčení, že neexistuje náhoda. Věří, že zlomové okamžiky v životě mají člověka posunout a že si je svým způsobem vždy zapříčinil sám. To mu pomáhá ve vyrovnávání s obtížnými životními situacemi a přináší do každodennosti větší klid a smířenost s nastalou situací.

Dalším zákonem, kterým Gerald řídí svůj život, je: „*abys mohl něco dostat, tak musíš nejdřív něco dát*“. Věří, že když člověk poslouchá druhé lidi a dává jim svůj čas, tak na oplátku dostává něco, co pomůže jemu a pokud tomuto člověk věří, tak návratnost má být rychlá, protože „*...dáváš tomu víc energie, je to silnější. Snažil jsem se naslouchat druhým lidem a dát jim něco ze sebe a to mi změnilo život.*“ Možná i díky tomuto přístupu je Gerald ve společnosti oblíbený.

Spiritualita určuje každé rozhodnutí, které Gerald v životě udělá. Filtruje je přes soubor hodnot, ke kterým postupně došel vlastní zkušeností a považuje je za správné. Spiritualita se projevuje dokonce i při výběru práce, která nesmí být v rozporu s jeho duchovně-spirituálními hodnotami. Momentálně dokončuje vysokou školu, tudíž práci zatím nehledá. Snaha korespondovat s těmito zákony je pro něj někdy obtížná, ale současně radostná, jelikož mu dává smysl života.

Jediné ustálené duchovní praxi, které se pravidelně věnuje, je žehnání jídla. V soukromí tak činí fyzicky (děkuje za jídlo Stvořiteli), na veřejnosti tak činí pouze v duchu. Důvodem není stud, nicméně nechce, aby se lidé v jeho přítomnosti cítili nepříjemně. Praktikuje každodenní modlitbu, (zejména modlitbu za dar života) před usnutím. Věnuje se také četbě duchovních textů. Má snahu sdílet své životní přesvědčení s ostatními lidmi. Využívá zejména sociálních sítí. Na Facebooku založil skupinu „Spolek duchaplné konverzace“, do které zve své přátele, kteří mají zájem o

spiritualitu. Gerald by rád přinesl i mezináboženský dialog v rámci „Spolku duchaplné konverzace - live“. Účelem je sdílet zajímavé názory na různá témata spojená s duchovnem. A to i na úrovni každodennosti, takže například jsou diskutována témata spojená s duševním i fyzickým zdravím, současnou situací a náboženstvím ve světě, moderních vědeckých objevech atd. Ve své domácnosti třídí veškerý odpad, který vyprodukuje a využívají i domácí vermikompost (žížaly rozkládají rostlinné zbytky na organické hnojivo). S přítelkyní nevaří maso (jedí ho pouze na návštěvách, ale sami by si ho nekoupili), jejich jídelníček je velmi zdravý a sestává primárně z luštěnin, rýže a zeleniny. Působí to, že žijí zdravým způsobem života velmi přirozeně. Zajímají se o environmentální otázky a snaží se zbytečně neplýtvat. Jeho přítelkyně například pracuje na neziskových projektech spojených se second-hand oblečením.

V České republice se cítí dobře a má ve svém okolí pouze „dobré lidi“. K tomu se vztahuje další zákon, který uznává „zákon stejnorodosti“. Podle něj se člověk stýká jen s těmi, kteří jsou stejní jako on v nějaké oblasti „*Většinou v té negativní, ale pokud jde o člověka, který na sobě pracuje, tak potom i v těch pozitivních vlastnostech.*“

Na otázku, zda je se sebou spokojený odpovídá „*Jsem nespokojený sám se sebou jen proto, že nedělám všechno na sto procent, viním za to jen sám sebe, ale jsem šťastný jenom tím, že si to dokážu uvědomit.*“

5. 1. 3 Vztah k druhým a společnosti

Ve vztahu k druhým mu štěstí, které zažívá díky duchovnu, umožňuje žít plnohodnotně a bezproblémově. Vychází s každým člověkem. Zda s někým naváže přátelství či nikoliv posuzuje na základě pocitu. Pokud cítí z druhého nesoulad či neutralitu, vyhne se mu. Kdyby měl možnost, rád by lidem dal něco (radu, nějaký čin), co by jim pomohlo pochopit Pravdu. Svět vidí jako školu, kde se lidé učí, jak se „stát člověkem „*...ale třídy se pomíchaly a jsou třídy, kde jsou lidé téměř hotoví a lidé i v první třídě a všech dalších.*“

Přináší mu štěstí, že dokáže žít mezi jinými lidmi, že je dokážu chápat, že dokážu chápat sebe, že chápe tento svět. Věří, že zná mechanismus, na základě kterého svět funguje a že vše je spravedlivé a dokonalé a že „*...je třeba Bohu děkovat za každou sekundu našeho bytí.*“

5. 1. 4 Krize?

Byť se Gerald domnívá, že zdaleka nedospěl k plnému pochopení světa, tak to, co ví a praktikuje ho, naplňuje a dělá šťastným. Nemá deprese ani existenciální krize, chápe smrt jako přirozenou součást života stejně tak jako nemoc, snaží se realitu brát takovou, jaká je. Tuto ideu demonstroval na příkladu počasí „Pro mě už není „špatné“ počasí, protože počasí jen je. „Špatné“, tím si člověk vytváří negativitu pro sebe. Už nikdy nejsem zklamáný z počasí, už mě to emocionálně neovlivňuje, protože přijímám, že to tak je.“ V tomto například vidí aplikaci zákonů v praxi. Snaží se nebrat životní situace, které prožívá negativně, protože věří, že se mu dějí z nějakého smysluplného důvodu. Vždy hledá, proč i špatná situace je pro něj dobrá a co se z ní může naučit a jak ho to posune vpřed.

Nevěnuje se studiu osobních patologií. Věř, že to, čemu člověk dává pozornost, to zesiluje, proto se radši bude zabývat tím, jak „radostně tvořit“. *„Nechci rozpitvávat žádné své psychologické problémy. Pokud bych se třeba bál, že jsem narcista, tak budu rozdávat věci tak dlouho, než se to naučím, nebýt sobecký. Neřeším žádné psychologické problémy. Nepřemýšlím vůbec nad tím. Když myslí člověk pozitivně, tak si přitáhne pozitivní věci. Pokud už jsem měl nějaké problémy, tak jsem se snažil soustředit na jiné věci a pracovat na sobě a tím tu realitu kolem sebe měnit. A postupně se to mění, protože zpětně si člověk uvědomí, že problém, který se zdál jako problém, tak vlastně bylo normální a pak se to zlomí. Když nejdou problémy vyřešit, tak jdeš oklikou.“* Jeví se, že tento přístup do Geraldova života přináší klid a akceptaci reality takové, jaká je.

Na závěr rozhovoru Gerald nabídl poslední zamyšlení, které chtěl do této práce sdělit *„Co je smysl všeho? Lidé mají tvořit dobré hodnoty a hlavně smysl lidského života spočívá v dokonalém sebeuvědomění sebe sama jako lidské bytosti, která má sebe, pochopení všech částí a zákonu a žije podle toho. Tak se dostane až do mystického ráje, který tady je a dosáhne té ambrosie. Ultimátní smysl je v tom, že má člověk tvořit, ale on se musí sebe-zdokonalit k duchovní dokonalosti, aby se dostal do nirvány, ráje, dimenze, kde může žít věčně, zbaví se koloběhů životů, může tvořit, v časovém intervalu, který známe jako nekonečno, ale to neví...“*

5. 1. 5 Vyhodnocení

Informátor Gerald působí jako velmi vyrovnaný člověk a lze se domnívat, že proces psychologické individuace u něj probíhá úspěšně. Má dobré sociální zázemí jak v rodině, tak mezi přáteli a pracovním kolektivem. Názory, které proklamuje, se jeví jako koherentní a logicky zpracované. Pravděpodobně díky dobrému rodinnému zázemí nepřekonává duševní obtíže či jiné nejistoty, a pokud už někdy v životě takové problémy měl, vždy je konstruktivně, bez upadání do beznadějných stavů řešil - převážně studiem a přehodnocováním životních hodnot.

Spiritualita mu poskytuje silné zázemí v životě a víra v boží zákony je pro něj naprosto zásadní opěrný bod, díky kterému nalézá smysl svého života. Často zmiňoval hodnotící soudy jako „dobré“ a „špatné“, což například východní náboženské praktiky příliš neužívají, protože filosofií je často akceptace reality takové, jaké je, bez hodnotících výroků. Tento přístup také využívá, ale primární jsou v jeho životě „pravidla a zákony“. To má pravděpodobně spojitost s jeho životní historií, jež je spojena s křesťanskou církví. Odráží se to např. ve faktu, že vychází pouze z jedné spirituální knihy, která je mu jakýmsi životním manuálem. Je historicky známým faktem, že dnešní Bible neobsahuje kompletní Kristovo učení, pro Geralda je tento fakt dostatečným důvodem, aby ji opustil. Odpovědi na všechny své životní otázky našel v knize Poselství grálu, která mu určitým způsobem je Biblií. Je mu oporou a vodítkem pro život a lze se domnívat, že je pro něj funkčním návodem pro vyrovnaný a spokojený život bez velkých výkyvů a problémů.

Poselství Grálu je dílo německého spisovatele Oskara Ernsta Bernhardta (pseudonym Abd-ru-shin) a je na internetu volně ke stažení. Existuje Hnutí grálu – náboženské společenství kolem této knihy, jehož záměrem je stát se nápomocným při duchovním růstu. Gerald nezmínil, že by se účastnil akcí této volné skupiny, pouze komunikuje s podobně smýšlejícími přáteli a diskutuje do větší hloubky pravdy, které nalézá v této knize. Dle religionisty Zdeňka Vojtíška a teologa Zdeňka Trtíka (2003) a jejich studie *Hnutí grálu: nauka, teorie, společenství*, se Hnutí Grálu dá považovat za náboženství. Vojtíšek a Trtík se věnují kritice v rámci mocenských struktur a fungování společenství a samotné ideje této filosoficko-náboženské tradice. Dopadům na každodennost praktikujících jedinců bohužel nedávají ve svých úvahách prostor. Pouze

se krátce vyjadřují o společenském tlaku, který údajně společenství Grálu vyvíjí a že členi se stávají konformními v oblékání, spisovné mluvě, formální zdvořilosti a snaze být v každém ohledu vzorem pro ostatní, což může působit až nepřírozně (Vojtíšek a Trtík, 2003). Přestože autoři kritizují Poselství Grálu pro jeho náboženské a mocenské tendence, uznávají, že sám Bernharda si nepřál, aby jeho myšlenky byly transformovány do náboženství, protože preferoval samostatnost duchovního života u každého člověka. Vojtíšek a Trtík (2003, s. 23 - 24) také citují samotného Bernharda, který říká *„Co říkám ve svých přednáškách, pravím v přesvědčení ze sebe samého... Ze všech těchto důvodů neustále vybízím, aby se zkoumalo řečené a nebylo dbáno na řečníka! Kdo mne chce potom následovat, je opravdu tím vážně hledajícím, který dovede myslet sám. A jiní lidé, kteří se musí přidržovat osob namísto vyřčeného a nemohou proto zůstat věcnými, jsou pro vážné usilování vpřed bezcennými.“* Z rozhovoru s Geraldem se jeví, že žije skutečně podle Bernhardova doporučení. Nehovořil o problematických tématech spojených s existencí tohoto učení a ani nevyzdvíhal roli autora. Je zaměřen primárně na obsah a to, jak ovlivňuje tato vědomost jeho každodenní žitý svět. Nicméně zmiňovaná konformnost chování je i v Geraldově případě viditelná. Skutečně působí, že se velice snaží být „dobrým člověkem“, podle pravidel, které akceptuje. Má v sobě jistou zdrženlivost projevu a je zjevné, že nepreferuje příliš výbušné či zkratkovité jednání. Jeho projev byl vždy velmi promyšlený a klidný. Nejevilo se ale, že by musel vyvíjet přehnanou snahu takto jednat a zdá se být ve svém verbálním vyjadřování autentický. Celkově je jeho vzhled slušný, obléká se nápaditě a moderně, ale ne zbytečně nápadně, je vidět, že se udržuje ve fyzické kondici. V současné době sází brigádně stromy, což ho velice naplňuje díky možnosti spojení s přírodou a něco „tvořit“, což koresponduje s jeho vnitřními hodnotami.

Tomuto informátorovi bylo věnováno hodně prostoru a byl hodně parafrázován. Důvodem je, že mnoho z jeho názorů a „zákonů“, které zmiňuje je často v určité formě hlavními tématy spirituálních hledačů postmoderní doby. Dopad spirituality na jeho každodennost se jeví v každém ohledu pozitivní. Tento závěr je učiněn na základě jeho úspěšné socializace ve společnosti, funkčním osobním vztahům a deklarované spokojenosti a vyrovnanosti.

6.1. Příběh Davida

6. 1. 1 Cesta ke spiritualitě

David je ze Švýcarska a vydal se do Indie za účelem hledání spirituálního významu svého života. Narodil se v roce 1984 a vyrůstal v malé vesnici v protestantské rodině. Nemá dobré vzpomínky na dětství. Shrnujícím termínem by mohla být „protivnost“. Musel chodit do kostela každou neděli ráno a to ho od jakékoliv víry jako dítě znechucovalo. I samotný fakt, že „musel“, byl pro něj těžce přijatelný, protože byl velmi individualistické dítě. Toužil mít volnost a ne být stále do něčeho rodiči nucen. Má pocit, že z dětství nemá na spiritualitu žádné vzpomínky, pouze na náboženské rituály, které ho nudily a odpuzovaly a přinášely pocit tlaku a donucení. Ke konci rozhovoru si vzpomněl, že jeden kněz v kostele byl zajímavý a mluvil k němu srozumitelně a smysluplně, ale protože byl ještě dítě, tuto zkušenost nebral jako důležitou a nebyla pro něj dost silná, aby došlo k transformaci či utvoření hlubších, vnitřních hodnot. Z pocitu absolutní prázdnoty, vykořeněnosti a nesmyslnosti začal brát v 17 letech drogy a zejména měl problém s alkoholismem. Do 22 let pokračoval v tomto stylu života a jediné, po čem toužil, bylo nevnímat každodennost a jen se pohybovat ve změněném stavu vědomí. Nechtěl se postavit životu, zodpovědnosti, nenalézal v životě žádný smysl. Doslova řekl: *„Byl jsem na cestě se zabít. Žádná jiná možnost pro mě už nebyla.“* Na ničem mu nezáleželo, ničeho se nebál, byl naprosto odevzdaný a bylo mu jedno, co se stane. Říká, že právě díky tomu, že jakékoliv lpění už pro něj nic neznamenal a také že se vzdal všeho a všech, tak mohl přijít transformační moment jeho života. Ve svých 22 letech po požití LSD měl psychotický zážitek, který ho od základu změnil a změnil i celý jeho život. Je si jist, že pokud by tento zážitek neměl, dnes by už nežil (stejně jako mnoho jeho tehdejších přátel, se kterými drogy bral).

Zážitek, který mu dal novou sílu a chuť do života byl tak silný, že už na něj nikdy v životě nezapomene. Hned ten den přestal brát drogy. Měl pocit absolutní jistoty a propojenosti všeho a všech a současně jistotu v tom, že je nesmrtelný. Tím myslí, že nějaká část člověka vždy bude existovat i po smrti fyzického těla. Zvláštností se může jevit to, že přestože překonání smrti těla často vede lidi k víře v reinkarnaci, v jeho případě se tak nestalo. Reinkarnace mu jako koncept přijde příliš jednoduchá. Po tom,

co vyjádřil tuto myšlenku, chvíli přemýšlel a znovu se k ní vrátil. Říkal „*Ono vlastně celé vysvětlení bytí, jak jsem ho vnímal při svém spirituálním zážitku vyvolaném LSD, bylo o tom, že je vše jednoduché, jasné, zřejmé, nekomplikované.*“ Sám se nad tímto paradoxem pozastavil.

V průběhu samotného zážitku měl ve svých představách duchovního průvodce, se kterým vedl dialog a ten mu vše vysvětloval. Protože ho jeho mystický zážitek fascinoval a toužil po tom znovu něco podobného prožít, současně ho děsilo, jak neznámý rozměr života mu nabídl k internalizaci. „*Nevěděl jsem, co mám dělat, jak mám teď žít, co mám cítit, jak si to celé vysvětlit.*“ Začal navštěvovat různé terapie a skupiny, kde se o podobných věcech hovoří. Na jedné terapii mu učitel navrhl, že tento průvodce mohl být anděl, který provází životem každou lidskou bytost. Po intenzitě a neuvěřitelnosti svého zážitku už neměl problém s uchopením takto, v dnešní společnosti, velmi kontroverzních myšlenek. Současně se ale nechtěl o svém zážitku příliš konkrétně hovořit „*...měl jsem pocit, že to zní příliš šíleně.*“ Z rozhovoru bylo patrné, že mu není příjemné zabíhat do detailů, které jsou svou povahou zdánlivě příliš blízké esoterice či New Age.

6. 1. 2 Každodennost a spiritualita

Protože si snažil připomenout svůj zážitek, začal hodně o spiritualitě číst a bavit se o ní s lidmi a zjistil, že je možné zažít podobné stavy skrze meditaci. Také vyzkoušel různé esoterické terapie, ale o nich nechtěl dále blíže hovořit. Působilo to, jako by se za tuto část svého pátrání po pochopení svého zážitku styděl či cítil nepatřičně a trapně. Bylo zajímavé pozorovat zdánlivou ambivalenci mezi výjimečným osobním mystickým prožitkem a přijímáním spirituality jako něčeho existujícího i v každodenním žitém světě. Zdá se, že je pro Davida obtížné zakomponovat tento zážitek do každodenního života, protože nic podobného v každodennosti nenalézá.

Přestože jeden z prvních terapeutů mu doporučil meditaci, vyzkoušel ji až ve svých 29 letech v Indii. V době, kdy rozhovor probíhal, byl už jeho pobyt zde u konce. Nebyl příliš otevřený konkrétním popisům své spirituality a jeho vnímání, protože je to pro něj velmi osobní téma. Přesto se svěřil, že do Indie přišel hledat duchovního učitele, kterého marně hledal během posledních sedmi let ve Švýcarsku. Jeho hledání bylo

neúspěšné, ale meditační kurz podle tradice S. N. Goenky, který absolvoval, byl pro něj velmi obohacující, stejně jako cestování o samotě a nacházení vnitřního klidu na různých místech Indie. Na meditačním kurzu prožil v rámci praktikování Vipassana meditace zážitek, který mu připomněl jednotu, který pocítil před 7 lety po požití LSD. Nebylo to stejné. Domnívá se, že se dostatečně „neotevřel“, protože měl očekávání, že se dostaví stejný pocit. Místo toho se mu podařilo procítit alespoň část této zkušenosti, kdy cítil energii celého těla, kdy fyzické tělo i bolest zmizely a jediné, co cítil, bylo srdce pulzující uprostřed prázdné schránky, kolem které se rozlévala a proudila energie všemi směry.

Do Indie se plánuje co nejdříve vrátit a dále se hodlá zajímat o meditace, které vidí jako výborný nástroj pro znovu-uchopení spirituality tak, jak ji zažil. Je vděčný za svůj zážitek vyvolaný drogami a dále pokračuje v jejich konzumaci v menší míře, než dříve (dříve šlo hlavně o alkoholismus). Přesto se snaží získat přístup k drogám jako je MDMA, které by mu mohly opět otevřít dveře k promlouvání a pochopení „Boha“ či „vyšší *intelligence*“, jak ji nazýval. Jako cestu k nalezení duchovna vidí drogy jako dobrý nástroj, přestože jsou v protikladu výukou S. N. Goenky, který zakazuje (po dobu kurzu, ale i současně odrazuje od budoucího užití) jakékoliv intoxikanty. David se totiž domnívá, že bez drog by nikdy takový zážitek neměl a proto nemohou být tak nevhodné.

6. 1. 3 Vztah k druhým a společnosti

I ve vztahu k druhým má jeho zážitek velkou váhu. Doufal, že mu pomůže k přiblížení se rodičům. Pokusil se s nimi sdílet svůj zážitek. Mnoho částí vynechal, protože se domnívá, že by si mysleli, že je šílený. Po chvilce rozmýšlení dodal, že i tak si pravděpodobně jeho matka myslí, že zešlel „...protože jsem jí řekl, že jsem mluvil s Bohem. Nevěděl jsem jak jí to blíž vysvětlit, aby to pochopila. Termín Bůh je pro ní asi nejbližší, tak proto jsem to použil, aby tomu mohla aspoň trochu porozumět.“ Sdílení tohoto zážitku jeho vztah s rodiči neprohloubilo, spíše naopak. Odsoudili jeho zážitek jen jako drogovou epizodu, protože nespadá do jejich světonázoru. Víru svých rodičů bere jako prázdnou, postrádající jakýkoliv smysl a je k nim velmi kritický a mluvil s jistým despektem a zklamáním „...*moji rodiče jsou špatní lidé, jsou xenofobní, uzavření*

a ne příliš chytří“. Hodně těchto vlastností dává za vinu životu na venkově a výběru náboženství – protestantské sekty, která je dle jeho slov zavrhaná většinovou společností ve Švýcarsku. Velice se za postoj svých rodičů stydí a proto s nimi omezil kontakt na minimum.

6. 1. 4 Krize?

