

**UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO  
PRAHA**

**BAKALÁŘSKÉ PREZENČNÍ STUDIUM  
2011–2014**

**BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

**Václav Kučera**

**Vědomí a nevědomí**

Praha 2014

Vedoucí bakalářské práce:

PhDr. Eduard Entler

**JAN AMOS KOMENSKY UNIVERSITY PRAGUE**

BACHELOR FULL-TIME STUDIES

2011-2014

**BACHELOR THESIS**

**Václav Kučera**

**Consciousness and unconsciousness**

Prague 2014

The Bachelor Thesis Work Supervisor:

PhDr. Eduard Entler

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že předložená bakalářská práce je mým původním autorským dílem, které jsem vypracoval samostatně. Veškerou literaturu a další zdroje, z nichž jsem při zpracování čerpal, v práci řádně cituji a jsou uvedeny v seznamu použitých zdrojů.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v univerzitní knihovně.

V Praze dne

*Václav Kučera*

## **Poděkování**

Chtěl bych poděkovat PhDr. Eduardovi Entlerovi za ochotu vést moji bakalářskou práci a za jeho užitečné rady.

## **Anotace**

Bakalářská práce se zabývá psychologií o vědomí a nevědomí z analytického hlediska podle C. G. Junga. Obsahuje přehled základních pojmů Jungovi psychologie a zabývá se cílenou, vědomou prací s nevědomím a jeho obsahy, tedy procesem individuace. Důraz je kladen na kolektivní nevědomí a archetypy. Dále se práce zabývá sny v rámci procesu individuace a případným rozšířením Jungovi psychologie o oblast rozšířeného vědomí.

## **Klíčová slova**

Archetyp, bytostné Já, individuace Jung, kolektivní nevědomí, nevědomí, sny, vědomí.

## **Annotation**

The Bachelor Thesis deals with the psychology of the consciousness and unconsciousness from an analytical point of view by C. G. Jung. Provides an overview of the basic concepts of Jung's psychology and deals with intentional work with the unconsciousness and its contents, ie the process of individuation. The emphasis is on the collective unconsciousness and archetypes. Furthermore, the work deals with the dreams in the process of individuation. The work also considers extending Jung's psychology of the concept of extended consciousness.

## **Key words**

Archetype, collective unconscious, consciousness, dreams, existential self, individuation, Jung, unconscious.

## **OBSAH**

<b>ÚVOD .....</b>	<b>9</b>
<b>1. OSOBNOST C. G. JUNGA.....</b>	<b>12</b>
1.1 Důležité události v životě C. G. Junga .....	12
<b>2. STRUKTURA VĚDOMÍ A NEVĚDOMÍ .....</b>	<b>16</b>
2.1 Charakteristika pojmu vědomí .....	16
2.2 Charakteristika pojmu nevědomí .....	16
2.3 Osobní nevědomí.....	18
2.4 Kolektivní nevědomí .....	18
2.5 Jáství .....	20
2.6 Persona.....	21
2.7 Psýché .....	22
2.8 Bytostné Já.....	23
2.9 Psychologické funkce vědomí .....	24
2.9.1 Endopsychické funkce .....	24
2.9.2 Ektopsychické funkce.....	28
<b>3. VZTAHY MEZI VĚDOMÍM A NEVĚDOMÍM .....</b>	<b>31</b>
3.1 Vědomí a nevědomí .....	31
3.2 Archetypy nevědomí .....	34
3.2.1 Stín .....	35
3.2.2 Anima .....	35
3.2.3 Animus .....	37
3.2.4. Archetyp bytostného Já .....	38
3.2.5 Dítě .....	38
3.2.6 Velká matka .....	39
3.2.7 Moudrý stařec .....	39
3.2.8 Duch .....	40
3.3 Transcendentní funkce.....	40
2.4 Proces individuace.....	42
<b>4. SNY .....</b>	<b>45</b>
4.1 Význam snů.....	45

4.2	Sny v procesu individuace .....	45
4.3	Praktická analýza snů .....	47
4.4	Metody analýzy snů .....	48
4.5	Lucidní snění .....	50
<b>5</b>	<b>OBOHACENÍ JUNGOVI PSYCHOLOGIE S. GROFEM .....</b>	<b>51</b>
5.1	Mimořádné stavy vědomí .....	53
5.2	Holotropní vědomí .....	54
5.3	Mapa lidských zážitků holotropního vědomí podle S. Grofa .....	54
5.3.1	Biografická oblast psýché .....	55
5.3.2	Perinatální oblast psýché .....	56
5.3.3	Transpersonální oblast psýché .....	57
	<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>59</b>



## ÚVOD

Otázky týkající se vědomí a nevědomí nás provázejí napříč historií a patří mezi základní otázky filosofů a psychologů, poněvadž se tyto otázky dotýkají samotného bytí. Vědomí a nevědomí napříč všemi směry je velmi široké a zasahuje do různých oblastí od filosofie, psychologie až po vědu.

Mechanistická věda zatím není schopna důsledně a systematicky zkoumat vědomí, spíše se vždy soustředila na ovládnutí sil přírody jako je elektrická, atomová energie, atd. a považovala zkoumání vědomí za vedlejší. Oproti fyziologickým poznatkům o člověku, toho o jemných složkách bytí člověka, jeho mysli, intelektu a vědomí víme zatím poměrně málo. Avšak moderní, celostní věda se v dnešní době studiu tak delikátní záležitosti jako je lidské vědomí a nevědomí nevyhýbá.

Tato práce se zabývá poznáním sebe sama z analytického hlediska podle psychoterapie Carla Gustava Junga, psychologa a psychoanalytika, jež se dá považovat za jednoho z největších badatelů vnitřního světa. Práce značně vychází z psychologie C. G. Junga, kde je nejdůležitější právě seberealizace, přibližování se sám k sobě, svému nitru. Jung ve své psychologii poskytuje techniky, které uvolňují obsahy nevědomí a je možno je vnímat vědomě.

V Jungově analytické psychologii je hlavní složkou tvůrčí proces, který vede k experimentování se svým bytím a poznávání svého nevědomí. Práce pojednává o tom jak zpřístupnit obsahy nevědomí do vědomí a pomocí toho zahájit tvůrčí proces nebo-li proces individuace.

Téma práce je zaměřeno na seznámení se základní problematikou v oblasti vědomí a nevědomí a širší pochopení souvislostí mezi vědomím a nevědomím. Dále se také zaobírá pochopením sebe sama, pomocí sebereflexe a vědomou prací s nevědomím. Jung se svojí psychologií zachází právě do těchto oblastí bádání, kde hlavní náplní je sebereflexe a sebepoznávání, čímž se člověk přibližuje, přijímá sám sebe a vyhne se neurotickým a psychotickým stavům. Seberealizace a směřování k vlastní podstatě je v Jungově psychologii nejvýraznějším aspektem a takovéto vymezení je v této práci nepřehlédnutelné.

Práce je orientovaná na Jungovu analytickou psychologii, z toho důvodu, že Freudův model psychoanalýzy je příliš úzký a omezený na individuální nevědomí, kdežto Jung nevědomí rozšiřuje ještě o kolektivní nevědomí.

Nejdříve je třeba se zaměřit na samotnou osobnost C. G. Junga, jelikož jeho život je o jeho psychologii do velké míry vypovídající a už jako dítě měl tendence pracovat s nevědomím. V druhé kapitole je práce zaměřena na charakteristiku základních pojmů, na osobní a kolektivní nevědomí a pojmy týkající se struktury vědomí a nevědomí, kde jsou objasněny a popsány pojmy jako je jáství, persona, psýché a bytostné Já, jež jsou ústředními koncepty pro porozumění lidskému vědomí a tedy i pro pochopení sebe sama a vrstev svého vědomí. Dále jsou v práci uvedeny základní psychologické funkce vědomí, jako je myšlení, cit, intuice atd., které jsou chápány i v kontextu a střetu s nevědomím. Další část práce se zabývá vztahy mezi vědomím a nevědomím a popisuje jak vědomí a nevědomí spolu vzájemně fungují, jak se prolíná vědomí do nevědomí a naopak. V kapitole vztahy mezi vědomím a nevědomím jsou rozebrány archetypy nevědomí, jakožto prapůvodní symboly, které vystupují z kolektivního nevědomí a jsou součástí každé lidské bytosti už od narození. Archetypy vychází právě z Jungova zřejmě nejpodstatnějšího objevu, čímž je kolektivní nevědomí. Dále je v kapitole vztahy mezi vědomím a nevědomím uvedena transcendentální funkce, s jejíž pomocí dochází ke spojení vědomí a nevědomí a ke sloučení protikladů z vědomí i nevědomí. Transcendentní funkce je v úzké souvislosti s procesem individuace, který je v práci dále popsán a je úhlavním směrem ke kterému se C. G. Jung ubíral, cílem individuace je právě být sám sebou a proces individuace je vědomá cesta sám k sobě tedy k bytostnému Já. Na individuaci a na celé téma vědomí a nevědomí navazuje kapitola sny, a jelikož práce je zaměřena na vědomí a nevědomí v rámci sebepoznání, je důležité zobrazit individuaci v souvislosti se sněním, tedy význam snění v rámci osobního rozvoje, analýzu ve snech a praktické metody, pomocí kterých člověk může díky snům rozvoj vědomí a sebezkoumání uskutečnit. Poslední kapitola se zabývá oblastí rozšířených stavů vědomí a obohacení Jungovi psychologie Stanislavem Grofem o