Jeho mystický zážitek pro něj zafungoval jako tzv. „wake up call“ z krize (alkoholismus a braní drog). Protože chtěl pochopit, co se při jeho mystické zážitku stalo, byl motivován navštěvovat různé terapie, aby tento problém překonal. *„Měl jsem dobrého psychoterapeuta a ten mi pomohl toto těžké období dostávání se ze závislosti překonat.“*

6. 1. 5 Vyhodnocení

Nespokojenost s životem a křesťanskou vírou Davidovy rodiny ho přivedla k alkoholismu a drogám. Narativní prioritou rozhovoru byla mystická zkušenost, kterou prožil po požití drogy extáze. Ta od té chvíle formovala a motivovala každé rozhodnutí, které v životě dělá a změnila jeho pohled na život (přestal pít, začal se věnovat meditaci a zkoušet další praktiky a psychologicko-spirituální terapie). To, že měl tento zážitek lze pochopit myšlenkou Roba Preece (2010), který poukazuje na to, že pokud člověk žije příliš dlouho nežádoucí styl života, psýché může přijít z podnětem zevnitř, což je pravděpodobně případ i Davida.

Porozumění jeho zážitku a rozšíření vědomostí o spirituálním životě je pro něj prioritní spolu s hledáním duchovního učitele, který by ho zasvětil do dalších dimenzí Pravdy, které sám nenalézá. Neudrhuje příliš sociální vazby, s rodinou nekomunikuje, pracuje sezónně na brigádách, aby se mohl věnovat svému spirituálnímu hledání.

Působí velmi přátelsky, ale současně uzavřeně. Několikrát i zmínil, že povaha a kvalita jeho zážitku ho do určité míry od ostatních odcizila a proto hledá někoho, kdo by mu porozuměl a pomohl s inkorporováním tohoto zážitku do každodenního života. Do té doby vidí svůj život jako nenaplněný. Jeho projev je velmi distingovaný, ale pokaždé, když hovořil o svém zážitku, výraz v jeho obličeji i gestikulace zesílily a bylo poznat určité rozrušení.

Tento informátor zdánlivě nemá problémy s žitím ve společnosti, má přátele, umí

si najít práci, často cestuje. Přesto to, co se jeví jako hlavním (či jediným) tématem jeho života je mystický zážitek, který prožil a jeho neustálé hledání, obnovení či znovunastolení. Tomu věnuje v současné době většinu životní energie a času. Hodně prostředků použil na různé esoterické semináře, kurzy a terapie. Nehledá partnerský vztah ani naplnění skrze pracovní úspěch či bohatství, jediné o co mu jde je nalezení pochopení spirituální reality světa a co nejtěsnějšímu uchopení vztahu k transcendentálnímu. Působí, že dokud toto nenalezne, bude neustále pátrat. Není pro něj možné se usadit a nalézt spiritualitu v běžném životě jako takovém, kde by měl stálou práci, rodinu atp.

Davidovi se pravděpodobně do teď nepodařilo integrovat svůj duchovní zážitek. Částečně je cítit jistá neochota. Primárně se zaměřuje na sebe a nezamýšlí se nad fungováním současného světa, a zda by ho měl zlepšovat či měnit pro humanitu, jak to mají někteří jiní dotazovaní. V centrálním zájmu jeho každodennosti je on sám a je otázkou, zda toto není znakem spirituální patologie, kdy hledání transcendentální povznesenosti předčí cokoliv, co by mohl zažít v každodennosti. Také je možné, že jen prochází dlouhou fází liminality, než se mu podaří celou zkušenost integrovat a je proto možná dobré, že se snaží najít učitele, který by mu s tímto pomohl.

Věří, že občasné braní drog je vhodné, protože by mu mohlo přinést opět pocit, který zažil při požití extáze. Je zajímavé, že přestože velice vysoko hodnotí meditace dle S. N. Goenky, které toto striktně zakazují a nedoporučují, ve svém morálním hodnotovém žebříčku nemá problém zakomponovat oboje. Říká, že drogou je vše, co mění mysl, to znamená i například jídlo, proto mu nepřijde závadné brát občasné drogy. Jediným důvodem je ovšem to, že touží po zážitku. K tomuto jeden z uznávaných duchovních učitelů Jack Kornfield (2000) ve své knize *After the Ecstasy the Laundry* hovoří o těchto mystických zkušenostech a upozorňuje, že není možné uniknout světskému životu a že život je v přítomnosti a ne v minulosti, jak zdůrazňují i mnozí další. Přestože tyto zážitky jsou nádherné, snažit se je udržet je setrvávání v minulosti, která už neexistuje. Osvícení je pro něj Kornfielda jen krokem na životní cestě. Zdůrazňuje, že člověk se vždy musí vrátit do každodennosti a angažovat se. Jen tím může integrovat to, co zažil a skutečně obohatit svůj život.

Je otázkou, jak dlouho tento informátor v tomto hledání setrvá. Připomíná v

některých ohledech jiné dotazované – Michaela a Alexandra, kteří také preferují svět duchovna před tím profánním. Podobně i psycholog a filosof William James (2009) zdůrazňuje, že duchovní zážitky je potřeba integrovat do každodennosti a nejen setrvávat ve vzpomínkách na ně, protože v důsledku je vždy zásadní, jak člověk žije a co přináší sobě a společnosti.

Je obtížné hodnotit Davidův každodenní život, protože by se dalo říct, že do určité míry dělá vše pro to, aby se mu vyhnul. Doba, kdy vydělává finanční prostředky na cestování či duchovní léčbu, nemá pro něj hodnotu. Při cestování nenalézá, co hledá (duchovní učitel, mystický zážitek. Přesto oceňuje, že má nějaké směřování, protože to, jak jeho život vypadal před objevením spirituality, bylo pro něj velmi bolestné a negativní. Realita, kterou žije, je díky duchovnu pozitivnější, než dříve, ale současně žije s velmi úzkým pohledem na to, co v životě má hodnotu a žije s nespokojeným pocitem liminality. Možná by pro tohoto informátora bylo řešením udělat krok zpět a pokusit se nejprve integrovat zkušenosti, které ho vedly k alkoholismu a pokusit se porozumět svému životu ještě před mystickým zážitkem a ne až po něm. To by mohlo pomoci k větší individuaci a nalezení sebe sama a ne jen externího hledání spirituality mimo sebe.

7.1. Příběh Bubaneše

7. 1. 1 Cesta ke spiritualitě

Motivací pro zájem o spiritualitu nebyla snaha vyhnout se v první řadě utrpení, ale nalezení štěstí. Několikrát zmínil, jakožto hlavní motivující faktor pro prvotní zájem o spiritualitu právě hledání štěstí, které je dle něj nezávislé na penězích ani žádných dalších materiálních požitcích. Vyrůstal v bohaté britské rodině a společnost, ve které vyrůstal a žil, byla zejména z vyšší třídy. Přestože tito lidé měli obrovské množství peněz a možností, nezajistilo jim to štěstí. Jeho vlastní otec říkal, že má konečně všechny prostředky, které by si mnoho lidí jen mohlo přát, ale přesto se necítí šťastný. Nejhorší zkušeností pro pana Bubaneše byla sebevražda rodinného člena, který nenalezl vnitřní klid i přes velké bohatství, které v životě nastřádal. Uvědomění, že kauzalita mezi penězi a štěstím není, vyslala pana Bubaneše na cestu hledání spirituality, protože

se jevila jako jediná možná, za předpokladu, že materiální svět nedokáže člověka naplňovat tak, aby byl skutečně spokojený a šťastný.

Neměl ponětí, jakým směrem se vydat a protože měl dostatek finančních prostředků, začal cestovat. Dostal se do Ameriky, zkoušel různá duchovní učení a praxe, ale čím dál více uvědomoval to, že mu skutečně chybí zejména skutečný duchovní učitel. Když byl na letišti, oslovil ho jeden člen hnutí Hare Krišna a daroval mu jednu z knih, které toto hnutí publikuje. Po krátkém rozhovoru cítil, že tento směr by ho mohl zajímat a rozhodl se změnit své plány a odletět rovnou do Indie. Zde našel svého guru v rámci hnutí Hare Krišna a stal se mnichem.

7. 1. 2 Každodennost a spiritualita

Přes deset let žil mnišským způsobem života v různých Hare Krišna centrech v Evropě. Byl v této pozici velmi šťastný, věnoval se překladům (pracoval v rámci Hare Krišna organizace, která připravovala publikace) a našel vnitřní klid, který byl ještě podtržen vírou ve svého učitele, který mu dodával jistotu, že žije správný život. Po několika letech kontemplativního, mnišského života ale začal pociťovat, že mu něco chybí. V práci, která mu byla svěřena, ale spokojený byl. Svěřil se s tímto pocitem svému učiteli. Jeho učitel mu sdělil, že pocit prázdnoty, který pociťuje, pramení z absence rodinného života. Jeho guru mu ženu vybral – Indku, také členku hnutí. Informátor říká, že nezvažoval ani v nejmenším výběr svého guru. Důvod je pro něj logický, pokud by začal jeho názory v jakémkoliv slova smyslu zvažovat, už by nebyl jeho guru (to znamená učitel), hlavní duchovní rádce. Tento informátor věří, že jeho guru byl (už je po smrti) ve spojení s vyšší spirituální rovinou, kterou byl schopen přenést do každodennosti. Proto přesně věděl, jaká partnerka se k němu bude nejvíce hodit. Na otázku, zda našel dotazovaný štěstí, po kterém pátral, odpovídá „...ano, ale je to pouze díky posvátnému rozměru mého života, který všechno řídí, peníze by mi tohle nikdy nedaly.“

V dnešní době se hlavně modlí doma a modlit se skupinou přichází pouze ve vzácné příležitosti, jako byl například den rozhovoru (výročí úmrtí jeho guru) a při různých svátcích či alespoň jednou týdně, kdy se schází téměř celá obec.

Dodržuje základní zásady hnutí, což je dodržování vegetariánství, nepožívá

omamné látky, nemá mimomanželský styk a nehazarduje (tím je myšleno jakýkoliv hazard – duchovní, finanční, filosofický, vztahový atd.) V současné době se věnuje tomu, čemu dříve, když byl v komunitě. Má vlastní nakladatelství, kde převážně tiskne duchovní texty. O finance se starat nemusí díky rodinnému bohatství. Přesto žije relativně skromným způsobem života na vesnici, jeho žena se stará o domácnost, vaří, uklízí. On se ve volných chvílích věnuje téměř výhradně modlitbě a velebení Boha.

7. 1. 3 Vztah k druhým a společnosti

Má funkční, klidný vztah se svou ženou a dvěma dětmi. Přestože žije rodinným životem, tak v rámci intimních vztahů žije odlišně, než většina lidí. Sex je pouze součástí plazení potomků a pro něj není významný. Zejména zdůrazňoval, že nejdůležitější je duchovní život, díky kterému je následně možné žít dobrý život v rámci materiální sféry a lidské schránky. To, jakým způsobem popisoval svůj rodinný život působilo velice věcně, jakoby nepřikládal této části svého života příliš velký význam. Téma duchovního života v něm vzbouzelo mnohem více entusiasmů.

Přestože má komunitu věřících rád, momentálně preferuje něco jiného, než socializaci „*Hlavní je být za jedno s Bohem a být Bohu tak blízko, jak je jen možné.*“ Život v ústraní mu vyhovuje, pravděpodobně po letech strávených v komunitě preferuje o něco intimnější prostředí, kde má možnost plně se věnovat svému osobnímu vztahu s Bohem.

7. 1. 4 Krize?

V životě zažil pouze dvě krize. Jednu na počátku své duchovního hledání, ze které mu pomohl jeho duchovní učitel, který ho přivedl do Hare Krišna skupiny. Další, když se v mnišském životě začal cítit nenaplněný. Opět mu pomohl jeho učitel, který mu do života dal to, co mu chybělo. Od té doby se naučil tolik, že i po smrti svého učitele už umí zvládat životní krize bez větších obtíží. Jeho víra v Krišnu mu dává sílu překonat jakékoliv obtíže. Dříve potřeboval učitele, ale s přibývajícím věkem, poznáváním sebe se naučil žít více samostatně.

7. 1. 5 Vyhodnocení

Tento informátor byl poměrně odtažitý, a pokud nehovořil přímo o své víře,

učiteli či naukách Hare Krišna, nezabíhal do detailů, co se týče soukromého, osobního života. Například příliš nehovořil o vztahu ke své manželce, ale více se zaobíral vztahem ke své duchovní praxi. Vysvětloval to tím, že v rodinném životě je vše harmonické a funkční a proto se může v klidu věnovat duchovnosti. Působil velmi klidně a chvílemi až povzneseně. Měl zjevnou snahu a potěšení vysvětlovat principy své víry a na konec rozhovoru věnoval badatelce růženec a několik náboženských knih. Často v průběhu interview zabíhal do konkrétní duchovní terminologie a se zjevným potěšením sdílel informace o své víře.

Ve svém příběhu zdůrazňoval spokojenost a pocit štěstí v životě. Převážně na základě jeho víry a praktikování bhakti jógy (modlitby) věnované lordu Krišnovi. Zdá se, že jeho život má pevný řád, se kterým je spokojen je. Působí vyrovnaným, klidným dojmem. Příliš se nevracel do minulosti, protože nejdůležitější je pro něj přítomnost.

V předchozích kapitolách byly zmíněny psychologické a sociologické přístupy, které zdůrazňovaly pozitivní vliv náboženství na jedince, protože poskytují jasných pravidla a útočiště, ke kterému se člověk může vztahovat, což je dobrou strategií pro lidskou mysl, aby získala stabilitu. Protože Hare Krišna hnutí funguje jako náboženské uskupení a současně zahrnuje i meditační praxi, lze se domnívat, že v případě tohoto narátora dochází právě k pozitivnímu ovlivnění jeho života díky příslušnosti k tomuto hnutí. To mu přináší pocit štěstí, který v mládí tolik hledal.

Buddhistický duchovní učitel Jack Kornfield definuje ve svých přednáškách štěstí jako „hluboký pocit klidu a spokojenosti“, což zahrnuje jak být spojen sám se sebou, tak se světem. Oproti tomu potěšení je něco co přichází a odchází. Také ve svých přednáškách často zdůrazňuje, že stejně jako bolest a těžkosti přicházejí a odcházejí, tak pravé štěstí je kvalita pocitu spokojenosti, který přetrvává mezi vším potěšením a bolestmi, zisky nebo ztrátami. Zdá se, že tento informátor vnímá štěstí podobně jako Jack Kornfield a daří se mu je (alespoň dle jeho výpovědi) přenést do každodennosti, proto lze říci, že spiritualita má na jeho život pozitivní vliv.

8.1. Příběh Petry

8. 1. 1 Cesta ke spiritualitě

Petra se narodila v Praze v roce 1987, vystudovala ekonomii a po ukončení vysoké školy se odstěhovala do Londýna, kde pracuje jako administrativní asistentka.

Tři rozhovory byly vedeny v kavárně blízko jejího zaměstnání v centru Londýna. Při domlouvání schůzek byla velice ochotná. Působí přátelsky, otevřeně a upřímně. Z rozhovoru byla zjevná její snaha žít svůj život upřímně a snaha nežít ve lži a vnímat vše objektivně. Velmi často hovořila o objektivitě, která se zdá být pro ni důležitou.

Vyrůstala v rodině, kde se o náboženství nehovořilo, a nevykonávaly se žádné duchovní praxe. V dětství se věnovala se sportům a různých volno-časovým aktivitám jako zpět, tanec, malování, keramika apod. Hodnotí své dětství jako „robotické“. Bez výhrad vždy následovala rozhodnutí svých rodičů. Je ambivalentní ke svému dětství. Rodinné zázemí bylo dysfunkční.: *„Pořád jsem jako dítě brečela, nechápala jsem proč se k sobě rodiče tak hrozně chovají. Otec nebyl moc doma, matka na mě pravidelně křičela a bila mě za nic. Myslím, že jsem byla hodné dítě, ale i tak mě bila za cokoliv, kdy se jí zdálo, že odmlouvám nebo jí oponuji.“* Jako obranný mechanismus si vytvořila emocionální bariéru. Ten se projevoval sarkasmy a ironií a znevažováním čehokoliv, co mělo hlubší podtext. To se pravděpodobně mohlo i projevit na jejím vztahu k náboženství. *„I když mě na něm něco přitahovalo, primárně jsem ho pozitivisticky odsuzovala a kritizovala.“* Do té doby ji nenapadlo, že lze oddělit spiritualitu od náboženství. Hnutí New Age či esoterika ji nezajímalo *„Pokud některý z mých kamarádů četl self-helping knihy, tak mi to přišlo divné a trapné a slabé. Věřila jsem, že každý si musí pomoci sám a oberlička jako víra v anděly nebo Boha nebo náboženství je přežitek a znak slabosti.“* Po rozchodu s prvním přítelem ji dva roky trvalo, než zpracovala tuto emocionální ztrátu. Do té doby byla vytížená prací v přítelově firmě a studiem. *„Byli jsme pořád něčím busy (zanepřázdňeni) a přemýšlení o duchovnu vůbec nebylo na pořadu dne. Ale po rozchodu jsem měla víc času na zamyšlení se nad životem, světem, sebou a došlo mi, že mi něco chybí. Znovu jsem se začala zajímat o tradiční náboženství, ale spíš z kritického pohledu.“* Petřin další přítel byl buddhista a zajímal se o některé další New Age praktiky. Díky němu se Petra snažila otevřít možnosti

existence spirituálního rozměru života. „*Měla jsem hrozný strach a cítila se nepatřičná, že chci řešit nějaké takové pohádky jako duchovno, pořád mi to přišlo jako útěk od reality a slabost a kompenzace strachu ze smrti... To je vlastně i něco podobného, co mi říkali rodiče později na meditaci.*“

Na dovolené ve Španělsku ale zažila něco, co ji navedlo na duchovní cestu „*Přítelovy známí žili nedaleko Granady v horách, byli to súfisté. Svěřila jsem se jim, že toužím věřit v něco vyššího, ale že to nejde. Rozbrečela jsem se z beznaděje, protože v tu dobu už jsem měla silnou potřebu po něčem spirituálním v životě, ale nedařilo se mi tomu otevřít. Paní Lucy (byla to původem Britka) mi zničehonic přinesla súfistický růženec a na papírku napsané *lā 'ilāha 'illā-llāh*²¹, což mě úplně dojalo. Řekla, že to nejdřív musím zkusit a pak až uvidím, jestli to jde nebo nejde.*“ I při samotné vzpomínce byla dotazovaná velmi emocionální. Tato zkušenost má pro ni zjevně velký význam. „*Došlo mi, že jsem žila hrozně arogantní život. Jak můžu vědět, že Bůh a duchovno neexistuje? Proč zrovna já bych to měla vědět?*“ Díky tomuto zážitku začala věřit, že existence duchovního rozměru reality je možná, ale stále ho toužila primárně procítit. Proto uvažovala, že by využila k tomuto drogy, aby se této dimenzi života „otevřela“, ale po setkání se súfistickou rodinou se rozhodla „...*jít pomalejší, ale snad jistější a upřímnější cestou bez drog.*“ Od té chvíle začala číst duchovní knihy, zkoušela praktikovat meditace, začala o duchovních tématech hovořit s přáteli, přítelem „...*bylo to skvělé období, i když docela někdy frustrující, protože jsem pořád toužila po zážitcích, kde to pocítím a žádné nepřicházely... Chtěla jsem se duchovna dotknout, jak jsem to slyšela nebo četla u ostatních. Malé uvědomění sem a tam bylo, ale nestačilo mi to. Cítila jsem se v tomhle hledání ale dobře, protože mi přišlo, že konečně žiju smysluplně. I když to bylo těžké.*“ Stala se takzvaným duchovním hledačem, člověkem, který se snaží nalézt cestu k duchovnu mimo tradiční náboženství. To považuje za zkorumpované, nefunkční, prázdné a zmanipulované. Také zpochybňuje autenticitu těchto učení a uznává spíše mystickou cestu tradičních náboženství a esoterické praktiky.

²¹ Petra se zajímala o islám, takže věděla, že *lā 'ilāha 'illā-llāh* je součástí tzv. Šaháda – jednoho z pěti pilířů islámu a znamená „*není boha kromě Boha*“, celá Šaháda ještě má další část, ve které se říká říkající „*a Mohamed je jeho prorokem*“, tuto část Petra nepraktikuje, protože to znamená ztotožnění se s islámem.

8. 1. 2 Každodennost a spiritualita

Spiritualita a náboženství ji bylo blízké, protože životní hodnoty, které pro sebe podvědomě ustavila v dětství a dospívání odpovídají zákonům, o kterých hovoří světová náboženství. Touha po vysokých etických, mravních zákonech a zidealizovaný svět přinesl při konfrontaci s realitou mnohé zklamání.

Informátorka se několik let věnovala meditacím. Před praxí doma preferovala meditační „retreaty“²². Meditační centrum, kde strávila tři desetidenní tiché retreaty je v Anglii a vychází z barmánské tradice. *„První retreat byl nejlepší. Naprosto fascinující zážitek. Doporučila bych všem na celém světě aspoň jeden tichý retreat vyzkoušet. Změní vám to život. Stačí jednou, pak už je to nuda, ale poprvé... To objevíte úplně nový vesmír sami v sobě. Nikdy mi nedošlo, kolik se mi toho v hlavě děje. Bylo to naprosto neuvěřitelné, ty prožitky, co jsem tam měla.“* V tuto chvíli se jí tvář rozzářila a s nadšením vyprávěla o svých zážitcích z retreatů. Jeden byl i transcendentální *„...strašně jsem brečela a celé tělo jsem měla v křeči a bolesti. Každý sval byl zaťatý a já se nemohla hýbat. Nudle mi tekly z nosu, ale i tak jsem nemohla nic dělat. Najednou jsem jakoby vystoupala nad své tělo, koukala se na sebe z vrchu a říkala si něco jako „Chudák tělo, chudák Petra, jak tam sedí a trpí, to je hrozné“. To bylo strašně zajímavé, že na jednu stranu jsem byla součástí toho utrpení, ale současně jsem byla od něj jakoby odtržená.“* Poté byla vyrušena a její zážitek skončil. Pravděpodobně byl způsoben hlubokým meditativním stavem. *„Problém ale byl, že jsem udělala klasickou chybu, o které jsem tolikrát četla. Když jsem byla na dalším retreatu nebo si doma meditovala, pořád jsem toužila, aby se mi zase přihodilo něco podobného. Objektivně jsem věděla, jak špatně to je, ale podvědomě jsem po tom hrozně toužila. Proto už to asi potom nikdy nepřišlo.“* Informátorka také často praktikovala a stále ještě praktikuje modlitbu *lā 'ilāha 'illā-llāh* s růžencem, který dostala od súfistické ženy. Říká, že ji to velmi uklidňovalo a do každodennosti přinášelo radost, že dělá něco smysluplného. Také se naučila zpívat v arabštině Al Fátihu (Súru Otvíratelku). Tato súra je první kapitolou Koránu. Je to modlitba za boží přízeň a pomoc a měla by se recitovat na začátku každé muslimské modlitby. Petra žádné jiné nezná *„... ale tahle jedna mi stačí.“*

²² Toto anglické slovo už se používá i v českém jazyce ve své původní formě a doslova znamená „útočiště“. Nejbližším překladem je pravděpodobně soustředění.

Pokaždé, když jsem byla kvůli něčemu úplně nejvíc na dně, tak jsem si ji několikrát zazpívala. Uklidňuje mě to. Nějaký vliv to určitě má.“

Při měsíčním pobytu v Indii v Dharamsale, kde navštívila přednášky Dalajlámy, se seznámila s mantrou *ṃ Maṇi Padme Hūṃ*, což je známá buddhistická mantra s velmi komplexním významem. Velkým propagátorem je Dalajláma a tibetský buddhismus. Pro dohledání významu doporučila Dalajlámovovu přednášku a jiné práce, kde vysvětluje její význam.²³ *Chtěla, aby byl význam vysvětlen v této práci jeho slovy, protože se nechtěla vystavit riziku nedokonalé formulace jejího významu. Často působila nejistě, zda je schopna vyjádřit v duchovních termínech to, co chce.*

Buddhistická mantra je pro informátorku důležitá, protože ukazuje, že „...moudrost docílit vyššího stavu vědomí je v každém člověku a každý ho může najít sám.“ Také věří, že „...tím, že je praktikována tisíci lidmi po celém světě už tisíce let, tak tím ta mantra získává energii, specifickou energii, stejně jako Al Fátiha nebo jakékoliv jiné známé modlitby a úkony.“ Vypověděla, že pokaždé, když si tyto modlitby zpívá, pomáhá jí to alespoň k chvilkovému nalezení klidu. Také praktikovala klasickou křesťanskou modlitbu. Má blízko k náboženskému synkretismu. *„Je pro mě jenom důležité, co mi to přináší do života.“*

Do dnes je největším tématem jejího života dominantní, vztahovačná, agresivní matka, která ji od spirituálního hledání odrazovala: *„Říkala, že je to ztráta času, že se v sobě ráda vrtám, že utíkám od reality. A že bude nejlepší, když si najdu práci a založím rodinu, že to mě „vyléčí“...“* Tato informátorka vyzkoušela velké množství různých praktik, převážně meditačních a několik let docházela na SRT (Spirituálně Responsní Terapii), což je New Age praktika, kde se převážně pracuje s nevědomím skrze vizualizace. Ve svých 27 letech se stále spíše se spiritualitou seznamuje a nemá žádný pevný rámec pro svůj život. V posledních letech upadá do existenciálního zmatení a neúspěšně hledá rovnováhu ve svém životě. Hodně v minulosti cestovala, což byl pro ni částečně i útěk od reality. Spiritualita je pro ni důležitá kvůli víře, že život může mít

²³ *M symbolizuje nekonečnou energii božství a v této mantrě reprezentuje přechod od nečistého stavu těla, mysli a hlavy (odklon od egoismu a pýchy) do povzneseného stavu těla mysli a hlavy. Cestu, jak tohoto docílit ukazují slabiky Maṇi Padme Hūṃ. Maṇi symbolizuje záměr dojít osvícení, soucitu a lásky, Padme symbolizuje moudrost, že každá existence je prázdná a Hūṃ, která symbolizuje soucit a moudrost potřebný k dosažení výše zmíněného.*

větší hloubku a krásu, kterou ale často nepocítuje. Po negativní (nepřímé) zkušenosti z kultu, resp. kultovými praktikami, se spiritualitě vzdálila a momentálně se zaměřuje na klasickou psychoterapii a snahu pochopit sebe sama dříve, než se opět vrátí k aktivnímu žití spirituálního života. „Vím, že normálně by to mohlo jít ruku v ruce, ale u mě to nefunguje. Dávám si takovou vědomou pauzu od spirituality.“

8. 1. 3 Vztah k druhým a společnosti

S rodinou má velmi konfliktní vztah „...je to asi můj celoživotní úkol a boj, vypořádat se s tím, kdo jsou moji rodiče, odpustit jim a napravit, co mi všechno na duchovní úrovni provedli. Protože jsem dospělá, musím vzít zodpovědnost za svůj život sama. Stejně je ale hrozně těžké rodičům odpustit a smířit se s tím, že jejich špatná výchova mi způsobila tolik utrpení. Teď kvůli tomu chodím na terapii a nemám pocit, že by se tohle téma kdy mělo uzavřít. Je to frustrující.“ Toto téma se zdálo pro informátorku velmi náročné a jako o jednom z mála se o něm příliš nerozhovořila. „Poslední dobou si tohle hodně řeším. Mám na rodiče hrozný vztek, jak mě uplácali k obrazu svému. Dřív jsem se hodně snažila využívat meditaci lásky a dobrotivosti. To je „metta“ meditace. Myslela jsem, že mi to pomáhá se smířením. Nedávno jsem ale prošla existenciální krizí a ve vztahu k rodičům mi spíš zůstal jen vztek. Ani mě nenapadne dělat pro ně „mettu“, i když by mi to asi pomohl, protože je to super na odpuštění...“

Vztahy s přáteli měla vždy dobré. Věří jim, může se na ně spolehnout, mají se rádi. Většinu z nich zná od dětství. Nerada navazuje nové známosti, protože se nerada lidem otevírá „... a taky už mám tolik dobrých přátel, že bych stejně neměla čas na další. I když tady v Anglii bych si jich měla pořídit víc, asi...“ Spiritualita ji pomohla sblížit se s některými přáteli více. „No a s těmi, co spiritualitu neřeší, ty respektuju. Naopak mi přijde, že jsou někdy mnohem víc v klidu, než ti moji kamarádi, co si to duchovno řeší.“

Věří, že duchovní praxe ji mohou pomoci v Anglii najít nové přátele. Současně se ale vyjadřuje kriticky k segmentu lidí, kteří se o současnou spiritualitu zajímají „Hodně z nich jsou jenom sobci, co si léčí svoje komplexy a ohánějí se spiritualitou. Když se podíváte na jejich životy a co z nich vyzařuje, je jasné, že s většinou je něco

špatně. Je mi jedno co, ale nechci toho být součástí. Proto nejsem v žádné skupině. Nejhorší jsou New Age lidi, ty jsou někdy úplně mimo. To, čemu jsou lidé ochotni věřit je pro mě nepochopitelné.“

Informátorka je díky své povaze ve společnosti dobře přijímána a s lidmi nemá konfliktní vztahy. Zajímá se o nenásilnou komunikaci dle Marshala Rosenberga, což je psychologický styl komunikace, kdy je hlavní soucit a pochopení. Spiritualita je pro ni inspirací snažit se žít v souladu s vyššími životními principy a ty aplikovat v každodennosti v kontaktu s ostatními. „*Chtěla bych žít dobrý, upřímný život jak pro sebe, tak pro svět. Ne jen přežívat, ale opravdu si uvědomovat, co se kolem děje a ocenit to a najít radost v životě.“*

Vedle rodinných, jsou pro ni velmi problematické partnerské vztahy, kvůli kterým v současné době prošla krizí.

8. 1. 4 Krize?

Dotazovaná má velmi specifický vztah ke svému terapeutovi, ke kterému čtyři roky docházela na SRT – spirituálně responšní terapii.²⁴ Začala chodit na terapii kvůli rozchodu se svým buddhistickým přítelem. To představovalo problém, protože s ním diskutovala duchovní témata „...a bez něj jsem jakoby ztratila „pevnou“ (spirituální) půdu pod nohama, „Nic nemělo smysl“

Svého terapeuta bere částečně také jako svého učitele a duchovního rádce a má v něm absolutní důvěru. Sezení s ním byla pro ni jakousi duchovní praxí. Zpočátku vždy odcházela z SRT nabitá a šťastná a měla pocit hlubokého duchovního pochopení. Časté vizualizace a interpretace jejího terapeuta ji (i když byla stále skeptická) přesvědčovaly o existenci jiné reality přesahující tu každodenní, protože o ni mluvili, jako kdyby existovala a bylo to naprosto přirozené. V posledním roce ale přestávala SRT fungovat. Její stavy se zhoršovaly. Zejména po dvou nepovedených vztazích, které ji velice emocionálně zdrtily. „*Už to nebylo jako dřív. Už jsem sice znala všechny možná moudra, ale zároveň jsem už nic z toho neinternalizovala. Objektivně jsem chápala, že to tak je, ale uvnitř se to už nespojovalo. Po posledním krachu ve vztahu to došlo tak*

²⁴SRT je terapeutický systém, který využívá duchovních principů. Zahrnuje použití kyvadla a série grafů a specifických otázek, které mají odhalit nesouhlasné a limitující ideje v podvědomí a nahradit je vírou, láskou a novými idejemi.

daleko, že jsem upadla do depresí. Tohle jsem v životě nezažila, je to strašné. Místo, abych se ozvala svému SRT terapeutovi, našla jsem si normálního psychoterapeuta. "Klasická terapie ji momentálně vyhovuje více. „Zájem o spiritualitu šel stranou. Deprese mě dovedla do pocitu absolutní prázdnoty. A usilovat o duchovno jako do té doby už jsem sílu neměla. Tento proces mi pomohl si uvědomit, že spiritualita mi může dát jenom soucit a pochopení sama se sebou a s mým utrpením, ale v každodennosti, na kterou se ptáte, za mě nemůže žádný z mých problémů vyřešit. Je to jen opěrný bod, který mi může dát sílu, že všechno má nějaký hlubší smysl a víru, že to může být zase lepší. Všechno (doufejme) směřuje k většímu dobru.“ Díky krizi věří, že bude schopná časem lépe internalizovat vše, co se v posledních letech díky spirituálnímu hledání naučila. „Žila jsem v sebe-lži, že skrz spiritualitu docílí vnitřní klid. V krizi jsem si (díky terapeutovi) uvědomila, že nejprve potřebuji ustavit vlastní Já (zde pravděpodobně myslí bytostné Já) a až potom můžu plně integrovat spiritualitu do živa spiritualitu. Do té doby hrozí, že se za ni budu schovávat.“

8. 1. 5 Vyhodnocení

Nejaktuálnější téma této informátorky v současné době je existenciální krize. Tu by dříve řešila skrze různé spirituální praxe, ale protože nebyly v minulosti dostatečně účinné, využívá pomoci klasické psychoterapie. Spiritualita je u ni přítomná v každém okamžiku života jako u ostatních, ale ne v tak niterné a blízké podobě. Říká o sobě, že je netrpělivá. Pomalý proces, který pro ni je seznamování se spirituálními praxemi a filosofiemi, které ji do dospělého života zůstávaly skryty, ji občas odrazuje a „ztrácí víru“. I přes životní obtíže si vztah k spiritualitě udržuje i nadále, protože „...*jakmile jednou na spirituální cestu vkročíte, už není cesta zpět.*“

Díky psychoterapii získala Petra nový pohled na svou spiritualitu. Celoživotní hledání objektivní pravdy se jeví jako nenaplněné. Z jejího vyprávění bylo patrné, že hledá objektivní pravdu a inklinuje k přebírání zkušeností jiných. Zejména těch, kteří mají ustavený jasně daný duchovní rámec života. Hledá pro sebe guru, protože nedůvěřuje sama sobě. Tento přístup se jeví jako možné vyhýbání se zodpovědnosti za vlastní život či hledání vlastní autentické žité každodennosti. Zde lze zmínit Alfreda Adlera a jeho chápání psychopatologie. Psychologicky zdraví jedinci se nebojí dělat

chyby, protože si uvědomují, že chybovat je přirozené. Pokud se jedinec domnívá, že musí být dokonalý, začne omlouvat jakékoliv své chování, protože v jeho očích směřuje k dokonalosti a nevdá mu, že se chová zbaběle. Životní přesvědčení vznikají v už v raném dětství a tvoří to, čemu Adler říká životní styl. Ten potom obsahuje i různé zidealizované představy, které člověk doufá, že budou v jeho životě realitou (Johansen, 2010). Velkou část života prožila tato informátorka v „...*bezpečné bublině, kde sice nejsem šťastná, ale nic se nemůže zkazit a nemusím se vystavovat selhání.*“

Protože Petra pochází z dysfunkční rodiny, pravděpodobně si jako svou obranu podvědomě vytvořila ideální pravidla, jak by měl život a svět fungovat. Ta se jeví jako bezpečná a jistá. Když ale nejsou naplněna, tak se její svět hroutí. Není schopná se adaptovat na změny životních skutečností. Když už není jiné východisko, činí tak s velkou bolestí a zmatením. Adler rozumí spiritualitě jako hledání jedince po smyslu a pocitu spojení s něčím člověka přesahujícím. Pokud má pozitivní charakter, projeví se to na vztazích jedince ve společnosti. Spiritualita může jedinci pomoci v době krize a neštěstí. To u Petry někdy fungovalo. Například snaha žít v přítomném okamžiku (inspirovaná četbou knihy *The Power of Now*) či využívání prvků z buddhistické filosofie vedli v některých chvílích k větší vyrovnanosti v jejím životě. Tato období byla ale smetena s tím, jak se měnil její osobní život, zejména partnerské vztahy.

Protože nemá přímou vlastní spirituální zkušenost, je fascinována těmi, kteří hlásají, že tyto zkušenosti mají. Vyhledává autoritu, které se chce plně oddat a čerpat z jejích vědomostí. Nevěří sama v sebe, což pravděpodobně zapříčinily vlivy z dětství. Dominantní a nevyrovnaná matka a málo angažovaný otec ji často jako dítě kritizovali, posuzovali a měli vysoká očekávání, čeho by měla v životě dosáhnout. Žije v trvalém strachu ze selhání. To v ní vyvolalo víru, že sama nemůže ničeho dosáhnout. Hledání autority je pro ni příslibem životní jistoty a zázemí, které v životě nepocítovala a jen po něm toužila. Proto v minulosti toužila být i součástí nějakého náboženství, ale současně se nebyla schopna podvolit žádné rigidně dané myšlence, protože objektivně nemusí být pravdivá. Neschopnost či neochota vybrat si konkrétní náboženský směr či tradici znamenala, že ucelený spirituální systém začala hledat u duchovně založeného partnera.

Problém je, že pokud jakýkoliv její ideální model selže, upadne do hluboké existenciální krize, protože jak sama říká, „...*nemám se kam vrátet. Nemůžu se vrátit*

sama k sobě, protože můj život má smysl, jenom když je v kontextu s jinými. Sama pro sebe nemám žádnou jistotu, sebevědomí, nic.“

Hledání spirituality bylo pravděpodobně v případě Petry vždy hledáním svého bytostného Já a potřeba někam patřit, k něčemu se vztahovat, nalézt v životě stabilitu. Je diskutabilní, do jaké míry sama ve spiritualitu skutečně věří či jak ji v současné době chápe, protože se zdá, že prochází určitou životní tranzicí.

Na rozdíl od ostatních dotazovaných nebyla spiritualita přirozeně vnímanou součástí života této informátorky, ale je pozitivní přidanou hodnotou, pro kterou musí vyvíjet snahu a vědomě si ji připomínat. Lze uvažovat Maslowovu pyramidu potřeb, kdy potřeba sebetranscendence je ta nejvyšší. Petra ještě nenaplnila nižší žebříčky této pyramidy. Nemá zázemí, nezískala dostatečné pochopení sebe sama atp. Potom se jeví jako rozumné, že si „dává pauzu“ od spirituality a plně se věnuje hledání sama sebe a snaží se o vyřešení, pochopení a internalizaci svých dysfunkčních vzorů v psyché.

9. 1. Příběh Kateřiny

9. 1. 1 Cesta ke spiritualitě

Tato informátorka má blízký vztah k duchovnímu životu už od dětství. V té době nepotřebovala přesně pojmenovávat, zda je či není spirituální. Přišlo jí přirozené, že existuje duchovní svět. I věci, které jako dítě viděla, například v pohádkách, ji přišly jako naprosto přirozená součást života. Od babiček, které byly věřící katoličky, slýchala o Bohu. *„Obě měly velmi pozitivní postoj, mluvily o něm (Bohu) hodně hezky, nemluvily o trestání. Babička často říkala, že pámbiček jí má rád a že se o ní vždycky postará.“* I díky tomuto přístupu ze strany své rodiny se necítila nepatřičně a zůstala duchovní dimenzi života otevřená.

Protože je velmi citlivá, potřebuje k životu přistupovat odlišně, než člověk, který je více praktický a materiálně orientovaný. *„Narodila jsem se jako citlivý jedinec a vnímám odjakživa hodně silně, jak se cítím, takže je pro mě logické, že jsem spirituální. Hodně hodnotím a dívám se na svůj vnitřek.“* Vždy vnímala své pocity a sebe sama. To se jeví jako psychologická reflexe sebe sama, která však nutně nemusí být zaštitěna spiritualitou. *„Spiritualitu chápu jako vnitřní svět, který má každý jiný a je na tobě jestli*

se k němu obracíš a posloucháš ho anebo ne a žiješ povrchně a materiálně. Když žiješ jen pro materiální svět, tak se neptáš co se děje uvnitř. Obracení se do nehmatatelného světa, to je pro mě spiritualita“

Vždy věřila, že je jen jeden Bůh. Už od dětství, když slychala o různých náboženstvích, pro sebe intuitivně věděla, že v jádru je to vše stejné, univerzální. Proto v každém duchovním směru nachází to, co potřebuje. V dospívání se začala věnovat četbě New Age literatury. Dlouhou dobu ji provázela kniha Louise Hay *Miluj svůj život*, což je bestseller, který byl v minulosti v České republice mezi lidmi zajímavější se o New Age velmi populární. Došlo ale k nepochopení principů, o kterých Hay píše. Kateřina si špatně v pubertě vysvětlila informaci, že každý je strůjcem reality kolem sebe. Vysvětlovala si to tak, že negativita kolem ní je způsobena tím, jaká sama je. Začala se odsuzovat. Má komplikovaný vztah s otcem. Jeho chování v době jejího dospívání napomohlo k tomu, aby si vytvořila řadu „mindráků“, jak říká. Za hranicí „mindráku“ už se ale jeví skutečnost, že začala trpět mentální poruchou příjmu potravy, která v podstatě trvá dodnes.

Vztah s matkou měla vždy dobrý. Matka ji umožňovala se zajímat o duchovno. Jsou si blízké a v určitém pohledu je Kateřina pro svou matku velmi inspirativní co do celkového životního stylu. Její matka se zajímala o New Age dříve, než Kateřina. To je pravděpodobně také důvod, proč ji napadlo hledat knihy zrovna v obchodech s touto tematikou. V důsledku ale Kateřina spíše inspiruje svou matku, než naopak. Jsou obě stejně citlivé a mají potřebu si střežit svůj osobní prostor.

V průběhu hovoru dotazovaná několikrát přeformulovala či doplňovala, jak chápe spiritualitu. Nakonec se vyjádřila, že snahy o specifikaci jsou zbytečné a zavádějící. *„Ani to nechci specifikovat, protože je to nedefinovatelné. Pokaždé, když to nějak vyjádřím, už v ten moment vím, že ta definice není platná, plná, že je to možná pravý opak někdy...“* Pro její osobní přístup k spiritualitě se ale přesto jeví jedna z jejích (nechtěných) definic jako velmi vhodná *„Je to taková alternativní odnož psychologie. Taková intuitivní psychologie.“*

Věří ve „vyšší esenci“, „vesmír“, „životní energii“. Žít duchovně pro ni znamená poznávat sebe sama a získat *„...navrácení sama k sobě, k víře, najít sebelásku.“* „Navrácení se k sobě“ je pro ni jakousi reflexí spirituality. Respektuje jakékoliv

duchovní metody, které k tomuto „navracení“ mohou vést a přispívat (meditace, komunikace s anděly, reiky atd.).

9. 1. 2 Každodennost a spiritualita

Přestože na začátku hovoru říkala: „*Pro mě je spiritualita jako dýchání*“, v průběhu hovoru zaznívaly i velmi kritické reflexe na fakt, že žije tímto způsobem životem. S určitou nelibostí se chvílemi i vulgárně o své spiritualitě vyjadřovala. Důvodem bylo to, že její citlivost ji v určitých chvílích život komplikuje. Dokonce se vyjádřila „*Někdy si přeju, abych tyhle hovadiny (myšleno duchovní principy) neřešila a jela si materiální svět a byla v pohodě. Takhle člověk není nikdy nohama na zemi, někde si lítá...*“ Současně ale toto „lítání“ hodnotí v jiných situacích kladně. Dává ji možnost ulevit si od trápení v každodennosti tím, že se obrátí na víru. Tak jakoby přesouvá tíhu okamžiku do jiné sféry, kterou nemá sama možnost ovlivnit. Věří, že věci se nedějí náhodou, takže i to špatné je smysluplné. Než aby na něčem lpěla, často si jen řekne „*Mělo to tak být.*“ Využívá tento přístup i v interakci s lidmi „*...někdy se stanou věci, které mozek nechápe, tak si to omluví, že to tak bylo, nějakým spirituálním „blábolem*“. *Někdy se do toho totiž zbytečně zamotáš a tohle ti pomůže to rychleji vypustit.*“

Spiritualita jí tak někdy pomáhá a někdy naopak. Pokud se příliš ve všem „rýpe“, tak jí to přináší zbytečné těžkosti, které se časem stejně vyřeší. Pokud má naopak „hlavu v oblacích“ v těžkých životních situacích, naopak jí toto vnímání světa pomáhá, protože bere každodennost s větším nadhledem. Nepůsobí, že by tento rozkol dvou přístupů, byl pro ni problematický zakomponovat do každodennosti života a světa. Naopak ho vidí jako přínosný. Přístup Kateřiny se dá se přirovnat k definici štěstí Jacka Kornfielda. Dalo by se říci, že chápání spirituality touto informátorkou je prožitek trvalého štěstí v jejím životě (i se všemi dobrými a špatnými momenty).