holotropní vědomí. Pojem holotropní vědomí zavedl S. Grof a rozšiřuje tím rámec jak Jungovi psychologie, tak transpersonální psychologie obecně. Jedná se o sebekoumání v rozšířených stavech vědomí, kdy je člověk obsahy nevědomím často zcela zaplaven a je třeba ho zpracovávat a pokud dochází k vědomému zpracování, stává se procesem individuace, jak popisuje C. G. Jung.

Cílem bakalářské práce je objasnit základní problematiku týkající se porozumění vědomí a nevědomí podle hlubinné psychologie C. G. Junga. Teoreticky zachytit souvislosti odehrávající se mezi vědomím a nevědomím v rámci osobního rozvoje, tedy v rámci procesu individuace. Dále je cílem seznámit se některými technikami, týkajícími se práce s nevědomím. Společným cílem pro všechny dílčí témata je pochopení svého vědomí a nevědomí, jeho složení a vzájemné působení mezi vědomím a nevědomím. Práce může sloužit také jako podnět pro sebekoumání.

# 1. OSOBNOST C. G. JUNGA

Carl Gustav Jung byl švýcarský psycholog, který sehrál zásadní roli v utváření moderní psychologie, psychoterapie i psychiatrie, jeho největší odkaz však působí na poli hlubinné, transpersonální psychologie – výzkumu vědomí a nevědomí.

Jung byl žákem německého psychologa a psychiatra Sigmunda Freuda, který je zakladatelem psychoanalýzy. Jung se oproti Freudovi vymezil a založil analytickou psychologii. Jung teorii i praxi o vědomí a nevědomí značně rozšířil a to zejména objevením kolektivního nevědomí. Právě kolektivní nevědomí je hlavní rozdílem mezi analytickou psychologií a psychoanalýzou. Zjednodušeně řečeno, Freud se domníval, že člověk – jedinec má pouze osobní nevědomí. Když Jung přišel s kolektivním nevědomím, rozšířil tím pohled na vědomí i nevědomí. Dokázal, že naše nevědomí a jeho obsahy nejsou složeny jen z našich vlastních prožitků a potlačovaných pudů jak tvrdil Freud, ale mohou to být i obsahy kolektivní, archetypální, pocházející z celoživotní lidské zkušenosti.

Vyrostl koncept druhé, mnohem hlubší sféry nevědomí, nazývaní se kolektivní. Jungovo dílo bylo ve své době značně nepochopeno a dodnes se s nepochopením setkává. Mnozí Junga vnímají jako „překračovatele“ své a stále i naší doby a je právem vnímán jako jeden z největších badatelů vnitřního světa člověka.

## 1.1 Důležité události v životě C. G. Junga

Jung se narodil v Kesswilu u Bodamského jezera v roce 1875. Měl mladší sestru a byl syn evangelického faráře, což na něj mělo velký vliv a byl s náboženstvím úzce spjat. Od dětství byl veden k víře, ale v dospělosti došel k závěru, že víra pro něj není žádným náboženstvím a církevní organizace vnímal negativně. Ve třech letech jeho matka onemocněla a byl dán do dočasné péče k tetě, z čehož měl pocity odcizení a odloučení. Dlouhou dobu na to si

ženství jako takové pojil s pocity nedůvěry. Otce si spojoval naopak s důvěrou, ale vnímal ho jako bezmocného.<sup>1</sup>

Když Jungovi bylo devět let, narodila se mu sestra. V té době se u něj začaly projevovat psychoidní stavy a chování a cítil se odcizený sám od sebe i okolí. Měl také komplexy nedostatečnosti ze špatných výsledků ve škole. Většinu času trávil sám ve svých myšlenkách a fantaziích, již tam jsou možné vidět náznaky jeho budoucí životní dráhy.<sup>2</sup>

Již v dětství zažíval významné sny, vize a fantazie, které popisuje ve své knize *Liber Novus*. Jako dítě zažil také několik zrakových halucinací a měl schopnost si záměrně navozovat představy. Jung sám ve své knize *Vzpomínky, sny, myšlenky* napsal, že tyto významné události ho přivedly k povolání a na dráhu psychologické a psychiatrické činnosti.<sup>3</sup>

V mládí míval také dojem, že je složen ze dvou střídajících se osobností. Jednu označoval za osobnost číslo 1 a druhou za osobnost číslo 2. Osobnost číslo 1 pro něj byla Basilejským školákem a osobnost číslo 2 se věnovala samotě a náboženskému rozjímání. Tyto střídavé osobnosti byly v rozporu, a když se Jung rozhodoval, na kterou životní dráhu se vydá, jejich rozpor rostl. Nakonec po snu, který mu poskytl významné sdělení, se přiklonil k osobnosti číslo 1, která inklinovala k přírodním vědám.<sup>4</sup>

Jung si tehdy myslel, že tyto dvě osobnosti má v sobě každý z nás. V dospělosti to však přeformuloval do teorie postavené ve vztahu Já a Bytostné Já.<sup>5</sup>

Než se Jung začal věnovat psychologii, studoval Basilejskou universitu přírodních věd a medicíny, kterou úspěšně dokončil.<sup>6</sup>

V roce 1900 Jung získává své první pracovní místo a to v psychiatrické léčebně, pod vedením Eugenena Bleulerera, který se soustředil a byl expertem na schizofrenii. Bleuer si všiml jeho schopností a nechal ho přednášet na Curyšské universitě. Velký ohlas v psychologických kruzích byl, když Jung

---

<sup>1</sup> JAFFÉ, A. *Vzpomínky, sny a myšlenky C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Atlantis, 1998. s. 16. ISBN 80-7108-178-7.

<sup>2</sup> STEVENS, A. *Jung*. 1. vyd. Praha: Argo, 1996. s. 12,13. ISBN 80-7203-012-3.

<sup>3</sup> JUNG, G. C. *Červená kniha*. 1. vyd. Praha: Portál, 2013. 21, 22. ISBN 978-80-262-0490-9.

<sup>4</sup> Tamtéž, s. 21, 22

<sup>5</sup> STEVENS, A. *Jung*. 1. vyd. Praha: Argo, 1996. s. 15. ISBN 80-7203-012-3.