Spiritualita v každodennosti pro ni představuje celý její život, čím více žije blíže svému bytostnému Já, tím je šťastnější, naplněnější, získává větší sebedůvěru a vědomí sebe sama. Spiritualita se jí reflektuje v jakékoliv aktivitě v každodennosti (venčení psa, vycházky v přírodě, cvičení) – ve všem nachází něco, co může mít hlubší význam. Stále čte duchovní literaturu, ale už nevyhledává autory spadající k New Age. K tomuto směru se vyjadřuje velmi kriticky: „*Je to hrozně povrchní. Strašně je to všechno*

takové... „fast food“, to mně přijde, že je to nové náboženství nové doby. Lidi už nemají čím fanatizovat, tak začalo vznikat New Age. Lidi jsou tím praštění, už přes to nevidí svého ducha. Chtějí být tak hrozně duchovní, že zapomínají sami na sebe, na svého ducha. Původnější směry jako buddhismus, tak tam je to méně.“ V poslední době proto více selektuje, co čte, a zejména se zajímá o inspirativní beletrii, poezii a tradičnější náboženské směry, protože „...v New Age už toho moc není. Čím víc čtu ty věci, tím víc si z toho musím vzít selským rozumem to své a to použít. Jsou to strašně plytké, nehluboké, povrchní věci.“

Spiritualita se dle jejího názoru projevuje i na těle. Začala se věnovat józe, která jí umožňuje spatřovat emoční bloky v těle. Od doby, kdy se u ní objevila mentální anorexie, začala hodně sportovat, motivací byla pouze nemoc. Dnes věří, že fyzické tělo je dobrý ukazatel psychických pochodů, jak se člověk cítí po duchovní stránce a je proto třeba se o něj dobře starat. Přesto je její jídelníček velmi omezený. O tomto tématu ale už nechtěla dále hovořit s odůvodněním, že „to ještě nemá zpracované“.

Věnovat se jakékoliv činnosti, kde může hovořit či procítovat své prožitky a pocity má pozitivní vliv na její život. V posledních letech docházela k terapeutovi na spirituálně responsní terapii: „*Chodím tam ve chvíli, kdy cítím, že nejsem v pořádku, využívám to jako psychologii. Mám svoji emoční hranici, takže se mě hodně věci „chytne“ a potřebuju někoho, kdo by mě srovnal, nějakou vrbu. U SRT si mě terapeut vyslechne, udělá se mnou tu „práci“ (zde je myšlena řízená vizualizace, která má změnit pochody v podvědomí) a mozek má pocit, že něco provedl. To mi stačí, největší vliv ale asi má, že se vykecám.*“

9. 1. 3 Vztah k druhým a společnosti

Spiritualita ovlivňuje její vztahy k ostatním lidem různým způsobem, záleží na jaké „vlně si jede“. To znamená, že její aktuální rozpoložení se zrcadlí i v ostatních lidech. Když se zaměřuje na psychologii a např. temperament, tak na lidech vnímá právě temperament, když se zaměřuje na sluneční znamení, tak vnímá je. Lidé se jí reflektují podle toho, o co se právě zajímá a to mění její vnímání těchto lidí. Někdy ji to umožňuje větší pochopení a soucit s tím, jak jednají. Má pocit, že se tak učí lidem více rozumět „...to se ti pak s lidmi lépe komunikuje a chápeš je lépe.“

Hodně se naučila na reflexi svých partnerských vztahů. Téma rodinných vztahů nechtěla blíže rozebírat. Zdálo se, že dokud situaci nevyřeší, nechce se o ní bavit. O to více se s nadšením rozhovořila o tom, co se naučila díky svým partnerům.

Měla vztah s ryze materiálním člověkem, který „...neřešil intuici, nevěřil v nic nad materiálním světem.“ To bylo před několika lety, kdy ještě neměla tak plné pochopení sebe, jako nyní. S tímto partnerem se duchovně uzavřela. „*Sice mě to mrzelo, ale věděla jsem, že to nemůžu sdílet, tak jsem se na to přestala dívat a odřízla to. Po dvou letech jsem ale zjistila, že jsem hrozně prázdná, že mě takhle život nebaví, že mi nefunguje jen mechanicky, materiálně žít. Potřebuju vnitřní svět.*“ Toto pochopení se projevovalo v jejím životě i dále.

Po vystudování České zemědělské univerzity a rozchodu s partnerem zjistila, že její celoživotní touha po uměleckém vyjádření musí být naplněna. Zpěv je pro ni součástí její spirituality, protože ji umožňuje skutečně prožívat. V uměleckém prostředí má konečně pocit, že je s lidmi, mezi které patří. Cítí se mezi nimi dobře a bezpečně, což v ostatním sociálním prostředí, kde se dříve pohybovala, nikdy nepocítovala. Všichni jsou si v tomto oboru dle Kateřiny podobní tím, jak vnímají svět a sebe sama. Jsou stejně citliví jako ona a je přirozené s nimi hovořit o čemkoliv „mezi nebem a zemí“, protože „...každý si to tam nějak řeší. Můžeme sdílet vnitřní světy stejným způsobem, to je uvolňující, můžu je lépe poznat, lépe si rozumíme. Do té doby jsem si říkala, že jsem „magor“, ale dělají to všichni v oboru, tak je mi tam dobře.“ Z otázek po existenci osudu a dalších velkých témat čerpá inspiraci. „*Moji spolužáci si frčí většinou v New Age, jsou mladí... Jiní jedou v józe, další čtou o Buddhismus...Každý má něco svého ještě vedle a i ti co na to nevypadají, tak se zajímají o psychologii. A nejlepší je, že to všichni berou jako naprosto samozřejmé.*“

V současném partnerském vztahu s hudebníkem je tak poprvé v životě skutečně spokojená, protože tento vztah obsahuje i prvek spirituality. „*Mluvíme stejným jazykem...o těch vnitřních světech, lépe si rozumíme. Třeba jsme i zkoušeli nějaké tantrické partnerské kurzy, ale ve finále nám nejlíp funguje to, co si sami vymyslíme. Hlavně když se na sebe napojíme a využijeme, že máme stejnou řeč vnitřního světa.*“

9. 1. 4 Krize?

Pokud se v jejím životě objeví nějaká krize, přistupuje k ní se svým specifickým - „citlivějším“ přístupem. *„Klasická psychologie je na mě moc vědecká, tvrdá, většinou se mi stejně nedobere toho, co potřebuji. Víc mi pomáhá SRT, než psycholog.“* Proto je ráda, že jí nikdy nebyla oficiálně diagnostikována porucha příjmu potravy (přestože jí objektivně vzato trpěla a částečně stále trpí). *„To bych se zbláznila, já potřebuju jiný přístup. Prostě jsem přecitlivělá, taková jsem se narodila, tak se mi prostě stalo. Vychází to ze vztahu s rodiči, hlavně s otcem, ale vážně o tom nechci mluvit – nemám to ještě zpracované. Ale aspoň to už konečně čistím.“*

Domnívá se, že člověk nese zodpovědnost za věci, které se mu v životě dějí. To v ní nenavozuje pocit provinilosti, ale spíše hledání po pochopení, jak se chovat, aby se krizím a problémům vyhnula. *„Zaposlouchat se do sebe a vědět, co člověku vyhovuje a co ne, to není o spiritualitě ale o selském rozumu.“* Spiritualita je tak pro ni nástroj k porozumění sama sebe. Neuchrání ji to před krizí, ale pomáhá jí to se s ní vyrovnat.

Krize bere jako přirozenou součást života, ne „error“ (chybu). V tuto chvíli bylo vidět, že je velice rozmrzelá při vzpomínce na New Age přístupy, které už opustila. *„New Age ti tvrdí, že spiritualita zaručí, že nezažije člověk bolest, tak to je chyba, člověk si tu něco musí prožít. Tohle je to, co u New Age nemám ráda. Tohle je „error“ tam. Tvrdí, že když to jednou pochopíš, tak budeš šťastná až do smrti. To mě štve, protože oni zapominají, že žijí tady a teď a že se prostě věci stanou v životě. Je to normální, je zbytečné to zbytečně řešit.“* Díky tomu pochopení si uvědomila, že spiritualita štěstí nemůže zajistit a že je třeba naučit se v životě reagovat konstruktivně i na nepříjemné skutečnosti. *„Co bolí, to roste, se říká, takhle to funguje i v té józe, když procházíš assanama, tak je to je nepohodlné, ale vychází to z toho, že má člověk vytrvat, dýchat, vydržet tu bolest a být v ní. Protože pak máš pocit, že žiješ, že tu jsi.“* Kateřina zmínila zajímavý názor, který se dozvěděla od své učitelky jógy. *„Přes všechny tyhle knížky vlastní zážitek bereme jako second-hand. Lidi nemyslí, jestli je to baví, jestli jim to dělá dobře, ale přemýšlí jenom, jak to dělá a prožívá někdo jiný a zapomíná sám na sebe. Náš vlastní zážitek je second hand.“* Uvědomila si díky tomu, že každý je individuum a funguje mu něco jiného a přestala se kritizovat za „precitlivělost“, „přeřešování“ a další podobné věci.

9. 1. 5 Vyhodnocení

Přestože zdůrazňuje svou citlivost a zranitelnost, přístup, který pro svůj život zvolila, se jeví jako velmi pragmatický. Pravděpodobně i přes obtížnou situaci s mentální anorexií se naučila přistupovat ke světu určitým konstruktivním způsobem, který jí osobně vyhovuje. Je to dané tím, že přijala kým je, jedná se sebou s respektem a snaží se sama pro sebe naplňovat emocionálně potřeby, které má. V případě této informátorky se zdá, že spirituální prožívání je v podstatě identické s emocionálním. Díky své citlivosti má potřebu se věcmi hlouběji zabírat. Pokud tak nečiní, cítí se prázdná. Materiální život jí přijde nudný a omezený.

Velkým krokem v její spiritualitě bylo přijetí sebe sama. V tom jí pomohla spirituálně responsní terapie. Od té doby, co tuto terapii dělá, lépe integruje i těžká témata, která dříve nechtěla řešit. Jsou témata, pro která potřebuje odborné vedení. Od doby, co navštěvuje SRT, se její vztahy zlepšily, protože je sebejistější a spokojenější sama se sebou. SRT terapie jí umožňuje integrovat do svého nitra problematická témata, se kterými by si sama jen těžko věděla rady.

Současně ale trvalá, hluboká sebereflexe je pro Kateřinu vyčerpávající. Přináší jí sice mnohá pozitiva (lepší pochopení sama sebe, druhých, větší smířenost a vyrovnanost se životem, větší motivace atd.), současně však i mnohá negativa. Ta jsou převážně viděna v tom, že se někdy zabírá opravdu každým detailem, což nemusí být pro vyřešení problému podstatné. Je pro ni obtížné jen nechat věci plynout bez jejich analyzování. Tento problém si ale uvědomuje a snaží se na něm pracovat se svým terapeutem.

Je zjevné, že Kateřina úspěšně pracuje na své individuaci. Její názory jsou velice utřídění. Spiritualitu vidí jako jednotu s přítomným okamžikem. Nemá stavy existenciálních krizí, protože si uvědomuje rozmanitost lidského prožívání. Věří, že člověk nemůže dosáhnout trvalého štěstí, ale při hlubším porozumění a naslouchání sám sobě, může člověk nalézt pochopení světa. Ten má dle ní určitý řád a fungují v něm principy, které pokud člověk následuje, může na své cestě růst poklidně. V podstatě vše, co přijímá, jako spirituální realitu života vychází z jejího osobního prožívání, cítění a je pro ni naprosto přirozené. Nepotřebuje externí vedení, aby si uvědomovala duchovní dimenzi života.

10.1. Příběh Michaela

10. 1. 1 Cesta ke spiritualitě

Pěťadvacetiletý Michael pochází z hluboce dysfunkční britské rodiny. Na jedné straně agresivní matka s depresemi, schizoidní poruchou a dalšími blíže neurčenými duševními poruchami, na straně druhé schizofrenní otec, který byl v době dospívání Michaela drogově závislý (převážně bral extázi), což jeho stavy ještě více zhoršovalo. V dětství byl Michael často agresivně bit a slovně napadán. Matka ho nikdy nepochválila, nepohladila, nehrála si s ním jako s dítětem. V průběhu času jediné, co matku zastavilo před dalším týráním Michaela, bylo její přistoupení k náboženské společnosti Svědkům Jehovovým, kdy sice fyzické týrání z větší části ustalo, ale přišel psychologický nátlak na absolutní podvolení se této organizaci, jejím praktikám a názorům. Současně pokračovala v ponižování Michaela, protože se snažil být jiný. V malém městě u Liverpoolu, kde Michael vyrůstal s komunitou dětí, jejichž rodiče patřili také k tomuto uskupení a nutili své děti k absolutnímu purismu, došlo k adolescentnímu vzbouření. Pro Michaela, který je velice inteligentní (dle měření IQ je na pomezí geniality – má naměřenou hodnotu 140) nebyla jehovistická víra dostačující a zároveň naplňující v žádném ohledu. Matka mu nedovolila chodit do školy, protože nechtěla, aby se Michael učil „lži“, které postmoderní svět ve škole vyučuje. V 15 letech se matce vzepřel a školu sporadicky začal navštěvovat. V tomto období s matkou střídali různé chráněné domy pro sociálně slabé, což znemožňovalo pravidelnou školní docházku. Matka se o výuku Michaela nezajímala, nepodporovala a přímo ho od ní zrazovala. na internetu hledal hudbu a četl si to, co ho zajímalo.

Byl často nucen se starat o sebe i matku, která měla střídavě stavy depresí, kdy nebyla schopna vstát z postele i několik dní po sobě. V dobách, kdy byla schopna „fungovat“, jak Michael říká, se pouze vyžívala v jeho ponižování, eventuálním bití, manipulaci a degradaci každého jeho životního zájmu a přístupu. I když byl Michael ještě malé dítě, jeho matka nestrpěla, aby si vymýšlel dětské hry, a aby tyto imaginativní hry hrál. Přišlo jí to nebezpečné a nesmyslné. Chtěla pouze, aby četl slovo Boží, dle jehovistického výkladu a doslovně přijímal dogmata. S jeho individualistickým přístupem a nechutí k autoritám a současně s kritickým pohledem na banálnost

jehovistické víry stále častěji v Michaelovi vyvstávala potřeba vymanit se nějakým způsobem z tohoto světa. Bylo nevyhnutelné, aby se nějakým způsobem z toho světa potřeboval vymanit. Zejména také proto, že už již jako malé dítě zažíval zvláštní stavy, kdy měl pocit, že se spojuje s jiným světem, který je mnohem bohatší, než realita, ve které žije. O to bolestnější bylo snažit se o jeho zážitky podělit s matkou (otec je v Michaelových osmi letech opustil), která je velmi znevažovala a potlačovala.

Vnitřní nespokojenost, nesourodost, zmatek, nejistota a zejména prázdnota a odtržení od všeho a všech ho v dospívání přivedla k drogám. Hrůza prázdnoty je něco, co lidé, kteří začali brát drogy, často zmiňují jako jednu z hlavních prapříčin hledání úniku. To byl i Michaelův případ.

V tomto drogovém období (které trvalo přibližně 3 roky), Michael určitou dobu strávil i jako bezdomovec. Po určité době si ho všimly úřady a přidělily mu byt pro problematickou mládež, kde však i nadále drogy bral. Pocity sebeurčení a životního naplnění se vyskytovaly jen zřídka. Při typu drog, které nejčastěji bral (extáze, halucinogenní houby atp.), se svět konečně stával tím, o čem vždy snil – barvitý, dobrodružný, fascinující. Plastické obrazy, iluze přátelství s dalšími lidmi, kteří s ním drogy také užívali, dávali jeho životu novou náplň. Motivací brát drogy byla prázdnota a nesmyslnost života. Stavy, které prožíval, byly pro něj občas natolik fascinující, že začínal hlouběji uvažovat o spirituálním světě. Protože měl někdy pocit, že ho aktivně prožívá a je v podstatě hmatatelný. Tento nový objev byl však vykoupěn depresemi a pocity kdy jediné, na čem mu záleželo, bylo neprožívat utrpení každodenního života, ve kterém nenalézal své místo. Cítil se hluboce vykořeněný a ztracený.

Přestal jíst, spát a došel do stavu, kdy byl několik dní pouze na drogách. Dostavila se silná toxická psychóza a halucinace, která byla absolutně děsivá, ale současně zafungovala jako zjevení. Michael se vždy, již od útlého dětství, intenzivně zabýval duchovním světem a zažíval pocity propojenosti s něčím, co jej vysoce přesahuje. V tomto finálním hrozivém stavu: „...*jsem si uvědomil, že takto nechci prožít svůj život, že mohu směřovat výše a chci pro sebe lepší budoucnost.*“ Na základě svého rozhodnutí ukončil styky se skupinou, se kterou bral drogy a snažil se začít žít nový život. Začal docházet do školy. V tomto období přišla další rána, která se nakonec ukázala být vlastně přínosnou, protože mu pomohla posunout život na vyšší stupeň. Byl

napaden skupinou mladých násilníků, kteří ho zbili tak, že mu zlomili většinu zubů. Zhmoždily ho tak, že několik dní musel strávit hospitalizovaný na lůžku. V nemocnici se ho ujala nezisková organizace, která pomáhá mladým lidem v jeho postavení a dala mu větší finanční obnos, aby se mohl rychleji zotavit. S těmito penězi odjel díky pomoci svého středoškolského profesora francouzštiny na dvoutýdenní kurz do Francie. Přestože do školy téměř nechodil, jeho talent na jazyky mu umožnil se během pouhých dvou týdnů naučit poměrně dobře komunikovat francouzsky. Tento životní úspěch ho utvrdil ve víře, že v životě může být i něco více, a že život nemusí být jen každodenní utrpení.

V tomto období se snažil najít nový styl života. Sílu mu dávala právě víra v něco lepšího, jeho přesahujícího. Co mu zejména dodalo sílu, bylo odhalení knih s duchovní tematikou, které tyto stavy vytržení vytržení slibovali nejen při drogové intoxikaci, ale také bez jejich účinků.

Přestože stále pokračoval v občasném braní drog, velice úspěšně ukončil střední školu. Věděl (velkou měrou i na základě zkušeností, které zakusil na drogách – jako například jednota se vším a všemi, otevřenost světu, splynutí, štěstí, euforie a hlavně i jeho vlastní bádání jak v sobě, tak v hlubokém přemýšlení o světě a také fascinace filozofií), že za každodenní materiální realitou se definitivně nachází ještě další rozměr, který je spirituální a hluboce smysluplný. Proto si zvolil jako předmět svého studia teologii.

Dobrovolně se izoloval na několik týdnů ve svém bytě a pouze studoval, četl a připravoval se na zkoušky na vysokou školu. Byl přijat na Cambridge, kde se zaměřil na Islám. Jako hlavní jazyk si zvolil arabštinu. Tento obrovský úspěch a štěstí vyvažovaly stavy nejistoty a obrovského stresu, které studium na tak prestižní univerzitě přináší. Drogy na učení byly velkou oporou a občasná konvenční braní drog, které již znal z minulosti, na sebe nenechaly dlouho čekat. Dokonce byly vítanou možností „dotknout“ se změněných stavů vědomí, které tak často zažívali mystici, které obdivuje.

10. 1. 2 Každodennost a spiritualita

V knihách mystiků se dočetl, že takzvaná „cesta kříže“, to znamená spirituální cesta utrpení, je velmi přímou cestou k nalezení intimně cítěného spirituálního rozměru reality. Tím si vysvětloval, proč v životě musel zakusit tolik příkoří a akceptoval, že

utrpení může být velmi dobrou metodou, jak duchovně růst.

Na univerzitě naplno začalo jeho spirituální hledání. Uvědomoval si, že z dětství musí mít velké duševní rozpolcení a problémy, ale vyhledání odborné pomoci bylo jen dočasné a ani u psychologické terapie dlouho nevydržel. Díky studijnímu grantu, který dostával od státu, se mohl plně věnovat studiu a současně mu umožňoval mít dostatek prostředků na prozkoumání různých směrů současné spirituality. Přesto prožíval období depresí a zmaru a občasně bral drogy.

V tomto období také měl velké duchovní prožitky díky meditacím a jiným praxím, kterým se věnoval. *„Prožitky, které jsem měl, by se daly srovnat s těmi, které měl Karl Gustav Jung.“* Téměř každý den medituje. Na Cambridge založil meditační skupinu. Často dojíždí na meditační retreaty a několik měsíců strávil jako poustevník v Indii.

Michael ve svém příběhu stále více zdůrazňoval významnost svých prožitků a absolutní přesahující pravdu, která je pro něj důležitější než cokoliv, co může okusit v každodenním, žitém světě. Spiritualita je pro něj tajemná, hodnotná a je mimořádnou součástí jeho života. Esoterické, spirituální a kosmologické hledání je jeho nepostradatelnou částí. *„Oceňuji myšlení, které směřuje k pátrání po odpovědích na obtížné otázky, tajemství a hovory o více smysluplných věcech, než každodenní témata, jasnější pochopení vlastních emocí tak, aby byly jemnější a citlivější a také toužím po pocitu radostné pýchy, že můžu být vznešený, důstojný a moudrý člověk“*

Vypovídá, že někdy zažívá *„rozpínavý pocit v mysli, v prostoru k neuchopitelným, neznámým věcem, vztah k vzdáleným zemím a víru v to, že cokoliv je možné. V každý moment se nečekaně může něco stát a vést náš život k vyšším cílům.“*

Hlavním cílem je disciplinovaný a kontemplativní život. Toho docílí jedině naplňováním výše zmíněného. Chce trénovat „vnitřní vizi“ skrze četbu a imaginaci scén z příběhů, jako jsou starobylé mytologie, filosofie, biografie proroků, filosofů, hledačů, fikce velkých nápaditých spisovatelů nebo alegorické příběhy. *„Chci každý den strávit určitý čas v tichu, reflexi myšlenek a pocitů. Dát větší pozornost přírodě a přírodním fenoménům, rytům vlastního těla a tomu, jak je toto vše propojeno se světem.“*

Spirituální a esoterická filosofie a kosmologie mu pomáhá získat hlubší pochopení života kolem nás. Říká k tomu: *„Kombinace těchto vhledů přináší pozvolně a*

postupně nejúžasnější změnu prožitku světa. Já se potřebuji spojit s těmi nejniternějšími pocity, které sahají od těch o naivní otevřené lásce a zbožňování všeho v životě po hluboký smutek z odloučení a osamocení inherentní individuálním bytostem, jakým je člověk, až po zmatení a úzkost z toho, že jsem zodpovědný za své volby a svůj život.“ Dále také hovořil o strachu a současně o obrovské tužbě po naplňování všech vyšších ideí, které si pro svůj život stanovil a jak zmatený a bezmocný se někdy cítí ve svém životě. Současně však vidí neuvěřitelné možnosti, i když je ve stejném čase paralyzován strachem.

V nedávné době si uvědomil, že se dokonce bál vyjádřit svůj zájem v „život ducha“, což ho vedlo k zoufalému přizpůsobení se hédonistickému²⁵ stylu života ostatních lidí a také k soustředění se na odsuzování světa a neschopnost se propojit s druhými. Duchovně toto vidí jako vynikající zkušenost, protože je to v určitém smyslu vzdělávající, a jelikož se musí postavit čelem pravdě: *„Pravdě, že většinu mého života jsem strávil v bublině na osamělém ostrově, který není reálný, s otázkami, které nikdy nebyly zodpovězeny, nářky, které nikdy nebyly vyslyšeny, myšlenkami, kterým nikdo nedal pozornost, pocity, které nebyly sdíleny... V krátkosti by se toto dalo shrnout jako stěžování si na lidskou bytost, která krom základních materiálních potřeb a morálních příkazů byla ponechána vlastním mravním zásadám.“*

Michael chce být spisovatelem. Nejvíce ho v životě naplňuje, když píše a když se věnuje studiu jazyků, čtení poetických knih, religionistických textů a čehokoliv spojeného se spiritualitou, tak jak si ji sám definoval. *„Tam se cítím bezpečně a dobře“*. Žádné sporty ani jiné společenské aktivity nevyhledává. Přítelkyni v současné době nemá a nehledá, protože by ho odváděla od jeho *cesty*.

Michael se také začíná hluboce zajímat o vědu, kosmologii, zkušenosti blízké smrti, dokumentovaný kontakt s mimozemskou inteligencí, ekologií myšlení, udržitelným zemědělstvím a permakulturou obecně. Tyto zájmy studuje akademicky z knih, článků, videí a podobně. Miluje studium nových informací. Avšak nemá ambice uvést tyto zájmy v praxi. Přesto cítí, že mu dávají možnost úplně nového přijetí reality a otevírají ho. Současně ho ale toto otevírání se novému a nepoznanému ho uvěžňuje v pocitu pravidelného děsu (doslova říká "semi-regular terror"), protože cítí, že ho to

²⁵ Hédonismus je filosofické učení o slasti jako hlavním motivu lidského jednání (Linhart, 2007).

posouvá blíže k hranicím a strachům (a uvědomuje si postupně jak hluboké a mocné pro jeho život jsou).

Převažujícím prvkem jeho každodennosti je pocit odcizenosti. Zvažuje, zda to pramení z jeho nechuti přijmout zodpovědnost a jakýkoliv závazek ve svém životě, či to pramení z něčeho jiného. Ať už je důvodem strach ze selhání či hraný nezájem, který je opět spojen s nejistotou.

10. 1. 3 Vztah k druhým a společnosti

Celá jeho dosavadní životní cesta a neštěstí, které pocíťoval, odpovídají stavům, které zažívají lidé předtím, než přijmou nějakou duchovní cestu (tzv. psycho-spirituální krize). Michael je hluboce individualistický a cítí se vykořeněný z lidské společnosti. Postupně se začal domnívat, že je to tím, že je výjimečný. Jeho výjimečnost nedovoluje ostatním lidem proniknout do jeho světa, který je „...*plný poezie, vnitřní krásy, propojenosti s mystikou a krásou, dalece přesahující každodenní bytí.*“

Nebyl schopen nikdy navázat plnohodnotný partnerský vztah. Jeden vyzkoušel s mužem, ale zjistil, že to není jeho cesta. Jeho přítelkyně nikdy nebyly v nějakém ohledu dostatečné. Často právě v tom spirituálním. Nedosahovaly takových kvalit, jakých by si představoval. Časem se snažil vyhýbat smyslovosti, která ho až chvílemi odpuzovala s tím, že „...*pokud za ní není hluboký spirituální prožitek je to ztráta času, a nepatřičnost tohoto chování je ohavná.*“ Současně ale s nikým nenalézal tuto hlubokou, vnitřní propojenost. Lituje, že se k některým svým přítelkyním choval někdy až krutě (milovaly ho, ale on nikdy nemiloval je). Střídal období bezuzdných večírků, kde bral často drogy s obdobími, kdy žil velmi puristickým způsobem života, téměř bez jídla, bez jakýchkoliv drog či jiných tělesných prožitků. „*Vedle sexuálních dobrodružství jsem toužil po mnišském, hluboce kontemplativním způsobu života.*“

Jeho vztahy s lidmi nejsou nikdy naplněné. Většinou je nějakou dobu hluboce obdivuje za speciální vlastnosti, které mají, ale je pro něj velmi obtížné přijmout jejich nedokonalosti, které mají také. Málokdy cítí skutečné spojení s nějakou osobou, protože tento vztah je v jeho mysli spíše rezervován velkým myslitelům a duchovním učitelům. V partnerských vztazích je největším problémem, že dívky ho velmi rychle začnou nudit. Nenachází ve vztahu jakékoliv naplnění či hodnotu: „...*čím víc jsem své partnerky*

poznával, tím méně jsem je měl rád“. Také říká: „...*moje myšlenky se mění každým momentem a plány jsou smeteny pochybnostmi a znovu přicházejícími novými plány probleskávajícími stále znovu a jinak, což nevidím jako vhodné podmínky pro lásku“.* Přesto jeho touha po dokonalosti a dokonalé ženě znamená, že partnerky střídá a zkouší nové a nové vztahy s vědomím, že to jsou pocity, se kterými se musí vypořádat.

Často se ocitne ve vztahu a posléze nejen nechápe, co v něm dělá, ale má potřebu partnerce vysvětlit, co vše je špatně, což je brzy jeho primárním úkolem v rámci celého vztahu. Stává se jakýmsi “spirituálním rádcem” své partnerky a tuto skutečnost vidí jako hluboce smysluplnou. Pokud se rozejde s nějakou partnerkou, není to pro něj problém, jelikož pomíjivost všech věcí a zejména jeho pocitů je nevyhnutelná. Ve sdílení jeho zkušeností a předávání jeho vědomostí vidí vždy možnou a žádoucí aktivitu, kterou by rád sdílel s ostatními, třeba i s přítelkyněmi po rozchodu, pokud mají zájem.

Podle něj člověk může být dokonalý už na tomto světě a toto snažení vyžaduje a očekává od druhých. Sám se přitom popisoval nejprve jako “vysoce citlivý člověk” (HSP – Highly Sensitive Person), což je formulace obsažená v knize, kterou četl, jež vysvětluje, že někteří lidé mají vyšší práh citlivosti proto, aby lépe přijímali a reagovali na veškeré životní podněty. Proto je potřeba s nimi nakládat speciálním způsobem a ostatní je musí brát takové, jací jsou, respektovat je a přijmout. Tento předpoklad zatím žádný z jeho vztahů nenaplnil. *„Nemohu upozad'ovat své sny. V těch nejizolovanějších obdobích mého života, plných melancholie, jsem zažíval silnou ženskou přítomnost. Pociťoval jsem s ní hluboký prožitek intimacy, který i když byl nemateriální, byl mnohem reálnější než cokoliv, co lze zažít v každodennosti.“*

Protože se obává interpretací ostatních lidí o něm samém, má problém s nimi navazovat hlubší vztah. Kdykoliv odhalí jeho vnitřní myšlenky ostatním, téměř vždy cítí příkré a mechanické myšlení stojící mezi lidmi a jím. *„Lidé hrubě překrucují vše, co já říkám a oni slyší. Ať už to pramení z mé neschopnosti se dobře vyjádřit či jejich selhání naslouchat, jsem otevřený, ale snažím se brát odpovědnost za mou komunikaci, pamatujíc, že se mi vždy zdálo, že ostatní se prostě nesnaží nebo nemohou vidět, co se skutečně snažím říct.“* Pocit hlubokého nepochopení společností byl často zmiňován. Často na základě hloubky jeho duchovního prožívání, které je v každodennosti téměř

nemožné s ostatními sdílet. „*Pochybuji, že většina lidí má vhled či zkušenost, aby byli schopni se mnou komunikovat na té úrovni, kterou si mé srdce žádá. Když jsem s přítomnosti jiných lidí a musím reagovat na jejich komentáře, názory a pocity, cítím, že ztrácím své bytostné Já, které je rozdraceno mou úzkostí a strachem z toho, že budu posuzován, že dělám něco špatného.*“ Tento strach pravděpodobně pramení z jeho dětství, kdy byl odsuzován svou matkou.

Pro popis sebe sama využívá termínu “indigové dítě”. To mu pomáhá překonat výše zmíněné. „*Lepší popis své existenciální situace jsem nikdy nenašel. Nyní se konečně učím přijmout to, kým jsem, že jsem velmi výjimečný. To mi dává sílu, abych se postavil melancholickému závoji světa, který vidím, kde se nesčetný počet lidí topí v banální dřímotě, aniž by si uvědomovali, že i oni jsou nevyřaditelně speciální*”. Každý by podle něj měl přijmout své dary, které má a začít si je uvědomovat a žít. Michael doufá, že bude schopen na této cestě lidem pomáhat tím, že s nimi bude sdílet své vědomosti, přestože se od nich cítí hluboce v určitém ohledu odtržen.

Každý dle něj máme unikátní osud a trajektorii, které přichází s vlastním vnímáním této reality. To, že tomuto dříve nerozuměl, vidí jako prapůvod většiny prázdnoty v každodenním životě a tím pádem lépe chápe jeho problematické vztahy s většinou lidí, kteří mu kdy chtěli být blízko. Doporučuje každému, aby si udělal test, kde se lze dozvědět, zda je jedinec tzv. indigové dítě. Jakožto relevantní a užitečný doporučuje kvíz na stránkách www.auracolors.com. Michael si rád dělá různé testy osobnosti. Dlouhou dobu se velmi zajímal o jungiánské typy osobností. To pravděpodobně souvisí s jeho touhou někam patřit, nalézt nějaký koncept, ke kterému se bude cítit, že náleží a bude mu oporou a záštitou.

Bez duchovního pocitu je pro něj život prázdný a nesmyslný. Vyjadřuje se kriticky o většinové populaci, které nejen, že se tomuto tématu nevěnuje, ale odvádí tím i jeho od „vyššího směřování“. Je pro něj neuvěřitelné vidět, kolik lidí žije prázdný život bez tohoto vhledu, aniž by si vůbec všimli, že něco tak přirozeného existuje. Jeho identita a pocit bytostného Já přichází z místa, kde toto cítí. Začíná rozumět svému místu v rámci humanity a snaží se dělat dost proto, aby naplnil své poslání, což je pro něj duchovní růst. Tyto skutečnosti vidí jako hlavní důvod své existence, i když současně má problémy mu dostát a rozptýlení každodennosti a lidské interakce ho od

tohoto úkolu odvádí. Například říká: „...strávil jsem příliš mnoho času nezávažnými konverzacemi, konvenčním povídáním s náhodnými lidmi, přemýšlením o sexu, verbální sebejistotě, cvičení, boji za to, abych byl silnější ve společnosti. Naopak málo času jsem strávil rozvíjením sebe-disciplíny, bytím o samotě, čtením a přemýšlením, sebevyjádřením skrze psaní, nebyl dost v přírodě a měl špatné spací návyky. To potřebuji ve svém životě změnit.“

Přesto při pohledu na ostatní je k sobě velmi sebekritický. Na ty, kteří naplňují hodnoty, které on zdánlivě neuznává (vzhled, fyzická zdatnost atp.) přesto žárlí a cítí se nepatřičný. To je pravděpodobně další ambivalencí v životě tohoto informátora.

10. 1. 4 Krize?

Přestože stále zdůrazňoval krásu a důležitost spirituality, objevovala se v jeho příběhu stále znovu a znovu slova jako bezmoc, strach, znechucení, osamělost, nepochopení, beznaděj.

Například poté, co jeho kamarádka ze školy spáchala sebevraždu říkal „Uvědomil jsem si, že až když byla po smrti, tak jsem se jí cítil nejbliž a pochopil jsem ji.“ O sebevraždě sám v životě často uvažoval. Uvědomil si, že už pro něj není jiná cesta, než spirituální a každé rozhodnutí a činy v životě musí být protkány tímto principem. Navštěvování různých komunit (buddhistické, baháíí, křesťanské, meditační atd.) mu poskytovaly chvilkovou útěchu a pocit sounáležitosti, který v životě tolik hledal. Přesto se po určité době přestal cítit součástí těchto skupin a dále se necítil ve svém životě naplněný a šťastný. Stále se zabíral komplikovaným vztahem ke své matce, ke které byl nucen se z univerzity každé prázdniny vracet.

Východisko pro něj poskytla novodobá spiritualita v kombinaci s mystickou tradicí. Tyto dva přístupy zdůrazňují osobní zkušenost a velmi intimní vztah k duchovnu. Směřují přímo k individuálnímu přístupu a vyžadují v podstatě osobní prožitek, bez kterého není možné skutečně pochopit spiritualitu.

10. 1. 5 Vyhodnocení

Michael byl velmi entuziastický od začátku sdílet své životní zkušenosti a poznatky, proto byla s tímto informátorem udělána série rozhovorů. To se ukázalo jako vhodné kvůli měnící se povaze Michaelových přístupů a názorů. Jeho nálady byly velmi

proměnlivé a při některých rozhovorech působil jako zcela jiný člověk, než při dřívějších. Na začátku rozhovoru se velmi zajímal, proč se tímto tématem autorka práce zabývá, co tím sleduje a jaký je její osobní přístup. V mnoha chvílích se zdálo, jako by se snažil vyučovat. Často navrhoval k většině témat, o kterých hovořil, přečtení určitých autorů, vyzkoušení různých praktik. Dával mnohá doporučení, jak docílit ideálního života, po kterém sám tak touží. Zdálo se, že se považuje za výjimečného a jen velmi nespokojeně toleruje přístup většinové populace, který ho mnohdy až znechucuje. Lidé obecně, pokud nenaplňují jeho ideální a intelektuální standardy, o kterých hovoří, nezdají se mít pro něj velkou váhu.

Kvalita jeho mluveného projevu je na výjimečně vysoké úrovni. (Svěřil se, že hovoří lépe, než většina profesorů, které při studiu na Cambridge poznal.) Je u něj vidět ustavičná snaha vyjadřovat se precizně a unikátně, hovoří velmi sebejistě a výmluvně, používá v mluvě řadu cizích a filosofických termínů a i jeho přemýšlení o každodennosti v sobě nese mnoho z jeho specializace – teologie. Jako by psal knihu pokaždé, když promluví. Tato snaha působí velmi uměle a chvílemi povýšeně. Přestože je vysoce inteligentní a sečtělý, nebo právě proto, je pro něj radostí své poznatky sdílet. Z velké části proto, že se je (někdy bezúspěšně, někdy s bolestí), snaží aplikovat do svého života. Někdy se zdálo, že o některých věcech hovoří jen proto, že se chce ujistit, že je skutečně poznal a skutečně je žije či jakoby se potřeboval sám přesvědčit „před svědky“, že jich jednou dosáhne. Bylo běžné, že informátor se nechával unést hlubokými teologickými, religionistickými, filosofickými, humanistickými či jinými úvahami a bylo znatelné, jak moc ho naplňuje o těchto věcech hovořit. Chvílemi se zdálo jako by se postavil do role duchovního učitele či profesora a blahosklonným tónem hlasu se dotazoval na duchovní zážitky a přístupy a nabízel spirituální vedení. Velmi sebevědomě a s (hraným?) nadšením prezentoval pozitivní dopady spirituality na každodennost, přesto se nezdá, že krom schopnosti o nich hovořit, by tyto dopady sám zažíval. Není schopen mít vztah se ženou a i nadále špatné vztahy s rodinou. Má velmi málo přátel a ani k nim necítí skutečnou vazbu. Cítí se osamělým, unikátním jedincem ve společnosti, která mu nerozumí. Pohybuje se mezi stavy extatického spirituálního nadšení a boží lásky, která jediná má dle něj smysl a stavy existenciálních depresí, úzkostí, zmaru a beznaděje. Doposud nenalezl pevný, stabilní životní cíl či ideu, které

by se oddal a tak se stále pohybuje v rozpolceném stavu mysli. Myšlenkové pochody tohoto informátora se zdály často protichůdné, ale přesto spojené určitým ideálem. Jeví jako rozpolcený mladík, pro kterého je obtížné najít pro sebe v životě něco, čemu by se oddal a plně věnoval, protože se v něm odehrává příliš protichůdných myšlenek současně. Stále analyzuje sebe sama.

Na čistě vědecké úrovni je jako teolog fascinován náboženstvími a účastní se mezi-náboženských dialogů. Obecně ho velmi zajímá a naplňuje diskutovat na intelektuální úrovni jakákoliv témata týkající se spirituality, zejména ta mystická.

Jeho nutkání a neustálé volání by zdánlivě mělo vést k větší individuaci a dospělosti, jak už bylo řečeno na základě studií Junga, Preece a Jamese. Bohužel u Michaela zatím k ničemu takovému nedošlo. Neustálé analyzování sebe sama zatím přináší jen neustávající pohyb myšlenek, úvah a filosofických konceptů. Z momentů velkého nadšení upadá do momentů zmaru a neštěstí. To připomíná myšlenky Roba Preece (2010) o spirituální patologii, kdy jedinec místo aby individuoval své emoce a zážitky, raději od nich utíká do spirituálního světa, kde zdánlivě tyto nevyřešené problémy nemusí řešit.

Ve velmi populárním výzkumu *Religion, Spirituality and Mental Health: Results From a National Study of English Households* (King aj., 2013) autoři deklarují na základě studia více než 7 tisíc lidí, kteří participovali na psychiatrické studii, že lidé, kteří mají spirituální pochopení života, ale chybí jim náboženský rámec, jsou více náchylní k mentálním poruchám. Ze zkoumaného vzorku bylo těchto lidí pouze 19 %, 35 % mělo náboženské chápání života a 46 % nemělo ani náboženský ani spirituální přístup k životu. Kvantitativní výzkum, zejména vztahující se k tak komplikovaně definovanému fenoménu jako je spiritualita má mnohá omezení. Přesto je zajímavé při pohledu na Michaelův příběh vzít v potaz také výsledky tohoto výzkumu. Jako vysvětlení výsledků autoři uvádí jako jednu z možností, že lidé proklamující spirituální život se věnují existenciálnímu hledání, které je motivováno jejich emocionálními krizemi. V tomto názoru lze do určité míry pozorovat podobnost s Michaelovým životem. Dalším vysvětlením může být, že lidé, kteří inklinují ke spiritualitě osobní spíše než náboženské, jsou citlivější a mají potřebu více do hloubky analyzovat svět kolem sebe. Náboženství totiž dává jasná pravidla a řád. Pro někoho vítaná úleva od

nekonečného postmoderního zvažování všech informací, pro někoho možná nepřekonatelné názorové vězení. Michael se jeví spíše jako druhý případ. Přesto hovořil o touze někam patřit a něčemu se oddat.

Domněnka o tom, jací jsou spirituální lidé, vychází z diskuzí s řadou spirituálních učitelů a psychologů, kteří tvrdí, že lidé, kteří se hlásí ke spiritualitě, jsou citlivější na duchovní podněty více, než majoritní společnost. Špatné věci je tak často ovlivňují více, než většinovou společnost. Často je jedním z cílů spirituality hlubší prožívání a emocionální otevřenost. To také znamená, že lidé zajímající se o spiritualitu mohou prožívat svět kolem sebe hlouběji. Může být pro ně frustrující, že i při snaze být lepším člověkem a zlepšit svět, se setkávají s chováním a jednáním, které se s tímto neztotožňuje a je pro ně těžké se s tímto faktem vypořádat. Současně jim chybí pevné ukotvení dogmaty jak je tomu v náboženství, takže se jim nedostává jednoznačných vysvětlení a mají prostor pro přemítání, nejistotu, zmatek, nepochopení atp. Také jim chybí náboženská obec, která psychologicky funguje u nábožensky věřících lidí a často se nabízí jako velká opora v období krize. Do určité míry tato teorie dobře vystihuje Michaleovu situaci.