<sup>6</sup> Tamtéž, s. 12, 13

vypracoval práci na Galtonův test slovních asociací, jež mu zadal též Bleuler. Tím začaly prvotní chvíle přátelství s Freudem.<sup>7</sup>

Freud byl Jungem fascinován a obdivoval Jungovo odhodlání pro výzkum vědomí a nevědomí. V té době ho vnímal jako svého možného nástupce v psychoanalytické psychologii a pokračovatelem psychoanalytického hnutí. Brzy se Jung stal důležitou osobností a byl jmenován Mezinárodním prezidentem psychoanalytické společnosti. Po několika letech Jung a Freud uskutečnili společnou cestu do Ameriky, během níž se jejich vztah zásadně rozhořčil a změnil na základě rozporu u výkladu snu, na který měli protichůdný pohled.<sup>8</sup>

Freud vyzdvihoval doslovný naturalistický přístup a nesouhlasil s Jungovým symbolickým a metaforickým přístupem, jež směřoval více k pochopení vnitřního smyslu duše. Jako důvod byl také ten, že podle Freuda má libido sexuální podstatu, ale Jung tvrdil, že obsahuje kreativní, životní psychickou sílu, jež je nutná k uspokojení jak sexuálních, tak i filosofických a duchovních potřeb člověka. Tímto rozporem jejich vztah značně ochladnul.<sup>9</sup>

Poté, co Jung vydal v roce 1912 *Proměny a symboly libida*, přátelský vztah Junga a Freuda zaznamenal definitivní konec, z toho důvodu, že v této knize Jung odmítl omezenou Freudovu koncepci sexuality a popsal libido, jako psychickou energii a universální kreativní sílu.<sup>10</sup>

Jung kolem roku 1920 přednášel pro menší i větší skupiny lidí a věnoval se hlavně vztahu k sobě samým a odpoutáním se od svých problémů. Roku 1933 se stal prezidentem Mezinárodní všeobecné společnosti pro psychoterapii.<sup>11</sup>

V roce 1935 Junga jmenují na titulárního profesora, ale v roce 1942 kvůli nemoci musí funkci opustit. Dále v roce 1944 nastupuje jako profesor na Basilejské universitě, ale hned po první přednášce onemocněl a musel činnost profesora rezignovat. Následně Jung prodělal mnoho nemocí a doprovázely ho

---

<sup>7</sup> STEVENS, A. *Jung*. 1. vyd. Praha: Argo, 1996. s. 20. ISBN 80-7203-012-3.

<sup>8</sup> SHEELY, N. *Encyklopedie nejvýznamnějších psychologů*. Brno: Barrister and Principal, 2005. s. 116. ISBN: 80-86598-82-9.

<sup>9</sup> Tamtéž, s. 116

<sup>10</sup> Tamtéž, s. 116

<sup>11</sup> Tamtéž, s. 116

stavy deliria a mdloby a i v těchto stavech proplouval nevědomím a zkoumal jeho obsahy. Jung poté dále pokračuje ve své tvorbě psaní, přednášení a práce s nevědomím. C. G. Jung umírá v roce 1961 ve věku 85 let.<sup>12</sup>

---

<sup>12</sup> ŠIROKÝ, H. *Analytická psychologie C. G. Junga: předmluva ke Knize proměn. Duše a smrt*. 1. vyd. Brno: Bollingenská věž, 1990. s. 18. ISBN 80-900200-0-3.

# 1. STRUKTURA VĚDOMÍ A NEVĚDOMÍ

## 2.1 Vědomí

Nejprve je důležité si uvědomit, že samo vědomí definuje vědomí. Vědomí můžeme chápat jako určitou škálu bdělosti v různé intenzitě. Maximální bdělost je nejvyšším bodem vědomí a naopak vědomí na nejnižším bodě je hluboké bezvědomí nebo-li kóma.<sup>13</sup>

Vědomí se vyznačuje svým subjektivním charakterem. Projev vědomí je vždy na určitém stupni prožívání a uvědomování si vlastní fyzického těla, svých psychických projevů – svého já, ale také hodnocení svého chování i projevů vnějšího světa, tedy okolního dění.<sup>14</sup>

Základem vědomí je podle Junga nevědomí. Původ vědomí popisuje takto: „*Naše vědomí nevytváří samo sebe, nýbrž vyvěrá z neznámé hlubiny. Probouzí se postupně v dítěti a z hlubiny spánku procítá každého rána z nevědomého stavu. Je jako dítě, které se každodenně rodí z mateřského prázákladu nevědomí*“<sup>15</sup>

Vědomí znamená vše o čem víme, proč a co děláme, jak se chováme a o čem víme, proč se v momentální chvíli takto cítíme a prožíváme. Vědomí je dále také momentální obsah myslí, který si člověk je schopen v tu chvíli vybavit. Díky vědomí můžeme pozorovat své okolí a také sebe sama. Dá se říci, že to jsou základní funkce vědomí. Záměrné a systematické sebezpozorování se nazývá introspekce.<sup>16</sup>

## 2.2 Nevědomí

Nevědomí můžeme chápat jako myšlenky, touhy, strachy, očekávání, které se utváří uvnitř nás, ale my si je neuvědomujeme i přesto, že ovlivňují naše jednání. Nevědomí tedy představuje obsah myslí, který vlastníme,

---

<sup>13</sup> ŘÍČAN, P. *Psychologie*. 3. vyd. Praha: Portál, 2009. s. 126. IBSN 978-80-7367-560-8.

<sup>14</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Základy psychologie*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2007. s. 43. IBSN 978-80-246-0841-9.

<sup>15</sup> JUNG, C. G. *Člověk a duše*. 1. vyd. Praha: Academia, 1995. s. 32. IBSN 80-200-0543-9

<sup>16</sup> NAKONEČNÝ, M. *Encyklopedie obecné psychologie*. Praha: Academia, 1997. s. 380. IBSN 80-200-0625-7.



nedokážeme si ho vybavit, použít ho a zároveň nás ovlivňuje v našem chování a v našich činech.<sup>17</sup>

*„nevědomí popisuje nesmírně nestálou skutečnost: všechno, co vím, na co však momentálně nemyslím; všechno, čeho jsem si byl kdysi vědom, nyní však je zapomenuto; všechno, co je vnímáno mými smysly, ale mým vědomím nepovšimnuto; všechno, co bezděčně a bez pozornosti, to znamená nevědomě cítím, na co myslím, vzpomínám, co chci a činím; všechno budoucí, co se ve mně připravuje a teprve později se dostane do vědomí – to všechno je obsahem nevědomí. Všechny tyto obsahy jsou tak říkajíc více nebo méně uvědomitelné nebo alespoň kdysi vědomé byly a v příštím okamžiku mohou být vědomé znovu.“<sup>18</sup>*

Freud tvrdí, že nevědomé obsahy pochází z vědomí, zatímco podle Junga je samozřejmostí, že vědomí vyvstává z nevědomého stavu. Jung tvrdí, že v rané fázi je dítě v nevědomí a jeho nejdůležitější instinktivní procesy jsou nevědomé.<sup>19</sup>

Nevědomé obsahy se podle Junga vynořují ze dvou sfér. První sférou je osobní nevědomí, materiál osobního původu. Druhou sférou je kolektivní nevědomí nebo-li neosobní nevědomí.<sup>20</sup>

Ve skutečnosti ale nevíme, kam až je nevědomí a jeho obsahy rozsáhlé. Když se snažíme popsat vlastní nevědomí, tak se vlastně snažíme popsat něco, co neznáme a něco o čem nic nevíme. V podstatě o nevědomí máme jen nepřímé důkazy jako o duševní oblasti, která se nachází pod prahem vědomí. Závěry o jeho možné podstatě můžeme vyvodit z produktů, které nevědomí vytváří.<sup>21</sup>

---

<sup>17</sup> HARTL P., HARTLOVA H. *Psychologický slovník*. Vyd. 2. Praha Portál, 2009. s. 356. ISBN 978- 80-7367-569-1.

<sup>18</sup> JUNG, C. G. *Výbor z díla, svazek 2. Archetypy a nevědomí*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998. s. 27. ISBN 80-85880-16-4.

<sup>19</sup> JUNG, C. G. *Analytická psychologie: její teorie a praxe. Tavistocké přednášky*. vyd. 1. Praha: Academia, 1992. s. 10. ISBN 80-200-0418-1.

<sup>20</sup> Tamtéž, s. 53, 54

<sup>21</sup> JUNG, C. G. *Analytická psychologie: její teorie a praxe. Tavistocké přednášky*. vyd. 1. Praha: Academia, 1992. s. 9. ISBN 80-200-0418-1.

## 2.3 Osobní nevědomí

Osobní nevědomí je sférou čistě osobního charakteru a vychází z individuální zkušenosti. Jsou to myšlenky, které jsme kdy měli, zážitky, které jsme prožili, vše co jsme viděli, cítili, vše co jsme za náš současný život zaznamenali. To vše je uloženo v nevědomí. Něco si můžeme vědomě vybavit, ať jde o chuť či pocit, máme možnost si ho promítnout do vědomí a v rámci nějaké intenzity ho prožít, avšak spoustu věcí jsme už zapomněli a i přesto jsou uloženy v nevědomí, akorát si je nemůžeme vzhledem k zapomenutí vybavit v aktivním vědomí či jsou záměrně potlačeny.<sup>22</sup>

*„Podle této teorie jako by nevědomí obsahovalo jen ony části osobnosti, které by stejně tak mohly být vědomé a vytěsnila je vlastně jen výchova. I když při určitém způsobu zkoumání vystupují infantilní tendence nejčastěji, bylo by přece jen nesprávné podle toho nevědomí definovat nebo hodnotit. Nevědomí má také druhou stránku: do jeho rozsahu lze zahrnout nejen vytěsněné obsahy, ale i veškerý materiál, který nedosahuje hodnoty prahu vědomí.“<sup>23</sup>*

Osobní nevědomí je povrchová vrstva nevědomí, za níž se skrývají hlubiny nevědomí, tedy kolektivní nevědomí, které je velmi záhadné a podivuhodné.<sup>24</sup>

## 2.4 Kolektivní nevědomí

Pojem kolektivní nevědomí zavedl C. G. Jung a rozšířil tím pohled na to, odkud pochází některé obsahy z hloubi nevědomí. Je velmi důležitou složkou osobnosti a jedná se o hlubší vrstvu v nevědomí než je osobní nevědomí. V osobním nevědomí je vše, co bylo vytěsněno z vědomí a je proto u každého člověka jiné, naopak kolektivní nevědomí má ve své podstatě společný, jednotný obsah pro všechny lidi.<sup>25</sup>

---

<sup>22</sup> JUNG, C. G. Výbor z díla, svazek 2. *Archetypy a nevědomí*. 1. Vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998. s. 147. ISBN 80-85880-16-4.

<sup>23</sup> JUNG, C. G. Výbor z díla, svazek 3. *Osobnost a přenos*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2001. s. 7. ISBN 80-85880-18-0.

<sup>24</sup> JUNG, C. G. Výbor z díla, svazek 2. *Archetypy a nevědomí*. 1. Vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998. s. 147. ISBN 80-85880-16-4.

<sup>25</sup> ŘÍČAN, P. *Psychologie*. 3. vyd. Praha: Portál, 2009. s. 232. ISBN 978-80-7367-560-8.

Kolektivní nevědomí pochází z neosobní sféry, jsou to zděděné kulturní, mytologické kódy v podobě obrazců, symbolů a mytologických postav, které se mohou vyskytovat ve snech, i vpadnout do vědomí, popřípadě ovládnout tělo a člověk jedná nevědomě pod vlivem nevědomých sil. Kolektivní nevědomí je dědičné, dané evolucí. Obsahuje dědičné tendence prožívat a jednat určitým specifickým způsobem. Tyto tendence Jung přisuzuje archetypům nevědomí, jakožto vrozeným vzorcům obrazotvornosti a citění.<sup>26</sup>

Kolektivní kvality nemusí být ulpěny jen na psychických obsazích a elementech, ale i na psychologických funkcích jako je myšlení, vnímání, apod.<sup>27</sup>

*„Funkce myšlení může mít jako celek kolektivní kvalitu, jestliže se vyznačuje souhlasem se zákony logiky a rovněž je v souladu se všeobecně přijímanými zákony. Podobně funkce citění jako celek může být kolektivní, je-li toto citění identické s obecným citěním a souhlasí se všeobecnými očekáváními, obecným morálním vědomím atd. Podobně vnímání a intuice jsou kolektivní, když jsou v daný čas charakteristické pro velkou skupinu lidí.“<sup>28</sup>*

Kolektivní nevědomí je oblastí archetypické zkušenosti a má větší význam než nevědomí osobní. Představuje základní zdroj psychické síly, vnitřní proměny a celistvosti.<sup>29</sup>

Obsah kolektivního nevědomí je tvořen souhrnem archetypů. Souhrn archetypů je relativně omezený, jelikož odpovídají typickým základním zážitkům, které jsou ve všech kulturách totožné. Obsahují naše prazkušenosti, které nám zprostředkovávají. Vstupují do našich snů, představ a fantazií.<sup>30</sup>

---

<sup>26</sup> SHARP, D. *Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2005. s. 73. ISBN 80-85880-39-3.

<sup>27</sup> Tamtéž, s. 73

<sup>28</sup> Tamtéž, s. 73

<sup>29</sup> HOPCKE, R. H. *Průvodce po sebraných spisech C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1993. s. 18. ISBN 80-900802-9-4.

<sup>30</sup> JACOBI, J. *Psychologie C. G. Junga*. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1992. s. 18. ISBN neuvedeno.

## 2.5 Jáství

*„Hranice mezi tělovým Já a ne-Já se zdá na první pohled zcela jasná, bez problémů: z vnitřku až po povrch těla, to jsem já, zatímco třeba prsten, který mám na ruce, to už nejsem já. Musíme si však uvědomit, že jsme v psychologii, a že tedy nejde o fyzickou hranici těla, nýbrž o prožívanou (vnímanou, představovanou, myšlenou) hranici mezi vlastním tělem a okolím, v němž se nacházíme.“<sup>31</sup>*

„Já“ (Ego) není úplný celek lidské bytosti. Zahrnuje převážně vědomou oblast, ale byly mu přisouzeny i některé nevědomé funkce. Umožňuje sebereflexi a je základem trvalé identity. Je centrálním bodem osobnosti. Celá osobnost je rozložena do určitých systémů, které k sobě mají určitý vzájemný vztah. Já vzniká v raném dětství jako obranný mechanismus, před tím, kdy není možné spontánní uspokojení pudů. Já se rozvíjí díky zkušenostem, rozumovým schopnostem a díky dalším funkcím. Je ovšem do značné míry sluhou Ono.<sup>32</sup>

*„Já je pouze kousek vědomí, který pluje na oceánu temných věcí. Temné věci jsou vnitřní věci. Na oné vnitřní straně je vrstva psychických pochodů, která tvoří jakýsi druh obruby vědomí kolem já“<sup>33</sup>*

Já je vyvinuto z vrstvy kůry nazývané „Ono“ (Id). Na základě vědomého vnímání si Já neustále podřizuje hlubší vrstvy ono. Ono si můžeme představit jako původní systém psychického aparátu. Ono v nás je nevědomé, tak jako nevědomé čistě pudové zvíře. Má obrovskou moc a je zdrojem naší psychické energie. Jsou to zděděné a vrozené psychické vlastnosti, pudová energie, která zásobuje primární motivy a pudy.<sup>34</sup>

„Nadjá“ (Superego) je od Já oddělený psychický orgán, vytvořený a naroubovaný společností proto, aby Já vytvořilo určitou sebekritiku a reprezentovalo ideální představy o hodnotách a morálce ve společnosti. Dá se charakterizovat jako soudce či vzor.<sup>35</sup>

---

<sup>31</sup> ŘÍČAN, P. *Psychologie*. 3. vyd. Praha: Portál, 2009. s. 135. ISBN 978-80-7367-560-8.

<sup>32</sup> FÜRST, M. *Psychologie*. Praha: Votobia, 1997. s. 77. ISBN 80-7198-199-0.

<sup>33</sup> JUNG, G. C. *Analytická psychologie: její teorie a praxe: Tavistocké přednášky*. 2. vyd. Praha: Academia, 1993. s. 16. ISBN 80-200-0418-1.

<sup>34</sup> FÜRST, M. *Psychologie*. Praha: Votobia, 1997. s. 63. ISBN 80-7198-199-0.

<sup>35</sup> ŘÍČAN, P. *Psychologie*. 3. vyd. Praha: Portál, 2009. s. 227. ISBN 978-80-7367-560-8.

Většinou je nám Nadjá rodiči vštípeno v dětství, ale jeho povaha se může v průběhu života měnit. Jednou z funkcí Nadjá je svědomí, které trestá výčitkami. Nadjá je z velké části nevědomé a svoji energii čerpá také z Ono. Superego může stoupat i klesat na síle. Je částečně ovladatelné a dá se i potlačit, čímž může zaniknout.<sup>36</sup>

## 2.6 Persona

*„Persona je systém vztahů mezi individuálním vědomím a společností. Maska, která na ostatní dělá dojem a současně skrývá skutečnou povahu individua.“<sup>37</sup>*

Etymologie slova odpovídá řeckému *per - sonum*: skrze - zníti. Persona by se dala nahradit českým slovem maska. Je jako nádoba, ochranný obal vnitřního já jedince. Svoji funkci i formu nabývá ve vztazích k vnější kolektivní realitě. Persona, jako obranná funkce způsobuje, že se problémy týkající se individuálního jedince projevují ve snech, situacích a událostech, kde hraje roli projev sám sebe skrze vzhled, oblečení, nalíčení, atd.<sup>38</sup>

Persona u jedince navenek jen předstírá svoji individualitu a je maskou kolektivní psyché, může však být užitečná v tom, že nám ukazuje, jak toužíme a snažíme se „někým být“ a jak chceme, aby nás lidé vnímali.<sup>39</sup>

Paradoxem masky je vnitřní anonymita a na druhé straně něco výrazného. Jsme vidět venku, ale zároveň nejsme vidět uvnitř. Pokud například herec ví, že je pouhým nástrojem a hráčem, maska mu propůjčuje určitou svobodu. Když ale bude s maskou ztotožněn, tak zapomene jaká je jeho pravá identita a maska mu zůstane, doslova mu přiroste k tváři a stane se jeho vězením. Silné ztotožnění s maskou může být pro samotné Já představovat velký problém a může být pro něj až destruktivní. Může dojít až

---

<sup>36</sup> FÜRST, M. *Psychologie*. Praha: Votobia, 1997. s. 64. ISBN 80-7198-199-0.