Lze se domnívat, že v mnoha protichůdných pocitech a myšlenkách, které Michael zažívá, se reflektuje celá současná západní společnost. Velké množství lidí někdy podléhá těmto protichůdným pocitům, strachům a myšlenkám. Tento informátor se jeví v tomto ohledu výjimečný tím, jak rychle se jeho vnitřní svět mění. V průběhu měsíců, kdy byly rozhovory vedeny, se jeho vhlad na život měnil velmi výrazně. Často podle toho, co ho zrovna fascinovalo. Jeho vnitřní život se vyvíjí každým dnem a zážitkem jinam. I přes obrovské množství duchovní literatury a každodenního spojení se spirituálními tématy nenalézá vnitřní klid. Jsou stavy, kdy je vnitřně trýzněn nějakým uvědoměním a několik dní je tím paralyzován.

Často upadá do melancholických nálad, kdy vyhledává osamělost. Tento stav u něj může trvat i několik dní. Ty považuje spíše za pozitivní, spolu s nespavostí a únavou, protože jak se vyjádřil: *„Z mé malé zkušenosti jsem zjistil, že únava a nespavost jsou dva z nejlepších katalyzátorů pro spirituální celistvost. Jsou jako závoje, kterým uhladím konstantní aplikaci trpělivosti a přijetí.“* Zde je vhodné zmínit popis průběhu šamanské iniciační krize a průběh akutní schizofrenie a jejich shodné prvky, jak ho

popisuje Silverman (Benda, 2007, s. 57-58):

- 1. U budoucího šamana i u prepsychotické osobnosti nalézá sklon k introverzi, přecitlivělost, neschopnost řešit nějaký životní problém nebo vyrovnat se s tíživou situací, strach, porušenou sebeúctu, pocity nezpůsobilosti a viny.*
- 2. Zaujetí těmito intenzivními pocity vede v obou případech k pohroužení se do sebe, přerušení komunikace a sociálních kontaktů, postupnému odcizování se okolí a izolaci.*
- 3. Stažení se do nitra dále vede k zužování pozornosti, záměrně navozené senzorické deprivaci, ke změnám vnímání reality (věci nejsou ve skutečnosti tím, čím se zdají být). Objevují se potíže v rozlišování reality a fantazie, snu a bdění a potíže v odlišení já od okolí.*
- 4. V další fázi dochází jak u schizofrenika, tak u budoucího šamana k úplné dezorganizaci já. Objevuje se zmatenost, pocit fundamentálního selhání, fantazie představující kosmickou katastrofu, boj dobra se zlem. Svět začíná být vnímán jako plný nadpřirozených sil a hlubokých, ale těžko pochopitelných významů.*
- 5. Psychologické řešení tohoto stavu spočívá dle Silvermana v kognitivní a emoční reorganizaci psýché a může mít mnoho podob. Šaman stejně jako mystik dokáže postupně integrovat „psychotické zážitky“ ve svém vědomí a stává se tak „pánem dvou světů“. Naučí se pohybovat v každodenní realitě i ve světě mýtu.*

V Michaelových příbězích se všechny výše zmíněné fáze projevují. Není možné v rámci této práce rozhodnout, zda je některá z těchto variant pro Michaelův případ vypovídající. Podobnosti ovšem naznačují, že emocionální stavy, které prožívá, mají hodně společného právě se změněnými stavy vědomí. Michael nepůsobí, že je schopen pátého bodu – integrace zážitku ve svém vědomí. „*Silverman zdůrazňuje, že pro mystika či šamana je důležité, že okolí je podpoří v tomto zážitku a neodsuzuje, naopak v naší kultuře jedinec tuto emoční podporu nenachází*“ (Benda, 2007, s. 58). Jeví se proto jako rozumné, že Michael touží a hledá duchovního učitele, který by mu pomohl s pochopením a internalizací všech zážitků, které má. Současně se ale také na základě psychologické studie Roba Preece (2010) o spirituální patologii jeví jako vhodné, aby Michael nejprve plně zpracoval své emocionální problémy spojené s dětstvím a dospíváním dříve, než se stane mystikem či duchovním učitelem sám. Je problematičtější integrovat poznatky, pokud člověk neví, kým je a nenalézá sám sebe ve své vlastní

psýché. Michael si uvědomuje důležitost vnitřního porozumění a vyrovnání se s minulostí. Zde lze zmínit článek známého českého psychoterapeuta Evžena Kloučka (2014, online), který říká v článku *Psychoterapie vs buddhismus*: *“Z tohoto hlediska bych viděl psychoterapii, sebe-náhled nebo individuálně dosažené sebepoznání jako nutný předpoklad pro získání dostatečné pevnosti pro buddhistický proces vyprazdňování mysli, oslabování lpění a konečném cíli, tedy osvícení. Jde tedy o přípravný krok k osvojení si buddhistického pohledu na sebe a svět.”* Michael se ze všech směrů nejvíce ztotožňuje s Buddhismem. Lze se domnívat, že postup, který Klouček navrhuje, by mohl být pro Michaela velmi přínosný. Toto je velmi dlouhý a mnohdy bolestný proces a s tím, jaký sebeobraz si o sobě Michael vytvořil (výjimečnost) je obtížné se domnívat, že by byl ochoten ztratit tento narcisismus, který je pro psychiku tak omamný. Psychoterapeutický proces by mu mohl umožnit dát skutečnou hloubku jeho zážitkům. Bolest, kterou by přinesl je možná tak velká, že už nemá sílu se jí postavit. Úspěšná terapie by mohla změnit i jeho vztah k rodině. V tomto ohledu mu spiritualita dává údajně sílu odpustit svým rodičům. O své matce přesto velmi často hovořil s despektem až s nenávisí. Jeho proklamované smíření s rodinou (v rámci meditací, metta meditace, modlitby za rodinu apod.) nepůsobilo věrohodně.

V partnerském (a často i přátelském) vztahu se lze domýšlet, že primárním problémem je Michaelovo vztahování všeho v životě k vyšším, duchovním rovinám bytí. Vztah v každodennosti s obyčejným člověkem se mu jeví jako nedostatečný. Zde lze zmínit Jungův archetypální koncept Animy. *„Anima je podle Junga ženská stránka muže. Představuje pro něj obraz jeho duše, či přímo archetyp života. Každý muž v sobě nosí věčný obraz ženy. Zpočátku svou animu identifikuje s vlastní matkou, později ji nachází v jiných ženách“* (Kšišnan, 2011, online) Protože Michael nikdy animu ve své matce nenalezl a tím pádem si nemohl tento archetyp plně internalizovat ve své psýché, projektuje (stejně jako ostatní) svou Animu na své přítelkyně. *„Podle Junga jsme při zamilovanosti pod vládou nevědomých projekcí archetypu animy. V tuto dobu je náš zdroj energie (libida) přemístěn z tradičního umístění, jímž je naše ego, směrem k obrazu osoby, do níž jsme zamilovaní. To vysvětluje exaltovanost v přítomnosti osoby nesoucí naši projekci a na druhé straně pokles energie a nálady při její absenci. Problém nastává, když zamilovanost odezní a projekce ustoupí (energie se přesune zpět*

k egu), což se nevyhnutelně stane v každém déle trvajícím vztahu.“ (Kšišnan, 2011, online) Toto by mohlo vysvětlovat, proč je Michael vždy, čím více své přítelkyně poznává, tím méně je má rád. Identifikuje zamilovanost s hlubokým spirituálním prožitkem lásky. Psycholog Albert Kšišnan dále ve svém článku píše „Zamilovanost není láska ani vztah. Láska je spíše klidným přátelským vztahem s respektem a péčí k druhé osobě. Pravá láska obsahuje prvky vášně, intimity a oddanosti, zatímco zamilovanost poslední dva postrádá.“ Je možné, že právě poslední dva prvky jsou pro Michaela velice obtížné naplnit. Není uvažovat pouze partnerský vztah, ale tento idealismus je viditelný ve všem v jeho životě.

Není oddán žádné myšlence ani směru, přestože po tom touží. Proč by měl být schopen tohoto závazku právě ve vztahu, kde je nutností právě intimita, kterou ve své rodině nikdy nezažil. Proto je možné se domnívat, že ani neví, jak intimitu prožívat. Kšišnan uzavírá svůj článek „Zamilovaný člověk svého partnera nevidí. Ačkoliv zamilovaný člověk má pocit, že by se pro druhého rozdal, ve skutečnosti je jeho láska sobecká. On totiž nemiluje svého partnera, ale miluje svůj archetyp, který do něj promítl. Tedy vlastně sám sebe.“ (Kšišnan, 2011, online) Toto vyjádření by mohlo být platné v případě Michaela, který je velmi konzumován zájmem o sama sebe.

V předchozích kapitolách byly zmíněny vědecké myšlenky z různých oborů (sociologie, psychologie, neurologie), které propagují pozitivní dopady spirituality na každodenní život jedince. Při pohledu na Michaelův příběh není velká část těchto pozitiv znatelná. Lze se domnívat, že problém pramení v jeho případě ze spirituální či osobní patologie, kterou projektuje i do svého vztahu k duchovnosti. Je obtížné hodnotit tento dopad spirituality v Michaelově každodennosti, jelikož se zdá, že pro Michaela právě tato otázka představuje další nepříjemný životní rozkol, kterému se snaží vyhýbat.

11.1. Příběh Alexandra

11. 1. 1 Cesta ke spiritualitě

Jakožto neurolingvista, vzdělaný a sečtělý člověk dává Alexandr popis mnoha různých dimenzí spirituality. Tyto výklady jsou tak perfektně utříděné a mluvně brilantně popsány, že chvílemi se zdálo, jako by tyto popisy četl. V otázce spirituálních

termínů a pojmů je verbálně velmi přesvědčivý a je znát, že se této problematice už věnuje dlouhou dobu. Bere metafyzickou spiritualitu jako bezpodmínečnou součást života.

O svém dětství hovořil krátce, s velkou nelibostí a lítostí. Cítil se v rodině neviditelný a měl pocit, že na něm nikomu nezáleží, že ho nikdo nerespektuje. Rodiče se věnovali svým pracím, zájmům a o Alexandra, jakožto třetí, nejmladší dítě v rodině, se nikdo nestaral. Matka byla emocionálně velmi odtažitá, nikdy Alexandra nepohladila, nepochovala, neukázala vlídnost. Otec se mu jevil jako velmi slabý člověk, který přestože byl velmi inteligentní (profesor práv na univerzitě), nedokázal se nikdy za sebe postavit a nechal se svou manželkou emocionálně týrat. To Alexandra velmi znechucovalo už jako dítě. Současně se cítil absolutně bezmocný něco se svou životní situací dělat. Měl starší sestru, která ho pravidelně týrala. Nešlo jen o dětské hraní, ale o skutečné emocionální a fyzické týrání, zejména degradování a urážení. Se sestrou neudrzuje kontakt, své rodiče oslovuje křestním jménem a zejména k matce je velmi odtažitý, jedná s ní na téměř profesní úrovni. S otcem se v posledních letech sbližuje, protože umírá, což Alexandra přimělo reflektovat minulost. K otci má lepší vztah, protože v době, kdy je jeho matka na několik let s milencem opustila, otec byl ten, který se o domácnost i děti staral.

Alexandr v šestnácti letech utekl do Londýna, kde začal pracovat v ekonomickém centru města. Stal se úspěšným makléřem s akciemi. Žil náročný a vyčerpávající život až do svých 23 let. V průběhu práce na burze, která je velmi stresující, vydělával hodně peněz. Přesto neměl pocit štěstí ani úspěchu. Nebral jako úspěch, že se dokázal sám prosadit v tak mladém věku, ale spíš si začal uvědomovat, že tato práce mu nepřináší krom peněz, žádná pozitiva do života. Začal upadat do depresí. V tuto dobu poznal dívku, která se později stala jeho ženou. Byl už úplně na dně, ale rozmluvy s ní o vyšším, transcendentním směřování života ho nadchly a dávaly mu novou naději. Zamiloval se do ní, ale ona ho odmítala. Existenciální krize se prohloubila.

Dal výpověď, izoloval se ve svém bytě a propadal čím dál horším depresím. Alespoň začal dálkově studovat anglickou literaturu a později neurolingvistiku na univerzitě v Londýně. Stavby depresí byly čím dál horší. V tuto dobu se dostal opět do styku se svou budoucí ženou, která mu dala naději „*Dala mi to, za co ji vždycky budu*

vděčný a pokud budu moci, budu se jí toto dobrodiní snažit vrátit, protože má nevýslovnou hodnotu pro můj život.“ Seznámila ho s učením Lazarise. Lazaris je entita, která promlouvá skrze medium, které se jmenuje Jach Parcel. Po mnohých „úchvatných“ promluvách, které měl se svou budoucí ženou, ho plně seznámila s tímto učením a on se vydal do Ameriky na Lazarisův seminář. To mu „magicky“ změnilo život. Z jeho vyprávění se zdálo, že až tento krok způsobil, že jeho budoucí žena o něj poprvé začala mít zájem na partnerské úrovni. Čím více se zajímal o toto učení, tím blíže si byli. Přesto došlo k rozkolu a po několika letech došlo k rozvodu ze strany manželky. Alexandr byl zničený, říká, že mu manželka velmi ublížila, ale že díky společné lásce k Lazarisovi zůstali „báječní“ přátelé mající „nádherný vztah plný magie“.

Tyto události Alexandra hluboce poznamenaly a mnoho jeho životních ideálů bylo zničeno. O to více se ponořil do studia Lazarisova učení. Tím pro něj jakékoliv spirituální hledání skončilo a „...v podstatě ani nikdy nezačalo, protože jsem byl požehnaný tak, že jsem rovnou našel to pravé a nejobsáhlejší učení v historii.“ Od té doby se věnuje výhradně tomuto učení. Co ho nejvíce zaujalo a proč se rozhodl, že se vydá právě tímto směrem, bylo to, že „...růst nemusí být utrpení. Naopak duchovní růst může přicházet skrze radost a štěstí. Není třeba překonávat překážky, růst má být elegantní!“ Další myšlenkou, která ho učarovala, bylo „...prožívání lásky a hledání svého pravého já je s Lazarisem fascinující, magický zážitek. Učí nás, jak si vytvářet svou vlastní realitu, jak získat to, co chceme a mnoho dalšího, ale to bychom v této restauraci strávili několik životů, než bych řekl, co vše Lazaris učí.“

11. 1. 2 Každodennost a spiritualita

Každý dnem studuje Lazarisovy materiály: „*I když mohou být chvíle, kdy nejsem se svým životem spokojený, protože vždy je co zlepšovat, nic nepřekoná pokroky a pochopení, které jsem získal díky Lazarisovi. To je naprosto nevýslovné.*“ Věnuje se tomuto studiu více jak 25 let. Učí se o metafyzických jevech „...pro normálního člověka, který neprošel kompletním učením Lazarise by to bylo těžce pochopitelné. Díky Lazarisově učení jsem opravdu našel Pravdu a mnohem víc, než by jakýkoliv jiný učitel mohl říct, protože Lazarisovo vědění přesahuje tento svět a nikdy nebylo v takovéto

formě a rozsahu k nalezení v lidské historii.“

Velmi často zmiňoval slovo „magie“ a „elegantní“. Při nahlédnutí na internetové stránky a některé zdroje vztahující se k tomuto učení je zjevné, že některé formulace, které Alexandr používá, jsou slovo od slova řečené Lazarisem. „Dělání magie“ či jak by se česky řeklo „čarování“, je pro tuto skupinu jakousi formou propojení duchovních sil a následné transformování reality kolem sebe. Věří například, že pomohli touto magií zastavit válku v Kosovu a další.

Neustále vyzdvihoval výjimečnost Lazarise a jeho učení *„Lazaris dává ucelený koncept, od těch nejsložitějších metafyzických detailů, které zatím ještě ani současná věda neobjevila. Ale chápu, že někdo nemusí být připraven jít na tak přímou cestu k osvícení, jakou je Concept:Synergy“* (tak se nazývá uskupení kolem Lazarise, a je i tak oficiálně v zákoně registrováno jakožto zisková organizace). „V této fázi rozhovoru se Alexandr odmlčel a jakoby zasníl a pronesl téměř dojatým hlasem *„Lazaris je tak úchvatná entita“*. Pak se znenadání zasmál se zasněným výrazem - prý při vzpomínce na to, jaké báječné, zábavné a „lidské“ poznámky Lazaris často má. A jakoby dojat sdílel, jak je šťasten, že může být tohoto součástí. V této fázi rozhovoru se dal pozorovat určitý fanatismus. Přestože skrývaný, nenadálé nadšené výrazy v obličejí, které působily na pomezí zasněnosti a zamilovanosti, se nejevily úplně standardně.

Lazarisovy materiály, které Alexandr využívá, jsou jak psané texty, knihy, tak zejména primárně nahrané semináře, videa, dále i hudební CD apod. Hlavní je řízená vizualizace (nazývají ji meditací) *„jsou skvostné, neuvěřitelné, speciální a absolutně pravdivé.“* Tak, jak Alexandr celým svým srdcem miluje Lazarise, stejně tak obdivuje a miluje jeho medium Jacha: *„Jach je vlídný, úchvatný, inteligentní muž, který obětoval svůj život, aby mohl s Lazarisem pracovat. Pokud totiž většinu času stráví v tranzu, aby skrze něj mohl Lazaris promlouvat, není schopen si vůbec nic v tuto chvíli uvědomovat. To je obrovská oběť, kterou podstupuje pro dobro všech“*.

Tento informátor v současné době píše knihu, která se pokusí shrnout vědění, které ho Lazaris za léta spolupráce naučil tak, aby bylo přístupné většinové populaci. Říká, že cítí, že kniha, kterou připravuje, přichází díky spojení s něčím vyšším a díky inspiraci od Lazarise.

11. 1. 3 Vztah k druhým a společnosti

Nikdy nebyl příliš společenský. Přesto má mezi lidmi jako komunikační odborník obrovský úspěch. Jeho semináře jsou vyhledávané a dostává vždy pozitivní feedback. Jako řečník je brilantní. Přesto nemá pocit, že by se s lidmi na nějaké hlubší úrovni propojoval, nepotřebuje je, nestojí o ně. Má to, co v životě potřebuje a představa života o samotě, jen s Lazarisových učením mu přijde báječná.

V jedné fázi svého života se na 4 roky izoloval ve svém bytě, vycházel, pouze když musel jít pracovat. Výhodou je, že jako školitel potřebuje strávit v práci pouze pár dní v roce. Toto mu vyhovovalo, protože se mohl věnovat studiu metafyziky. Za posledních dvacet let neminul ani jeden Lazarisův materiál, všechny má doma, pracuje s nimi každý den několik hodin. Společnost, rodina ani přátelé mu v odloučení nechyběli „*Stejně jsem byl se svým nejlepším přítelem - Lazarisem.*“

Nemá kolem sebe velký kruh přátel. Mezi své přátele řadí svou bývalou ženu a jejího syna, kterému je křestním otcem „...*kterého zbožňuju tak moc*“, dále jeho bývalá přítelkyně, se kterou se seznámil na jednom Lazarisově týdenním semináři v Americe a v první řadě samozřejmě Lazaris. To jsou všichni přátele, které na světě potřebuje. Jinak lidi nemá rád, ale miluje přírodu. Cítí velmi blízký vztah zejména ke stromům, ke kterým má velkou úctu a cítí s nimi určité osobní spojení.

Velmi ho baví vyučovat, přednášet, předávat informace. Po skončení kurzů už ale nemá zájem komunikovat s lidmi, které učil. Jeho práce je hotova a radši se půjde dál věnovat „svým věcem“. Lazaris je mu obrovskou inspirací. Tento informátor o sobě říká, že lidé ho berou za vynikajícího řečníka a školitele „... *za to také vděčím Lazarisovi! Protože celá léta ho sleduji, jeho komunikační styl je prostě brilantní. Naučil jsem se od něj tolik technik, které používám ve své profesi.*“

Ve svých 46 letech není ženatý a nemá rodinu. Možná se vrátí ke své bývalé přítelkyni, protože po frustrujícím vztahu se ženou, která neuznávala Lazarisovo učení, potřebuje opět nalézt vnitřní klid a svůj „střed“. Neuvažuje o rodině, protože mu přijde lepší se plně věnovat metafyzické práci, aniž by byl rozptylován každodenní starostí o děti. Současně jeho vztah k jeho křestnímu synovi je dostačující, aby mu nahradil fakt, že sám nemá rodinu. Kupuje mu dárky, snaží se ho vzdělávat a téměř každý den si telefonují. Tento chlapec má vlastního otce, ten ale nepracuje s Lazaris materiálem,

proto se Alexandr identifikuje jako jeho chlapcův *duchovní otec*. Jeho křestní syn je vyučován svou matku doma, proto nemá sociální kontakt s jinými dětmi.

Alexandr vidí jako primární životní úkol v současné době rozšířit své podnikání („vytvořit úspěch“, také magií), dokončit svou knihu a znovu navázat vztah se svou bývalou přítelkyní, aby tak mohli „*Oslavovat radostnou moudrost, kterou přináší Lazaris, společně... Bude to nádherné duchovní partnerství*“. Současně se každý den věnuje studiu nového (a někdy i starého) Lazaris materiálu, což je primární součástí jeho života. Věří, že partnerství není tak podstatné, ale pochopení metafyzických principů života a vlastní duchovní léčení je důležitější, než mít vlastní rodinu či cokoliv jiného. Navíc Lazarisova láska má takovou kvalitu, kterou by v normálním vztahu k jakékoliv lidské bytosti stejně nezažil

Velmi na Concept:Synergy oceňuje organizovanost a jasnost poselství, které vždy přináší výsledky, které slibuje. Pokud ne, tak člověk není připravený a je například potřeba se vrátit ke starším materiálům a znovu si zopakovat důležité pravdy, ale jinak věří, že tento materiál s absolutní jistotou funguje. Vše je strukturované a s postupem času. Protože je s tímto hnutím už přes 20 let, odhaluje další a další rozměry reality, o kterých se mu ani nesnilo, „...*zejména díky spojení se mým vyšším já, které je pro práci na Lazarisově materiálu zásadní, ale je potřeba k němu dospět*.“ Tohoto dosahuje řízenou meditací, tzn. vizualizací.