<sup>37</sup> SHARP, D. *Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2005. s. 110. ISBN 80-85880-39-3.

<sup>38</sup> HOPCKE, R. H. *Průvodce po sebraných spisech C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1993. s. 81. ISBN 80-900802-9-4.

<sup>39</sup> JUNG, C. G. Výbor z díla, svazek 3. *Osobnost a přenos*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2001. s. 50,51. ISBN 80-85880-18-0.

k rozpolcenosti osobnosti. V takové situaci se člověk se svým nerealistickým obrazem osoby musí vypořádat.<sup>40</sup>

Persona, která správně funguje, musí vyhovovat a být v harmonii se svým sebeobrazem, který v sobě každý jedinec nosí a chce se k němu přiblížit. Měla by také odpovídat celkovému obrazu, který vytváří okolí a kultura vymezující hranice uskutečnění ideálu Já. Obě podmínky, jak naplnění sebeobrazu, tak celkového obrazu jsou důležité k vývoji osobnosti. Člověk, který se ztotožňuje s ideálním celkovým obrazem, který vytváří okolí je vnímán jako masový člověk a pokud na druhou stranu bere ohled pouze na svůj vlastní ideální sebeobraz, ukazuje se jako samotář, rebel nebo podivín.<sup>41</sup>

## 2.7 Psýché

Jung ve své analytické psychologii vymezuje strukturu psýché a také vztahy a procesy, kterých se lidská psyché účastní a odehrává se v jejich rámcích. Psýché Jung označuje jako celou naši vědomou i nevědomou bytost, která se snaží uskutečnit svůj růst a být v celistvé rovnováze. Cíl, ke kterému psýché směřuje, Jung nazývá bytostné Já.<sup>42</sup>

Psýché je rozdělena na vědomí a nevědomí, kde nevědomí má účel kompenzovat vědomé postoje. Ke kompenzaci dochází, když je vědomý postoj příliš jednostranný. V takovém případě se v nevědomí projevuje jako jeho protiklad, který upravuje vzniklou nerovnováhu. Ke kompenzaci dochází vnitřně skrze sny, představy a skrze další nevědomé procesy.<sup>43</sup>

*„Psýché zdaleka není jednotou, naopak, je to kloktající směs odporujících si impulzů, zábran a afektů a její konfliktní stav je pro mnoho lidí nesnesitelný do té míry, že si dokonce přejí teologii vychvalované vykoupení“<sup>44</sup>*

---

<sup>40</sup> HOLM, N. G. *Úvod do psychologie náboženství*. Praha: Portál, 1998. s. 126. ISBN 80-7178-217-3.

<sup>41</sup> JACOBI, J. *Psychologie C. G. Junga*. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1992. s. 18. ISBN neuvedeno.

<sup>42</sup> JUNG, G. C. *Analytická psychologie: její teorie a praxe: Tavistocké přednášky*. 2. vyd. Praha: Academia, 1993. s. 116, 117, 120. ISBN 80-200-0418-1.

<sup>43</sup> JUNG, G. C. *Analytická psychologie: její teorie a praxe: Tavistocké přednášky*. 2. vyd. Praha: Academia, 1993. s. 125, 126, 128, 130. ISBN 80-200-0418-1.

<sup>44</sup> Jung, Carl Gustav. *Výbor z díla, svazek 2. Archetypy a nevědomí*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998. s. 219. ISBN 80-85880-16-4.

## 2.8 Bytostné Já

Bytostné Já funguje jako transpersonální síla přesahující Já jedince. Je to archetyp celosti a označuje souhrn všech psychických fenoménů osobnosti. Bytostné Já je vyjádřením jednoty osobnosti jako celku. Ale jelikož je celková osobnost součástí vědomých i nevědomých komponent, může být vědomá pouze z části. Tak jako je já středem vědomí, bytostné Já je středem, ale i rozsahem, který zahrnuje vědomí i nevědomí.<sup>45</sup>

Bytostné Já je středem lidské vědomé i nevědomé bytosti a je zároveň také archetypem. Bytostné Já je spojnicí mezi vědomím a nevědomím a je cílem celého procesu individuace, být jedincem, stát se tím, kým opravdu jsme. Představuje naší bytost jako celek.<sup>46</sup>

Proces individuace, jakožto směřování k bytostnému Já, je popsán níže v kapitole vztahy mezi vědomím a nevědomím.

Často je tomu tak, že se člověk vzdá svého bytostného Já ve prospěch vnější role, postavení nebo ve prospěch nějaké domněnky.<sup>47</sup>

*„V prvním případě ustoupí bytostné Já do pozadí vůči sociálnímu uznání, v druhém vůči autosugestivnímu významu praobrazu. V obou případech tedy převažuje to kolektivní. Vzdání se bytostného Já ve prospěch všeho kolektivního odpovídá sociálnímu ideálu; je dokonce považováno za sociální povinnost a ctnost, i když se tím dá provozovat egoistické zneužívání. O egoistech se říká, že jsou „sobečtí“ (selbstisch), což přirozeně nemá nic společného s pojmem „bytostné Já“ (das Selbst).“<sup>48</sup>*

Bytostné Já je ústředním pojmem analytické psychologie a transpersonální psychologie.

---

<sup>45</sup> SHARP, D. *Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2005. s. 34. ISBN 80-85880-39-3.

<sup>46</sup> ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie Náboženství*. Praha: Portál 2002. s. 220. ISBN 80-7178-547-4.

<sup>47</sup> JUNG, C. G. Výbor z díla, svazek 3. *Osobnost a přenos*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2001. s. 45. ISBN 80-85880-18-0.

<sup>48</sup> JUNG, C. G. Výbor z díla, svazek 3. *Osobnost a přenos*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2001. s. 45. ISBN 80-85880-18-0.

## 2.9 Psychologické funkce vědomí

Jung rozlišuje několik funkcí vědomí, které umožňují vědomí se orientovat v endopsychických a ekstropsychických faktech. Endopsyché Jung popisuje jako systém vztahů mezi vědomými obsahy a předpokládanými nevědomými procesy. Na druhé straně je ekstpsyché jako systém vztahů mezi obsahy vědomí a fakty a daty přicházející z vnějšího prostředí.<sup>49</sup>

### 2.9.1 Ekstpsychické funkce

Ekstpsychické funkce se dělí na vnímání, myšlení, citění a intuici. Nyní krátce popíšu jednotlivé funkce:

**Vnímání** je celistvý souhr uvědomění si zevních faktů pomocí smyslů. Vnímání nám říká, že něco je, nesděljuje nám co to je, pouze uvědomnění si co to je.<sup>50</sup>

Je to základní kognitivní proces. Skrze vnímání jsme v kontaktu se sebou samým, s okolním světem a můžeme účelně jednat. Je zpětnou vazbou, která je nezbytná k našemu jednání. Vjemy se nám jeví jako psychické obrazy existující mimo naši mysl, které v danou chvíli působí na naše smysly. Je rozhodující jestli se vjem člověku jeví jako vnitřní obraz něčeho vnějšího. Tudiž vjemy – klamně vjemy, u kterých nepůsobí na naše smysly nic objektivně zjistitelného, jsou také vjemy. Jedná se o případy zrakových či sluchových halucinací způsobených požitím psychedelických drog, duševní chorobou nebo se mohou zjevovat i spontánně, aniž by to bylo klasifikováno jako duševní choroba. Takové vjemy jsou poněkud zvláštního druhu. Vznikají nezávisle na podnětu, který působí na lidské smysly a který by odpovídal povaze takových vjemů.<sup>51</sup>

Vnímání nepůsobí jako funkce, která je izolovaná. Je úzce spojené s myšlením. Vnímání je propojeno i s představivostí a city. City zbystrují vnímání a naopak vnímání zintenzivňuje city. Ovšem když je cit velmi silný,

---

<sup>49</sup> JUNG, G. C. *Analytická psychologie: její teorie a praxe: Tavistocké přednášky*. 2. vyd. Praha: Academia, 1993. s. 11. ISBN 80-200-0418-1.

<sup>50</sup> Tamtéž, s. 11

<sup>51</sup> ŘÍČAN, P. *Psychologie*. 3. vyd. Praha: Portál, 2009. IBSN s. 38. 978-80-7367-560-8.



může dojít k tomu, že vnímání zkresluje. Takový jev se nazývá iluze. Iluze se projevuje například tak, že zamilovaný muž vidí svoji milou i v neznámé dívce, která jde v dáli.<sup>52</sup>

**Myšlení** je vnímání a úsudek. Sděluje nám co to je. Označuje a dává věcem jméno. Předmětem myšlení je práce s vjemy, symboly a představami, s kterými manipuluje. Umožňuje analyzovat vztahy a z toho předpovídat jevy, účelně jednat, zpracovávat informace, řešit problémy a nové situace. Na vrcholu myšlenkového procesu můžeme prožít náhlý vhled, který proráží lpění na určitém problému. Přicházející radost z vhledu není jen z vyřešení problému, ale radost z poznání, které je bytostně lidské.<sup>53</sup>

Jung rozděluje dva druhy myšlení. Myšlení slovní a logické a na fantazijní myšlení. „*Zaměřené myšlení je slovní a logické, zatímco fantazijní myšlení je pasivní, asociativní a obrazové. Zaměřené myšlení je ztělesněno vědou, fantazijní myšlení mytologií. Jung tvrdil, že starověké národy postrádaly schopnost zaměřeného myšlení, kterou člověk získal až v moderní době. Fantazijní myšlení přichází, když zaměřené myšlení ustane.*“<sup>54</sup>

Další funkcí je **cítění**. Cítění informuje o tom, co je nás hodno a zda je pro nás věc přijatelná či nikoliv. Vždy budeme v nějakém citovém rozpoložení. Na základě cítění si nemůžeme osvojovat svoje představy bez určité citové reakce.<sup>55</sup>

City jsou velmi „nakažlivé“. Avšak jejich nakažlivost má velmi významnou komunikační funkci. Odráží se v tónu hlasu, mimice, pantomimice. City se dají i předstírat a zneužívat jich. Mohou být také nástrojem psychického utrpení v podobě hlubokého smutku, deprese, melancholie nebo strachu, který může vést k neurotické fobii či úzkosti.<sup>56</sup>

---

<sup>52</sup> ŘÍČAN, P. *Psychologie*. 3. vyd. Praha: Portál, 2009. IBSN s. 55. 978-80-7367-560-8.

<sup>53</sup> Tamtéž, s. 87, 89, 90

<sup>54</sup> JUNG, G. C. *Červená kniha*. 1. vyd. Praha : Portál, 2013. s. 30, 31. ISBN 978-80-262-0490-9.

<sup>55</sup> JUNG, G. C. *Analytická psychologie: její teorie a praxe: Tavistocké přednášky*. 2. vyd. Praha: Academia, 1993. s. 11. ISBN 80-200-0418-1.

<sup>56</sup> ŘÍČAN, P. *Psychologie*. 3. vyd. Praha: Portál, 2009. IBSN s. 107, 111. 978-80-7367-560-8

City můžeme do jisté míry ovládat a můžeme pracovat na tom, abychom je dokázali lépe uchopit a nepropadat jim. Ovšem nedá se říci, že je špatné citům nepropadat a plně je neprožívat. City jsou také zdrojem „vnitřního umělce“ v každém z nás. Je třeba zkoumat své city a člověk se může, alespoň zčásti rozhodnout, jak a jaký pocit prožije s určitou intenzitou.<sup>57</sup>

Jung rozlišuje emoce od citění. Vědomé citění charakterizuje jako racionální funkci rozlišování hodnot, zatímco emoce představují něco nevyzpytatelného a doprovází je změněný fyziologický stav. Funkcí citění Jung považuje city duševního rázu, které nemají emocionální charakter.<sup>58</sup>

Emocionalita je citlivost, která vzniká mimovolně a do velké míry nekontrolovatelně. Již u novorozenců, kde jsou emoce velmi čitelné, můžeme vidět, jak dokážou komunikovat a vyjadřovat se „jazykem citů“. Jsou to bezprostřední prožitky doléhající k vlastnímu Já, které mají subjektivní hodnotící akcent.<sup>59</sup>

Emoce fungují v úzké souvislosti s motivací a mnohé teorie tvrdí, že emoce jsou usměrňujícím a posilujícím procesem. „*Je např. známo, že ze strachu člověk utíká, v hněvu útočí, z lásky „hory přenáší“ atp. Je ale nezbytné rozlišovat emoce jako pouhé indikátory již dosažené libosti, tedy signály uspokojení potřeb, a emoce jako hybatele iniciující chování.*“<sup>60</sup>

Poslední ektopsychickou funkcí je **intuice**. Intuici můžeme rozumět jako určitý druh tušení, předvídání či také druh věštění. Je to funkce, kterou normálně nepoužíváme. Umožňuje nám, dá se říci vidět za roh, předpovědět situaci, která ještě nastala a reagovat na ní. Lidé, kteří dělají rutinní práci, většinou schopnost intuice nemají tak rozvinutou, jako například lidé co se pohybují na burze nebo i lidé v pralese, ti používají svá tušení mnohem více. Takže lidé, kteří jsou vystaveni přírodním podmínkám či lidé riskující v neznámých oblastech, musí být více intuitivní. Intuici jako funkci vědomí

---

<sup>57</sup> JUNG, G. C. *Analytická psychologie: její teorie a praxe: Tavistocké přednášky*. 2. vyd. Praha: Academia, 1993. s. 19. ISBN 80-200-0418-1.

<sup>58</sup> Tamtéž, s. 19

<sup>59</sup> ČAČKA, O. *Psychologie vrstev duševního dění osobnosti*. Brno: Doplněk, 1997. s. 52. ISBN 80-85765-70-5.

<sup>60</sup> Tamtéž, s. 61

Jung považuje za část mystiky v člověku. Nepřichází pomocí smyslů, nýbrž z nevědomí. Do intuice mohou spadat také předvídací sny a telepatické jevy. Intuice je naprosto přirozená a normální věc, vyskytující se i u primitivů a je velmi důležitá a potřebná, protože se zabývá tím, co nemůžeme cítit, vnímat nebo myslet.<sup>61</sup> Jako primitiva Jung označuje člověka na nízkých či nejnižších úrovních vědomí.

*„Psychologické funkce jsou obvykle ovládány vůlí nebo doufáme, že jsou, protože máme strach ze všeho, co se hýbe samo od sebe. Jsou-li tedy funkce pod kontrolou, mohou být vyřazeny z užívání, mohou být potlačeny, mohou být zvoleny, může být zvyšována jejich intenzita, mohou být řízeny silou vůle, tím, co nazýváme intence. Ale mohou také fungovat nechtěným způsobem, to znamená, že myslí za vás, cítí za vás - dělají to velmi často a nemůžete je zastavit. Anebo fungují nevědomě, takže nevíte, co udělaly, ačkoli jste například konfrontováni s výsledkem citového procesu, který se udál v nevědomí.“<sup>62</sup>*

Jestliže je nějaká funkce dominantní, intenzita jiné funkce je nižší. To znamená, že když je dominantní myšlení, cítění se dostává do utlumeného stavu. Každý dominuje více či méně nějakou psychologickou funkcí.<sup>63</sup>

Zde je takzvaný kříž funkcí, kde ve středu je já s určitým množstvím duševní energie, jímž jsou síla a vůle. Pokud je člověk myslící typ, energie je směřována k myšlení. V tomto případě musíme cítění dát dolů, protože je méněcenné. Pokud myslíme, musíme vyloučit cítění a naopak. Myšlení nechává city a citové hodnoty v pozadí, protože cítění myšlenky rozrušuje. Když prožíváte citové stavy, tak je naopak rozrušuje přemýšlení. Tyto funkce jsou si navzájem protikladné.<sup>64</sup>

---

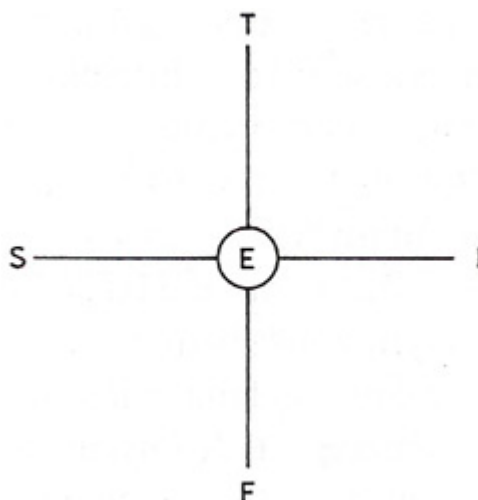
<sup>61</sup> JUNG, G. C. *Analytická psychologie: její teorie a praxe: Tavistocké přednášky*. 2. vyd. Praha: Academia, 1993. s. 12. ISBN 80-200-0418-1.