11. 1. 4 Krize?

Nedávno se musel postavit depresi, které čas od času přichází, ale to bylo tím, že byl vystaven působení přítelkyně, která, „...*byť se snaží, tak její duchovní růst není na takové úrovni, aby chápala některá podstatná duchovní a tím pádem i životní pravidla. Soužití s ní bylo tak náročné, že jsem se z toho téměř zhroutil. Už jsem totiž ve svém chápání hrozně daleko, a pokud mě někdo začne stahovat dolů, tak se to nedá vydržet. Nechal jsem se omámit jejím mládím, ale duchovně to byl jen uragán, který mi podkopal všechny dobré základy, které jsem měl*.“ Zejména si stěžoval na konfliktnost tohoto vztahu, protože s nikým ze svých přátel či známých (kteří jsou výhradně z okruhu Lazarise) nikdy takovéto situace nezažil. Růst má být elegantní a s touto dívkou to byl pravý opak. To ho přivedlo až do krize, ale naštěstí v té době jel na dva týdenní

semináře do Španělska s Lazarisem, takže měl možnost „...*napravit škody, které na mě ona a hlavně její negativní ego napáchali.*“

11. 1. 5 Vyhodnocení

Zdálo se, že tento informátor se velmi snaží, aby vypadal charismaticky a byl tím, kdo určuje konverzaci, což je i jeho profesní specializace. Přesto chvílemi působil velmi strojeně a neautenticky, například řeč těla byla v některých chvílích velice naléhavá, až teatrální. Pokud mu nevyhovovala doplňující otázka, velmi obratně ji přešel či nějakým způsobem degradoval za nepodstatnou. Presentuje se jako velice sebejistý a klidný člověk. Chvílemi se ale zdá, že to není upřímné, jakoby se snažil až příliš. Lze z něj cítit skrytá nervozita či úzkost, že nebude pochopen přesně tak, jak si přeje. Jeho názory byly naprosto jasné a vyhraněné.

Při prvním rozhovoru byl velmi entuziastický a s nadšením sdílel informace o Lazarisovi a tom, co mu to přináší do života. Používal velmi často vzletná a honosná slova a celkově jazyk, kterým svou spiritualitu popisoval, byl velmi teatrální, plný velkých slov a superlativů. V britském prostředí není běžně vidět tento styl vyjadřování. Pokud hovořil o jiných tématech (např. profesních), jeho extatické nadšení se změnilo v distingovaný a odtažitý styl. Jako by byl rozhovor veden s úplně jiným člověkem.

Při druhém setkání byla snaha získat objasnění fungování a praktikování v rámci Concept:Synergy v každodennosti (To zahrnuje i otázku potřebných finančních prostředků. Při pohledu na webové stránky Lazarise je překvapující zpoplatnění v podstatě všech materiálů - krom 14 krátkých promluv). Ve srovnání s předchozím interview bylo druhé významně kratší a strohé. Alexandr vysvětlil „*Stojí mi to za každou libru. A kdybych mohl kvůli práci, budu se tomu věnovat ještě více! Nenechám si ujít ani jednu přednášku, protože nechci přijít o posloupnost učení a získání kompletních, unikátních znalostí, které Lazaris s námi sdílí. Je báječné, že učení je teď dostupné ke stažení z internetu. To mi ušetřilo deset, dvacet letů ročně do Ameriky.*“

Na Lazarisových stránkách je k dispozici ke stažení obrovské množství materiálů. Všechny bez výjimky jsou zpoplatněné. Ceny za přednášky se pohybují od 150 do 600 dolarů za osobu. Tyto přednášky jsou většinou jedno či dvoudenní. Pro pozdější stažení těchto přednášek z internetu zájemce zaplatí kolem 100 dolarů. Stránky působí jako

online obchod. Člověk na nich nakupuje položky, může dostat zákaznické a věrnostní slevy apod. Concept:Synergy prodává i hudbu, talismany, knihy, řízené vizualizace (nazývané meditace) a další. Také se pořádají týdenní prázdninové retreaty. Pobyt je zařízen v pětihvězdičkových hotelích a „magie“, kterou dělají, je často spojena s výlety do přírody a na lokální památky. Součástí je vždy série několika přednášek. Cena je několik tisíc liber za týden. Hlavním prodejním artiklem jsou vedle učebních materiálů zejména krystaly. Jde o velmi drahé nerosty, které Lazaris nakupuje po celém světě a poté prodává svým následovníkům. S určitou přírážkou za to, že je ručně vybral a tím zaručil jejich výjimečnost a sílu. Concept:Synergy totiž učí lidi, jak pracovat s krystaly a jejich silou.

Celkově rozhovor s tímto informátorem působil poměrně křečovitě a bylo těžké, podobně jako u Michaela či Davida, vysledovat konkrétní pozitivní dopad na jedince a jeho okolí. Proto lze uvažovat, že kritické hlasy, které se vztahují k Lazarisovy mohou být potenciálně pravdivé.

Je vhodné zvážit, co uvádí ve své knize *Cult Watch* John Ankerberg a John Weldon (1991, s. 170), kde Lazarise hodnotí jako kult. Píší „*Jach Pursel, který je medium pro Lazarise vede multimilionovou (v dolarech) korporaci pojmenovanou Concept:Synergy.*“ Dále se Lazaris také objevuje i v encyklopedické příručce amerických kultů (*Gordon, 1992, s. 170*). Také autor knihy *101 Choices on My Path to Well-Being*. (Colby, 2009) hovoří o vlivu Lazarisova učení na každodenní život. Říká, že následování Lazarisových technik mu do každodennosti nepřineslo vlastně vůbec nic. A že si posléze uvědomil, že normální socializace s ostatními lidmi, kteří mají už nějakou životní zkušenost, ho naučila více, než mnoho let a tisíce dolarů utracených za Lazaris materiál

Pokud by byla tato kritika ojedinělá, nemá pro kritické zhodnocení Concept:Synergy žádnou váhu. Na internetu ovšem existuje velice obsáhlá webová stránka www.cosmicfool.com. Zde lidé, kteří mnoho let praktikovali Lazarisovy techniky, sdílí zkušenosti s tímto učením poté, co ho opustili pro jeho nefunkčnost v každodennosti. Mají k dispozici kopie rozhovorů z fóra pro následovníky Lazarise na jeho webových stránkách. (Forum bylo uzavřeno pro veřejnost záhy poté, co www.cosmicfool.com tyto internetové komunikaci zveřejnil). Ke každému příspěvku je

diskuze. Lazarisovi odpůrci kritizují emoční odtažitost, neempatické až kruté chování, šikanování kohokoliv, kdo nesouhlasí s propagovanou Pravdou nebo jen chce sdělit vlastní názor apod. Na těchto stránkách jsou také k nalezení dohady o smrti bývalé manželky média Jacha Purcela – Penny North- Ta měla být dle Lazarisových slov, důvodem, proč vstoupil na naši zem. V den její smrti spáchal sebevraždu její manžel. Autoři www.cosmicfool.com se domnívají, že mohl být uzavřen sebevražedný pakt na základě manipulace Penny North se svým manželem. Toto jsou obtížně prokazatelné dohady a bylo by potřeba vést důkladnější rozbor. Zajímavé zůstává, jakým způsobem ti, kteří od tohoto učení opustili, vnímají zpětně svou každodennost. Autoři webové stránky prostudovali, jak fungují sekty a kultury a v Concept:Synergy vidí jasný příklad kultu. Sami se účastnili jeho učení po mnoho let. Mezi metody zmiňují „bombardování láskou“ a překroucení psychologických termínů na manipulativní techniky. Jednou z nich je termín „negativní ego“, které i Alexandr často zmiňoval. Lazaris učí, že negativní ego je úhlavní nepřítel, jakási entita, která touží po zničení každého nejen zevnitř, ale že se i projevuje navenek v komunikaci s ostatními. Proto, když se o někom udělá soud, že je v „negativním egu“, znamená to, že nelze věřit jeho myšlenkám a tento člověk už si nezaslouží žádný respekt. Ovšem psychologicky je zjevné, že nelze odtrhnout jednu část lidské psychy a považovat ji za odpojenou od zbytku. Proto pokud někdo krutě kritizuje člověka „že je v negativním egu“, tento člověk už nemá možnost se bránit, protože mu byla vzata svobodná vůle, protože je jakoby posednut touto temnou entitou. Metod manipulace je mnoho a mnohamilionová korporace, jejíž zisky zůstávají výhradně pro osobní potřebu media Jacha Purcela, pravděpodobně může být kultem. Pokud by autoři této webové stránky měli pravdu, znamenalo by to, že veškerý duchovní růst, který Alexandr deklaruje je jen maskou hlubokého zmanipulování jedince dobře propracovanými taktikami kultu. Minimálně načasování přistoupení k Lazarisově učení odpovídá taktice kultů, které většinou počkají, až člověk bude úplně na dně a poté bombardováním láskou a nadějí zmanipulují jedince do svých struktur.

Při rozhovoru bylo často řečeno, že metody růstu jsou stoprocentně funkční. Přesto tento informátor zmiňoval časté navracení se k „starým“ materiálům, protože některé pochopení stále neinternalizoval, nedokázal ani ale sám pochopit, čím to bylo způsobeno.

Pokud by Lazaris byl opravdu kultovní vůdce, tak podle výzkumů Newberga (2010) by pro Alexandra bylo obtížné se lépe individuovat a nalézt cestu z této životní reality, protože mnohaleté následování těchto praktik mohlo do určité míry ovlivnit jeho mozkovou funkci do takové míry, že již není vědomě schopen uchopit problematiku svého chování ve společnosti jinak, než byl Lazarisem naučen. Pro potenciální změnu je zde problém, který vyplývá z neurálních funkcí mozku. Pokud totiž člověk stráví dekády budováním stabilní personality a systému, jak v životě jednat a přemýšlet, mozek si na toto chování navykne a váhá se změnou. I když je třeba chování dysfunkční, protože tento systém v podstatě úspěšně zajistil přežití, což je primárním úlohou mozku, nemá zájem toto navyklé chování měnit. Navíc jakékoliv změny v starých vzorcích chování přináší určitou úzkost v mozku. Někdy je lehké vymyslet nový ideál, ale už je těžké ho skutečně naplnit. Je velmi obtížné překonat staré vzorce chování a i když se částečně člověk změní, čas od času se stále vrací.

Nejčastější duchovní praxí tohoto informátora byla řízená vizualizace. Obecně platí (Newberg, 2006), že vizualizace je jednou z přínosných metod, která má pozitivní dopad na mozkovou funkci. Pokud člověk vizualizuje, čeho chce docílit, tak je to poté pro mozek jednodušší přinést tento záměr nejprve do vnitřní a pak vnější reality. Proto se lze domnívat, že dosahování cílů, které jsou Alexandrovi předkládány ve vizualizacích, může mít pozitivní dopad na jeho život.

Jeví se, že tento narátor působí z nějakého důvodu ve svém projevu neautenticky, strojeně či naučeně a radost, kterou někdy ukazoval nad zmínkami o učení Lazarise působila přehnaně výrazně a chvílemi velmi zvláště. Vliv na každodennost tohoto jedince je velice obtížné vyhodnotit, protože nepůsobil v důsledku věrohodně. Většina duchovních praxí směřuje k pochopení sebe sama, společnosti a soucitu a lásky se všemi bytostmi. Tento informátor přitom uvádí, že lidi (krom některých následovníků Lazarise) rád nemá, nevyhovují mu, preferuje samostatně pracovat na svém „růstu“ v odloučení od společnosti a je velmi příkrý v hodnocení chyb ostatních i sebe sama. Opuštění se nejeví jako téma a soucit vnímá jako slabost, naopak přijetí zodpovědnosti za vše, každou chybu či jednání v „negativním egu“ je nezbytností.

Možná Alexandrovo časté zdůrazňování „práce“, „studia“, „učení“, „duchovního růstu“ a dalších je to, co působí nejvíce zvláště. Téměř nehovoří o laskavých pocitech

sám k sobě, ale spíše o kritické reflexi na mentální úrovni, ne citové. V Anglii je přísloví, které říká „*If you're going to talk the talk, you've got to walk the walk*“, tím má být řečeno, že pouhé studování principů a vzájemné ujišťování se, že přichází hlubší pochopení ještě neznamená, že dochází k jeho aplikaci a internalizaci v každodennosti. Tento narátor vyzdvihuje pozitivní dopady své spirituality na svou každodennost. Je obtížné zhodnotit, do jaké míry je to skutečností.

Protože narativní interview působilo zavádějícím dojmem a zůstává otázkou, jaká je skutečná pravda o tomto informátorovi a entitě jménem Lazaris, do závěrečného shrnutí lze napsat následující citát z bible, který je současně dobrým varováním pro celou moderní spiritualitu: „*Pilně se pak varujte falešných proroků, kteříž přicházejí k vám v rouše ovčím, ale uvnitř jsou vlci hltaví. Po ovocích poznáte je. Zdalíž sbírají z trní hrozny aneb z bodláčí fíky?*“ (Matouš 7, 15-20).

12.1. Celková komparace

Jak může spiritualita zasahovat do každodennosti

Již bylo řečeno, že získané informace narativními interview nelze kvantifikovat či zobecňovat. Rozmanitost životních názorů prezentovaných informátory byla široká. Přesto lze nalézt spojitosti ve výpovědích narátorů a to v očekávání či prožívání toho, co spiritualita má přinést či přináší do jejich každodennosti.

Z rozhovorů vyplývá, že naprosto zásadní vliv má dětství a dospívání, které posléze formuje i jakým způsobem člověk uchopí a vnímá svou spiritualitu v budoucnosti. Čím lépe individuovaný jedinec, jehož vnitřní integrita je dobře ustavená a ví, k čemu se v životě vztahuje a nepochybuje o svém rozhodnutí, tím byl deklarován lepší, vyrovnanější a spokojenější život. Pokud už měl jedinec ustavený hodnotový systém, kde centrálním tématem byla spiritualita a duchovní rozměr života, jeví se, že jasné vedení mělo pozitivní dopad na individuálně vnímanou každodennost. Silné negativní stavy ustupují spíše kontemplaci nad již danými pravidly, zákony či systémy, které dotazovaní věří, že je možné žít. Jde o určitou životní jistotu, ke které se vždy mohou vztáhnout a která je vždy pro ně připravena, aby se díky ní ve svém životě učili, zlepšovali a směřovali k více uvědomělému, smysluplnému životu v „*Pravdě sám se*

sebou i okolím.“

Spirituální rozměr života vidí všichni dotazovaní jako smysluplný a shodují, že jim umožňuje žít plněji, než kdyby se zaměřovali pouze na materiální stránku života. Uvědomovat si další rozměr reality se některým jeví jako fascinující dobrodružství plné povznesených stavů, pocitů propojenosti s jinou realitou- tou, která je plnější a krásnější, než je ta materiální. Současně si uvědomují, že přináší určitou zodpovědnost a rozšíření vnímavosti k sobě sama a ke světu. Dotazovaní si více připouští tristní stav současného světa a možná více, než většinovou populací se tímto trápí. Proto byly zmiňovány snahy o přispění k zlepšení společnosti v každodenním životě. Např. informátoři často recyklují, žijí zdravým životním stylem, snaží se inspirovat ostatní k lepšímu životu tím, že sami jdou příkladem, často i nevědomě. Také rádi hovoří s ostatními o těchto tématech a snaží se ostatní inspirovat. Jiní se alespoň akademicky o tyto problémy zajímají a soucit vyjadřují například spirituálními praxemi, které mají vést ke zlepšení současného stavu (např. vizualizace pro svět, metta – buddhistická meditace dobrotivosti).

Zásadní rozdíl na vliv spirituality na každodennost má, zda je spiritualita ovlivněna jakoukoliv patologií. Nemusí se přímo jednat o spirituální patologii, ale i osobní psychologický problém, o které člověk ví, že je v protikladu s duchovním učením, které jinak uznává, ale z nějakého důvodu zatím není schopen ho změnit. V horším případě už ji ani není schopen vidět a inkorporuje ji do svého spirituálního konceptu života a tím vzniká spirituální patologie. Častým je útek od problémů žitého světa, motivovaný strachem z neúspěchu, selhání či nutnosti změnit vzorce chování, které člověk žije už dlouhou dobu. Tento útek se zdánlivě dá omluvit právě spiritualitou. Informátoři často věří, že duchovní rozměr života je ten absolutně nejdůležitější, je proto někdy jednoduché se zaměřit spíše na něj, než se podívat na psychologické obtíže, které člověk v sobě nese, a raději se jít pomodlit, jít na duchovní terapii či jít na seminář o čakrách apod. než projít složitou psychoterapeutickou léčbou. V postmoderní spiritualitě je možné interpretovat realitu ve vlastních termínech. Někteří je opírají o myšlenky vycházející z duchovních praxí a směrů, ale pokud dojde k jejich dezinterpretaci na základě osobní patologie, už nepřináší požadované výsledky, ale jsou pouze nástrojem pro naplňování individuálních potřeb. Paradoxně v životě jedince

potom spíše vzniká zmatek, nespokojenost a eventuálně i utrpení, se kterým neví, jak dále naložit.

Pro některé dotazované slouží spiritualita jako jakási jistota, pochopení, jak svět funguje a proto je pro ně jednodušší osobní psychologické problémy zpracovávat s větší vyrovnaností. Věří, že život je proces učení (a některé zkušenosti jsou nezbytné, protože se je potřebují na své životní-duchovní „cestě“ naučit), který neznamená, že člověk musí být neustále šťastný, ale má se snažit životní zkušenosti zahrnovat do své psýché tak, aby se stal svým bytostným Já v souladu s duchovním světem, ve který věří.

Na základě zmíněné neurologické práce profesora Newberga byly zmíněny pozitivní dopady kontempace, víry a duchovního směřování pro funkci mozku. Z tohoto úhlu pohledu se lze domnívat, že duchovní aktivity, kterým se dotazovaní věnují a samotný zájem o spiritualitu, je pro jejich život smysluplný. To ovšem nedokazuje, že interpretace, kterou poté pro sebe vytvoří, skutečně přináší pozitivní dopad na jejich život každodennost. V případě spirituální patologie či hlubšímu nepochopení sebe sama se i tyto duchovní aktivity mohou stát pouhou záminkou útěku od reality, které se nedá utéct, protože, jak řekla jedna z dotazovaných „...*spiritualita je všude a vždy přítomná, ale každodenní realita taky.*“

Při vyhodnocení jednotlivých narativních interview je zjevné, že lidské bytosti jsou neuvěřitelně rozdílné. Obrovská rozmanitost životních zkušeností, názorů a přístupů ke spiritualitě je i na základě několika hloubkových rozhovorů s vybranými jedinci zjevná.

Velká životní proměnlivost byla často zmiňovaným tématem. Čím horší bylo rodinné zázemí při dospívání, tím více krizí a změn v životě jedinci zažívají. Pro některé z těchto situací vyvstala potřeba pátrání po více smysluplném životě. U některých spiritualita znamenala nalezení pevného rámce názorů a idejí, které udržují rovnováhu v jejich životě. Pro jiné spiritualita otevřela cestu k hledání pochopení se sebou samým a využívají různé duchovní přístupy a prostředky, aby našli větší vyrovnanost a smíření se sebou samým a ostatními v každodennosti.

Každodenní život je pro některé z narátorů vítanou možností, jak uvést spirituální životní pravidla do praxe a učit se z nich a plně individuovat své bytostné Já, pro jiné může představovat spíše překážku v hledání svého vyššího já. Tato životní cesta může

být vnímána jako utrpení, obtížné, ale smysluplné učení se, radostné hledání, žití v pocitu štěstí a uspokojení a mnoho dalšího. To vše také v závislosti na životní etapě či událostech, které život provází.

Jednotným ovšem zůstává to, že pokud jedinec našel cestu k jiné dimenzi života, už pro něj není otázkou, zda se jí vzdá, či ji opustí, protože tím, že si ji uvědomuje, už pro něj není možné žít jiný, než duchovní život, který se otiskuje do všech životních úkonů v každodennosti. Možná ne přímo, ale později v reflexi je často pocíťován hlubší význam všeho, co v životě prožívají.

Individualita přístupu k duchovnu je u lidí patřících mimo tradiční náboženství zjevná a byla v této práci často zmiňována. Konzumní společnost těmto lidem nabízí nepřeborné množství prostředků a dostupnost informací umožňuje nahlédnout do jakéhokoliv směru či filosofie, ke kterým do dnešních dní lidská mysl dospěla. To může být matoucí, ale i fascinující proces. Opět záleží na každém, jakým způsobem tento rozměr bude interpretovat, chápat, přijímat, nechá se jím zmást či zneklidnět, povzbudit či znechutit. Jeví se jako zásadní, že u všech informátorů se v každodennosti projevuje snaha po porozumění sebe sama a žitého světa.

Závěr

Cílem diplomové práce bylo zjistit, jakým způsobem se osobní spiritualita odráží v životě na každodenní úrovni (emocionálně, duchovně, v rámci praktický úkonů každodennosti). V postmoderní době je mimo tradičního náboženství populární zejména individuální cesta k spiritualitě. Mezi známé patří tzv. New Age hnutí, esoterika, tradiční mysticismus či neošamanství. Tato práce se zaměřovala primárně na postmoderní individuální spiritualitu vně institucionalizované, tradiční náboženství. Jeví se jako problematické, že proces učení je plynulejší, pokud probíhá postupně a má jasně daná pravidla a cíl. To individuální duchovnost často nenabízí, protože výběr směrů a učení je v postmoderním světě velký a názorově rozmanitý.