<sup>62</sup> Tamtéž, s. 13

<sup>63</sup> Tamtéž, s. 13

<sup>64</sup> Tamtéž, s. 13

Obrázek č. 1 – Kříž psychologických funkcí



Zdroj.<sup>65</sup>

T - myšlení, F - cítění, S - vnímání, I - intuice, E - Já (Ego)

Stejně je to s vnímáním a intuicí. Když člověk pozoruje fyzikální fakta, není schopen se současně „dívat za rohy“. Jaké psychologické funkce u lidí dominují je možné rozeznat, po bedlivém sledování pomocí očí.<sup>66</sup>

Člověk dominující s funkcí vnímání má tendenci, aby jeho oči směřovaly do jednoho bodu. Vjemový smyslový typ pozoruje fakta tak, jak se zjevují a jak jsou, ale potom nemá žádnou intuici z toho důvodu, že nemůže dělat dvě věci naráz. Princip jedné funkce vylučuje princip funkce druhé, tudíž je moc složité, aby člověk používal obě najednou. Oči intuitivních lidí na věci jen běžně hledí, nazírají na ně a vnímají ve své plné celosti a mezi mnoha věcmi, které vnímají, zaměří jeden periferní bod, z kterého vyústí tušení. Dá se tedy říci, že podle očí můžeme poznat, zda jsou lidé intuitivní či ne.<sup>67</sup>

### 2.9.2 Endopsychické funkce

Dále tu máme Endopsychickou sféru, která pochází z osobního nevědomí. První funkcí a nejdostupnější funkcí je **paměť**. Umožňuje nám

<sup>65</sup> JUNG, G. C. *Analytická psychologie: její teorie a praxe: Tavistocké přednášky*. 2. vyd. Praha: Academia, 1993. s. 14. ISBN 80-200-0418-1.

<sup>66</sup> Tamtéž, s. 14

<sup>67</sup> Tamtéž, s. 14

vybavovat si nevědomé obsahy. Paměť nás spojuje s tím, co vymizelo z vědomí, co se stalo podvědomé, zavržené či potlačené. Je to funkce, kterou můžeme více či méně řídit vůlí, je tedy pod řízením komplexu já.<sup>68</sup>

Druhá endopsychická funkce se nazývá **subjektivní komponenty nevědomí**. Je to funkce, kterou nemůžeme ovládat vůlí jako paměť, ale mohou být potlačeny, vyloučeny nebo lze vůlí zvýšit jejich intenzitu. Subjektivními komponenty jsou myšleny spontánní subjektivní reakce. Subjektivní reakce jsou u každé vědomé funkce.<sup>69</sup>

Dále přecházíme k **afektu a emoci**. Jung je nepovažuje za funkci, ale za endopsychickou komponentu. Emoce je stav, kdy se člověka zmocní jeho vnitřní strana a je do jisté míry neovladatelná a proudí vědomím. Může se vystupňovat až k posedlosti.<sup>70</sup>

Poslední funkcí je **invaze**. Zde má nevědomí plnou moc a může vpadnout do vědomého stavu, kdy je vědomé ovládnuto sebe sama na nejnižší úrovni. Je to uchvácení svým nevědomím, z kterého může vyjít cokoliv. Jedná se o mimořádný stav vyskytující se i u primitivních lidí, kteří ho charakterizují jako zmocnění d'ábla, ducha či ztrátu duše, kdy člověk může jednoduše řečeno ztratit rozum.<sup>71</sup>

*„Je to věc, kterou můžete často pozorovat u neurotických pacientů. V určité dny nebo čas od času najednou ztratí svou energii, ztratí sami sebe a dostanou se pod zvláštní vliv. Tyto jevy samy o sobě nejsou patologické; patří k obvyklé fenomenologii člověka, avšak stanou-li se habituálními, hovoříme právem o neuróze. To jsou věci, které vedou k neuróze; ale jsou to také výjimečné stavy u normálních lidí.“<sup>72</sup>*

---

<sup>68</sup> JUNG, C. G. *Analytická psychologie: její teorie a praxe: Tavistocké přednášky*. 2. vyd. Praha: Academia, 1993. s. 17. ISBN 80-200-0418-1.

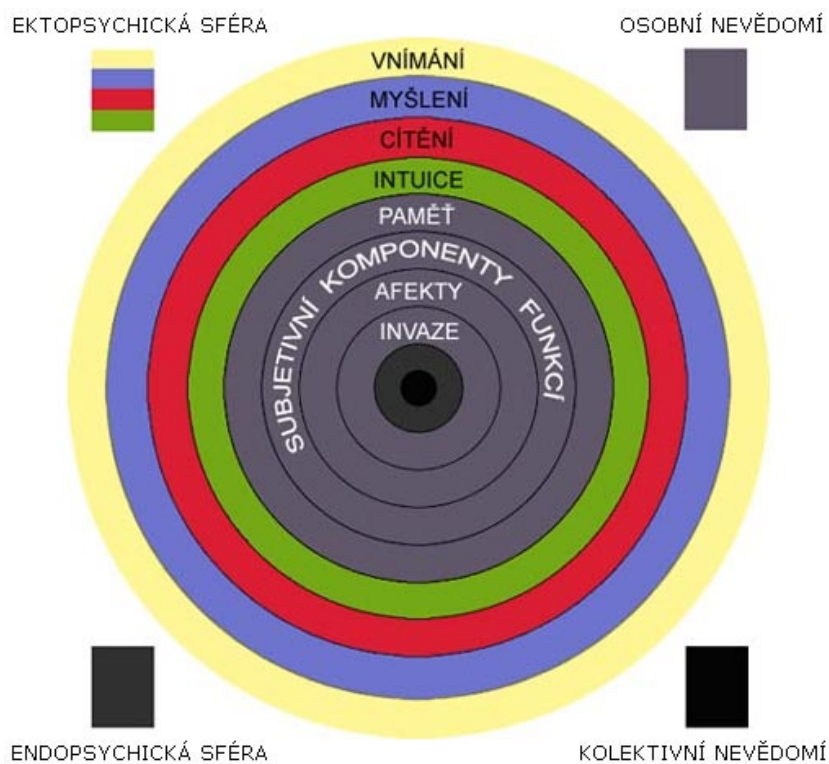
<sup>69</sup> Tamtéž, s. 17

<sup>70</sup> Tamtéž, s. 18

<sup>71</sup> Tamtéž, s. 18

<sup>72</sup> Tamtéž, s. 18

Obrázek č. 2 – Diagram psýché



Zdroj.<sup>73</sup>

Tento diagram ukazuje, jak postupně slábne síla vůle a intenzita komplexu já, čím jste blíže k temnotě nevědomí.<sup>74</sup>

<sup>73</sup> *Tavistocké přednášky – diagram psýché* [online]. 2011 [cit. 2014-03-22] Dostupné na WWW: <<http://www.jung.sneznik.cz/psyche2.htm>>

<sup>74</sup> JUNG, C. G. *Analytická psychologie: její teorie a praxe: Tavistocké přednášky*. 2. vyd. Praha: Academia, 1993. s. 19. ISBN 80-200-0418-1.