Velké množství odborníků z různých vědeckých disciplín se touto problematikou zabíralo. Na základě analýzy dostupné literatury vztahující se k tématu této práce se ukazuje, že spiritualita je velmi komplexní fenomén. Objasnění její samotné existence či nereálnosti, toho jak funguje a jak je její koncept v lidské mysli vytvářen, jak se posléze manifestuje v každodennosti, to jsou otázky, které je důležité uvažovat. Vstupuje zde velké množství proměnných, které ovlivňují osobně vnímanou spiritualitu a jak se poté promítne v každodenním žitém světě jedince. Někteří odborníci nalézají pro spiritualitu nějakou konkrétní funkci, kterou naplňuje v psychologii jedince. Další zkoumají dopady spirituality na mozek a jednání člověka. Populární je také v současné době zkoumat nová hnutí ve společnosti, která hlásají životní styl, kde je primární duchovní princip života. Často výsledky těchto výzkumů poukazují na pozitivní dopady v každodennosti jedince nebo zdůrazňují negativní vlivy, které člověk zažívá, pokud duchovnímu rozměru života nevěnuje pozornost. Je diskutabilní, do jaké míry lze hodnotit autenticitu spirituálního života. Takto niterné téma je těžce uchopitelné i pro samotné jedince, které se mu věnují. Nejlepší metodou pro hodnocení dopadu spirituality na každodennost se proto jeví sledovat, jakým způsobem jedná „duchovní“ jedinec ve společnosti a jak spokojeně či vyrovnaně prožívá svůj život.

Pro tuto práci byla proto využita kvalitativní výzkumná metoda, zejména narativní interview, protože umožňuje pochopení osobně vnímané spirituality a její jedinečnost pro každého člověka. Rozhovory se sedmi informátory odhalily velkou

rozmanitost v přemýšlení o spiritualitě a její dopad na každodennost. Samotné individuální definování spirituality (či neschopnost je definovat) demonstruje, jak rozmanitě může jedinec chápat svůj život, sebe sama, to, jakým způsobem bude jednat a přemýšlet, jaké vztahy buduje atd. To je něco, co tradiční příslušnost k náboženství spíše neumožňovala. V postmoderní společnosti je k dispozici velké množství filosofických směrů, které dříve nebyly tak jednoduše dostupné. Absolutní volnost v přemýšlení o smyslu života a „správné“ životní cestě může být pro některé jedince až matoucí, protože neobsahuje žádný jasný, vnější autoritou schválený řád. Ten si každý musí ustavit podle sebe. To je obtížné bez důkladné vnitřní individuace a internalizace životních zkušeností. Pokud neprobíhá tento proces současně spolu s aplikací duchovních principů v životě, na psychologické úrovni může vzniknout jistý nesoulad. Ať vytvoření osobní patologie či přímo spirituální patologie. V souladu s některými psychologickými studiemi zmiňovanými v teoretické části této práce se lze domnívat, že vliv má zejména dětství a socializace ve společnosti v době dospívání.

Ti informátoři, kteří mají problém s pochopením sebe sama, mají často obtíže najít své místo ve společnosti i v životě. (Sdílí také traumatické prožívání dětství.) V rámci domnělého duchovního růstu opírajícího se o spiritualitu se mohou domnívat, že dochází automaticky i k růstu osobnostnímu. To nemusí být pravidlem a jeví se, že u psychologicky narušených jedinců může být hledání transcendentálního záminkou k vyhýbání se osobním problémům a zodpovědnosti. To se projevuje i v jejich vztazích, ať už rodinných, přátelských či partnerských. Ty mohou být úplně absentní nebo dysfunkční. U lépe individuovaných jedinců se jeví, že spiritualita pomáhá v ustavení a pochopení svého bytostného Já. Upřímná reflexe životní situace za pomoci některých spirituálních praktik (jako např. meditace či modlitba) mohou tak být nápomocné pro dosažení větší individuace a vnitřní spokojenosti a klidu. To se potom projeví i na vnímané každodennosti jedinců. Mají větší pochopení se sebou i svým okolím. Metody, dogmata či filosofie, které integrovali do svého života, jsou různé. Čím větší osobně vnímané a pevně ustavené spirituální pochopení mají, tím komfortněji se v každodenním žitím světě cítí. Jejich hodnotový systém se projevuje v interakci se světem a pomáhá jim v sebereflexi.

Hledání spokojenosti se svým životem je společným jmenovatelem všech

narátorů. Ať už volí jakýkoliv přístup (Hare Krišna, meditace, New Age, esoterika, SRT a další), vždy obsahuje určité aspekty různých psychologických metod, které (by měly) přispívat k lepšímu vyrovnávání se s tím, co přináší každodenní život. Proto lze v jejich případě spiritualitu nahlížet jako nástroj k dosahování spokojenější, více vyrovnané každodenní reality. Vidění jiné dimenze života ale přináší někdy i určitá omezení a prohlubuje vnímání (emocionální, sociální), proto se ve srovnání s materiálně zaměřenými lidmi mohou jevit více labilní a nejistí. To je pravděpodobně způsobeno hlubší sebereflexí a snahou postihnout svět z různých pohledů. To může být přínosné pro sociální vztahy informátorů s okolím, protože se tak stávají empatictější a chápavější k druhým. Někteří dotazovaní ale hovořili o snaze po odtržení od materiálního světa a preferování toho duchovního. Tito informátoři jevily znaky nedostatečné individuace a problematického vztahu nejen ke svému okolí, ale i k sobě samým.

I přes velkou proměnlivost v životě každého narátora se lze domnívat, že spiritualita je přetrvávající faktor v jejich životě. Věří, že je pro ně nezbytný a neodlučitelný od jejich každodennosti a doufají v naplňování vyšších, často idylických principů, které pátá dimenze života propaguje.

Ve svém důsledku tak není důležité, zda spiritualita je skutečně existující fenomén, ale zda přináší do života jedince a posléze společnosti pozitiva (či negativa). Lze se domnívat, že upřímná snaha po zlepšení světa, kterou deklarují informátoři je něco, co by mohlo být vítanou alternativou pro zlepšování komplikované a problematické situace v postmoderní společnosti.

Závěrem lze říci, že spiritualita má vliv na každodennost jedince v mnoha ohledech. Ve vztahu k sobě sama, ke společnosti, osobních vztazích, práci, řešení krizí atd. Konkrétní forma tohoto působení ale záleží na každém jedinci. Na tom, jakým způsobem probíhá jeho individuace (psychologický faktor) a jak pravidla, zákony či zákonitosti aplikuje ve společnosti (sociální faktor) a v kontextu jaké životní situace. Spiritualitu jedinec žije celý život a stejně jako se vyvíjí on, vyvíjí se i jeho vztah k této dimenzi jeho života.

Zdroje

ANKERBERG, John a John WELDON. *Cult watch*. Eugene, Ore.: Harvest House Publishers, c1991, 370 p. ISBN 08-908-1851-7.

ADLER, Alfred. *Porozumění životu: úvod do individuální psychologie*. Vyd. 1. Překlad Štěpán Kovařík. Praha: Aurora, 1999, 158 s. ISBN 80-859-7476-2.

ALLPORT, By Gordon W. *The individual and his religion: A psychological interpretation*. Macmillan paperbacks ed. New York: MacMillan, 1960. ISBN 978-002-0831-303.

ASHTEKAR, Abhay. Space and Time: From Antiquity to Einstein and Beyond. *Resonance*. 2006, vol. 11, issue 9, s. 4-19. DOI: 10.1007/BF02834329. Dostupné z: <http://link.springer.com/10.1007/BF02834329>

BENDA, Jan. *Mystika a schizofrenie: mystické zážitky jako předmět klinického zájmu*. 1. oficiální vyd. V Ústí nad Labem: Jan Benda, 2007, 80 s. ISBN 978-80-254-0367-9.

BERMAN, David. Religion and Madness. *Journal of Religion and Health*. 2006, 45 (3), 359 - 370.

Bible svatá, aneb, Všecka svatá písma Starého i Nového zákona: podle posledního vydání kralického z r. 1613. Praha: Levné knihy KMa, 2004, 734, 220 s. ISBN 80-730-9138-0.

BOTTOMORE, T. B. *Sociology: a guide to problems and literature*. London: Routledge, 2010. ISBN 978-041-5578-936.

BOWIE, Fiona. *Antropologie náboženství: [rituál, mytologie, šamanismus, poutnictví]*. Vyd. 1. Překlad Vladimír Petkevič. Praha: Portál, 2008, 335 s. ISBN 978-807-3673-789.

BRENDEL, Elke. Gödel's Ontological Proof of the Existence of Good. In: *Universität Münster* [online]. 2014 [cit. 2014-11-29]. Dostupné z: <http://wwwmath.uni-muenster.de/logik/Veranstaltungen/cl2010/slides/brendel.pdf>

BUCKLEY, Peter: Mystical experience and schizophrenia. *Schizophrenia bulletin*, 1981, 7, str. 516-521.

CAPLAN, Mariana. *Eyes wide open: cultivating discernment on the spiritual path*. Boulder, Colo.: Sounds True, c2009, xxxiv, 289 p. ISBN 978-159-1797-326.

CASTANEDA, By Carlos. *The teachings of Don Juan: a Yaqui way of knowledge*. Deluxe 30th anniversary ed. with a new author commentary. New York: Washington Square Press, 1974. ISBN 06-716-0041-9.

CHADWICK, Owen. *The secularization of the European mind in the nineteenth century*. Canto ed. New York: Cambridge University Press, 1990, 286 p. ISBN 05-213-9829-0.

CHARDIN, Pierre Teilhard de, With an introduction by Sir Julian HUXLEY a [English translation by Bernard WALL]. *The phenomenon of man*. 1st Harper Perennial Modern Thought ed. New York: Harper Perennial Modern Thought, 2008. ISBN 978-006-1632-655.

COLBY, Dane E. *101 Choices on My Path to Well-Being*. Lulu.com: Lulu.com, 2009. ISBN 978-0-557-04134-3

DALAI LAMA XIV a Howard CUTLER. *The art of happiness: a handbook for living*. London: Hodder and Stoughton, 1999. ISBN 978-034-0750-155.

DALAI LAMA XIV. *The heart of compassion: a practical approach to a meaningful life*. 1st U.S. ed. Twin Lakes, WI: Lotus Press, 2002, viii, 159 p. ISBN 09-409-8538-1.

DURKHEIM, Emile a Karen E FIELDS. *The elementary forms of religious life*. New York: Free Press, c1995, lxiii, 464 p. ISBN 00-290-7937-3.

EINSTEIN, Albert, Banesh HOFFMANN. *Albert Einstein, the human side: new glimpses from his archives*. Princeton, N. J.: Princeton University Press, c1979, viii, 167 p. ISBN 06-910-8231-6.

ELIADE, Mircea a Translated from the French by Willard R. Trask. --. *A History of religious ideas, volume 1: from the stone age to the Eleusinian mysteries*. Paperback ed. Chicago: University of Chicago Press, 1978. ISBN 978-022-6204-017.

ERRICKER, Clive a Jane ERRICKER. *Contemporary spiritualities: social and religious contexts*. New York: Continuum, 2001, xix, 252 p. ISBN 08-264-4948-4.

F

EILD, Reshad. *Breathing alive: a guide to conscious living*. Shaftesbury: Element, 1988. ISBN 18-523-0050-7.

FEILD, Reshad. *The last barrier a true story of a journey into ultimate reality ; [a bestseller and spiritual classic]*. Xanten: Chalice Publ, 2011a. ISBN 978-394-2914-031.

FEILD, Reshad. *Here to heal*. Nevada City, Calif: Gateways Books and Tapes, 2011b. ISBN 978-089-5561-572.

GOLDSTEIN, Joseph. *A heart full of peace*. [New ed.]. Boston: Wisdom Publications, c2007, x, 110 p. ISBN 08-617-1542-X.

GORDON, Melton J. *Encyclopedic handbook of cults in America*. Rev. and updated ed. New York: Garland Pub., 1992, xv, 407 p. Garland reference library of social science, v. 797. ISBN 08-153-1140-0.

HALÍK, Tomáš. *Vzdáleným nablízku: vášně a trpělivost v setkání víry s nevírou*. Vyd. 1.

Praha: Lidové noviny, 2007, 252 s. ISBN 978-807-1069-072.

HANCOCK, Graham. *Hledání nadpřirozena: setkání se starověkými učiteli lidstva*. 1. vyd. v českém jazyce. Praha: BB/art, 2007, 655 s., [8] s. barev. obr. příl. ISBN 978-80-7381-108-2.

HICK, John. Science / Religion. *Science / Religion*. 2002, č. 1. Dostupné z: <http://www.johnhick.org.uk/jsite/index.php/articles-by-john-hick/13-science-religion>

HICK, John. *The fifth dimension: an exploration of the spiritual realm*. New edition. London: Oneworld Publications, 2013. ISBN 978-185-1689-910.

HICK, John. Who or What is God?. *Who or What is God?* [online]. 2001, č. 1 [cit. 2014-07-21]. Dostupné z: <http://www.johnhick.org.uk/jsite/index.php/articles-by-john-hick/1who-or-what-is-god>

HICK, John. *The new frontier of religion and science: religious experience, neuroscience and the transcendent*. New York: Palgrave Macmillan, 2010, p. cm. ISBN 978-023-0252-806.

HOOD, Ralph, W. Jr.: The construction and preliminary validation of a measure of reported mystical experience. *Journal for the scientific study of religion*, 1975, 14, str. 29-41.

JAMES, William a Bruce KUKLICK. *Writings, 1902-1910*. New York, N.Y.: Distributed to the trade in the U.S. and Canada by Viking, c1987, 1379 p. ISBN 09-404-5038-0.

JAMES, William. *The varieties of religious experience: a study in human nature*. Lexington, KY: Seven Treasures Publications, 2009. ISBN 978-143-9297-278.

JUNG, Carl Gustav *Man and his symbols* (Reprint). New York: Dell Pub, 1968. ISBN 978-044-0351-832.

JUNG, C. G. a Translated by R. F. C. HULL. *On the nature of the psyche*. Third printing. Princeton, N. J: Princeton University Press, 1973. ISBN 978-069-1017-518.

JUNG, Carl Gustav. *Obraz člověka a obraz boha*. Vyd. 1. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2001, 506 s. ISBN 80-858-8023-7.

KING, M., L. MARSTON, S. MCMANUS, T. BRUGHA, H. MELTZER a P. BEBBINGTON. Religion, spirituality and mental health: results from a national study of English households. *The British Journal of Psychiatry*. 2013-01-02, vol. 202, issue 1, s. 68-73. DOI: 10.1192/bjp.bp.112.112003. Dostupné z: <http://bjp.rcpsych.org/cgi/doi/10.1192/bjp.bp.112.112003>

KLOUČEK, Evžen. Psychoterapie vs buddhismus. *Www.dropin.cz* [online]. 2014, č. 1 [cit. 2014-11-09]. Dostupné z: https://docs.google.com/file/d/0B64gC9HX1k_3dXhTdzFjeUdSejA/edit

KNIGHT, David. Computer Scientists "Prove" God exists. In: [online]. 2013 [cit. 2014-11-29]. Dostupné z: <http://abcnews.go.com/Technology/computer-scientists-prove-god-exists/story?id=20678984>

KORNFELD, Jack. *After the ecstasy, the laundry: how the heart grows wise on the spiritual path*. [Book club ed.]. New York: Bantam Books, 2000. ISBN 05-533-7829-5.

KŠIŇAN, Albert. Zamilovanost a podobné nesmysly. In: *Psychologie* [online]. 2011 [cit. 2014-11-27]. Dostupné z: <http://psychologie.cz/zamilovanost-podobne-nesmysly/>
Pryč s podržením a černou barvu

LINDSAY, Rae Shirley. *Recognizing spirituality: the interface between faith and social*

work. Crawley, W.A.: University of Western Australia Press, 2002, xiv, 168 p. ISBN 18-762-6875-1.

LINHART, Jiří. *Slovník cizích slov pro nové století: základní měnové jednotky, abecední seznam chemických prvků, jazykovědné pojmy, 30 000 hesel*. Litvínov: Dialog, c2007, 412 s. ISBN 80-738-2005-6.

LUKOFF, David: The diagnosis of mystical experiences with psychotic features. *Journal of transpersonal psychology*, 1985, 2, str. 155 -181.

LUKOFF, David: Transpersonal perspectives on manic psychosis: Creative, visionary, and mystical states. *Journal of transpersonal psychology*, 1988, 2, str. 111-139.

MARX, Karl. *Contribution to the critique of political economy*. S.l.: Int'L Publishers Co, 1989. ISBN 07-178-0041-5.

MARX, Karl a Edited by Joseph O'MALLEY. *Critique of Hegel's 'Philosophy of right'*. 1st pbk. ed. London: Cambridge University Press, 1977. ISBN 978-052-1292-115.

MASLOW, Abraham H. *Religions, Values, and Peak-Experiences*. New York: Viking, 1970. ISBN 10.2307/1979505.

MARETT, R. R. *Sacraments of simple folk*. 1. vyd. New York: AMS Press, 1979, 230 p. ISBN 04-046-0488-9.

MEISTER, Chad V. *Introducing philosophy of religion*. New York: Routledge, 2009, ix, 241 p. ISBN 02-038-8002-1.

MCCUTCHEON, Russell T. *The insider/outsider problem in the study of religion: a reader*. New York: Cassell, 1999, viii, 405 p. ISBN 03-047-0178-5.

NEWBERG, Andrew and Mark Robert. *How God changes your brain: breakthrough findings from a leading neuroscientist*. Ballantine Books trade paperback edition. New York: Ballantine Books Trade Paperbacks, 2010. ISBN 978-034-5503-428.

NEWBERG, Andrew B a Mark Robert WALDMAN. *Why we believe what we believe: uncovering our biological need for meaning, spirituality, and truth*. New York: Free Press, c2006, vii, 321 p. ISBN 07-432-7497-0.

NEWBERG, Andrew. *Why God won't go away: brain science and the biology of belief*. 1st trade ed. New York: Ballantine Books, 2001. ISBN 978-034-5440-341.

OKUNDAYE, J. N., C. GRAY a L. B. GRAY. Reimaging Field Instruction from a Spiritually Sensitive Perspective: An Alternative Approach. *Social Work*. 1999-07-01, vol. 44, issue 4, s. 371-383. DOI: 10.1093/sw/44.4.371.

PODVOLL, Edward Mitchell: Psychosis and the mystic path. *Psychoanalytic review*, 1979, 4, str. 571-590.

POLÁKOVÁ, Jolana. Relativní transcendence. In: *Www.jolana-polakova.cz* [online]. 2010 [cit. 2014-11-05]. Dostupné z: <http://www.jolana-polakova.cz/Knihy/Perspektiva-nadeje/Relativni-transcendence>

PREECE, Rob. *The wisdom of imperfection: the challenge of individuation in Buddhist life*. Ithaca, N.Y: Snow Lion Publications, 2010. ISBN 15-593-9349-1.

PRINCE, Raymond: Religious experience and psychosis. *Journal of altered states of consciousness*, 1979, 5, str. 167-181.

ROUCEK, Joseph S. a Em. RÁDL. *Dějiny antropologie*. ISBN 10.2307/40074473.

RUIZ, Miguel. *Čtyři dohody: kniha moudrosti starých Tolteků : [praktický průvodce*

osobní svobodou]. Překlad Viktor Faktor. Hodkovičky: Pragma, c2001, 134 s. ISBN 80-720-5826-6.

SOUKUP, Václav. *Dějiny antropologie: (encyklopedický přehled dějin fyzické antropologie, paleoantropologie, sociální a kulturní antropologie)*. Praha: Karolinum, 2004, 667 s., [32] s. obr. příl. ISBN 80-246-0337-3.

ST. JOHN, St.Graham. *Victor Turner and contemporary cultural performance*. 1st ed. New York: Berghahn Books, 2008, ix, 358 p. ISBN 18-454-5462-6.

STEVENS, Anthony. *Jung: a very short introduction*. New York: Oxford University Press, 2001, 175 p. ISBN 01-928-5458-5.

STORR, Anthony. *Freud: a very short introduction*. New York: Oxford University Press, 2001, 167 p. ISBN 01-928-5455-0.

ŠTAMPACH, Odilo Ivan. *Na nových stezkách ducha: přehled a analýza současné religiozity*. Vyd. 1. Praha: Vyšehrad, 2010, 261 s. ISBN 978-807-4290-602.

ŠTAMPACH, Ivan. Spiritualita. *Spiritualita* [online]. 2014, č. 1 [cit. 2014-11-26]. Dostupné z: <http://www.sekty.cz/www/stranky/studie/Spiritualita.pdf>

TACEY, David J. *The spirituality revolution: the emergence of contemporary spirituality*. New York: Brunner-Routledge, 2004, 250 p. ISBN 15-839-1874-4.

TYLOR, Edward B. *Primitive culture: researches into the development of mythology, philosophy, religion, art, and custom*. New York: Gordon Press, 1974, 2 v. ISBN

VEER, Peter van der. Spirituality in Modern Society. *Social Research*. 2009, vol. 76, issue 4, s. 1097-1120. Dostupné z: http://www.mmg.mpg.de/fileadmin/user_upload/pdf/van_der_Veer_Social-Research-

1097-1120.pdf

VERSLUIS, Arthur. *Magic and mysticism: an introduction to western esotericism*. Lanham: Rowman, 2007. ISBN 978-074-2558-366.

VOJTÍŠEK, Zdeněk a TRTÍK. *Hnutí Grálu: nauka, historie, společenství*. Praha: Dingir, 2003, 47 s. Přednášky, studie a texty (Společnost pro studium sekt a nových náboženských směrů). ISBN 80-867-7900-9.

WEBER, Max, Peter BAEHR a Gordon C WELLS. *The Protestant ethic and the "spirit" of capitalism and other writings*. New York: Penguin Books, 2002, lxxii, 392 p. ISBN