### 3. VZTAHY MEZI VĚDOMÍM A NEVĚDOMÍM

#### 3.1 Vědomí a nevědomí

*„Psychologie je v první řadě vědou o vědomí. Na druhém místě je vědou o produktech toho, co nazýváme nevědomou psyché. Nemůžeme přímo zkoumat nevědomou psyché, protože nevědomí je právě jen nevědomí, a proto k němu nemáme žádný vztah. Můžeme se pouze zabývat vědomými produkty, o kterých předpokládáme, že mají původ v oblasti zvané nevědomí, v oné oblasti nejasného znázorňování obrazů („temných představ“), o níž filosof Kant ve své Antropologii říká, že zahrnuje polovinu světa. Cokoli máme říci o nevědomí, je tím, co o něm říká vědomí. Nevědomá psyché, která je zcela neznámé povahy, je vždy vyjadřována vědomím a v termínech vědomí, a to je jediná věc, kterou můžeme udělat. Nemůžeme jít za to a měli bychom to mít vždy na mysli jako poslední kritérium našeho posuzování.“<sup>75</sup>*

Vědomí se nejlépe vymezuje svými protiklady. Prvním protikladem vědomí je bezvědomí. Bezvědomí si lze představit jako prostor, který o sobě neví, že existuje. Druhým protikladem je nevědomí, jakožto psychoanalytický pojem vyjadřující to, že naše pohnutky vedoucí nás k činům, naše city, myšlenky a celkové prožívání není zdaleka vědomé.<sup>76</sup>

Vědomí člověk nemá od narození. Když se dítě narodí, funguje nejprve ve sféře nevědomí. Z nevědomí se pak vynořují jednotlivé střípky vědomí, které se poskládají v jeden celek. Jung tvrdí, že vnímání existence svého vědomí – „já jsem“ se může projevat u dítěte dokonce až v jedenácti letech. Avšak je to proces individuální a odvíjí se od vyzrálosti a prožitků nebo prožívání jednotlivce.<sup>77</sup>

---

<sup>75</sup> JUNG, G. C. Analytická psychologie: její teorie a praxe: Tavistocké přednášky. 2. vyd. Praha: Academia, 1993. s. 18. ISBN 80-200-0418-1.

<sup>76</sup> NAKONEČNÝ, M. *Encyklopedie obecné psychologie*. Praha: Academia, 1997. s. 379 ISBN 80-200-0625-7.

<sup>77</sup> JUNG, G. C. Analytická psychologie: její teorie a praxe: Tavistocké přednášky. 2. vyd. Praha: Academia, 1993. s. 18. ISBN 80-200-0418-1.

Vědomí je závislé na Já a jedno bez druhého nemůže existovat. Z toho vychází předpoklad, že vše nevztahující se k Já, není vědomé.<sup>78</sup>

*„Důležitou skutečností na vědomí je, že nic nemůže být vědomé bez já, k němuž se to vztahuje. Jestliže není něco ve vztahu k já, pak to není vědomé. Proto můžeme definovat vědomí jako vztah psychických faktů k já. Co je to já? Já je komplexní danost, jež sestává především z celkového uvědomění si svého těla, své existence a za druhé z dat paměti; máte určitou představu o tom, že jste byli, dlouhou řadu vzpomínek. Tyto dvě podstatné složky tvoří to, co nazýváme já. Proto můžete nazvat já komplexem psychických faktů. Tento komplex disponuje velkou silou přitažlivosti, jako magnet; přitahuje obsahy z nevědomí, z oné temné říše, o které nic nevíme. Přitahuje též dojmy z vnějšku a když vstoupí do spojení s já, stanou se vědomými. Jestliže se tak nestane, nejsou vědomé.“<sup>79</sup>*

Ve vědomí je možno udržet jen několik simultánních obsahů. Je tedy vymezeno jistou omezeností. Vše ostatní je nevědomí a my na úkor vědomých momentů dostáváme obraz vědomého světa, který jsme schopni si uvědomovat. Nikdy nejme schopni mít obraz naprosté celosti, na to je naše vědomí moc úzké. Jsou to jen záblesky naší celistvé existence. Nevědomí je rozsáhlé a stále souvislé, oproti tomu je vědomí jen omezený momentální pohled.<sup>80</sup>

*„Musíme připustit, že když řekneme "já", nemáme žádné absolutní kritérium, zda máme úplný prožitek "já" nebo ne. Může být, že naše uvědomění já je stále ještě neúplné a že v budoucnosti budou lidé vědět mnohem více o tom, co znamená já pro člověka, než víme my. Ve skutečnosti nemůžeme vědět, kde tento proces může nakonec skončit. Vědomí je jako povrch či jako kůže na obrovské nevědomé oblasti neznámého rozsahu.“<sup>81</sup>*

Duševní činnost je proces, který neustále odchyľuje člověka od instinktu a díky tomu se u něj jako jedince utváří vědomí a je faktorem vlastního Já. Vědomá složka se koncipuje na základě nevědomí, tudíž by

---

<sup>78</sup> JUNG, G. C. Analytická psychologie: její teorie a praxe: Tavistocké přednášky. 2. vyd. Praha: Academia, 1993. s. 10. ISBN 80-200-0418-1.

<sup>79</sup> Tamtéž, s. 10

<sup>80</sup> Tamtéž, s. 9

<sup>81</sup> Tamtéž, s. 9



vědomí bez nevědomí nemohlo existovat. U dětí se z útržků nevědomého duševního života utváří vědomí. Útržky nevědomí se postupně skládají a dochází k rozšiřování vědomí. Na konci procesu, pokud proces skládání střípků z nevědomí někdy skončí, by mělo vyplynout celistvé vědomí. Schopnost vědomí z nás dělá člověka a důvodem jeho existence je usilování o prohloubení a rozšíření. Čím více je člověk nevědomý, stává se obětí nesčetných nebezpečí.<sup>82</sup>

*„Janetova jakož i Freudova zjištění ukazují, že v nevědomém stavu zřejmě všechno dále funguje tak, jako by bylo vědomé. Je to vnímáno, myšleno, cítěno, chtěno, zamýšleno, jako by zde byl subjekt. Ba dokonce není málo případů, například právě zmíněný případ double personalities, kde se také skutečně objevuje druhé já a prvnímu já konkuruje.“<sup>83</sup>*

Nevědomí je jednak tvořeno určitou vrozenou strukturou, ale během celého života, se do nevědomí dostávají obsahy, které kapacitu vědomí překračují a jsou pro vědomí do značné míry neuchopitelné. Je to vše vytěsňené, myšlené i cítěné, zapomenuté či podprahově vnímané. Je tedy zřejmé, že nevědomí má neosobní objektivní podstatu a nemůžeme ho úplně poznat a ovládat. Naopak z velké části nevědomí ovládá nás a to aniž bychom o tom vědomě věděli. Poznávat nevědomí jde jen částečně skrze snové symboly, vize, obrazy, fantazie, komplexy, psychické symptomy a další obsahy vplouvající do vědomí.<sup>84</sup>

Nevědomí je před vědomím a vyvstávají z něj všechny lidské myšlenky. Je tedy chybou se domnívat, že si utváříme myšlenky sami, tedy že je utváří naše vědomé Já. Jung v tomto pohledu viděl velmi cenný doklad reálnosti a objektivity duše, který je velmi těžko přiznatelný pro většinu lidí, psychiatrů a psychologů.<sup>85</sup>

---

<sup>82</sup> JUNG, C. G. *Člověk a duše*. 1. vyd. Praha: Academia, 1995. s. 32, 38, 39 ISBN 80-200-0543-9.

<sup>83</sup> JUNG, C. G. *Výbor z díla, svazek 2. Archetypy a nevědomí*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998. s. 28. ISBN 80-85880-16-4.

<sup>84</sup> Tamtéž, s. 166

<sup>85</sup> ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie Náboženství*. Praha: Portál 2002. s. 212. ISBN 80-7178-547-4.

## 3.2 Archetypy nevědomí

Již ve starověké filosofii se vyskytuje pojem archetypus jako obraz Boha v člověku. Archetyp představuje prapůvodní typ, formu. Všeobecný, odjakživa přítomný obraz a vzor.<sup>86</sup>

Archetypy se nevyvíjí individuálně a nesporně patří ke kolektivnímu nevědomí, tudíž je nelze od sebe oddělit. Sice jsou archetypy nevědomé, ale je možné si je uvědomit poté, kdy dávají obsahům vědomí pevně vyznačenou formu, která jim odpovídá.<sup>87</sup>

*„Archetypy byly a jsou duševní síly života, které chtějí být brány vážně a také se nejpodivuhodnějším způsobem starají, aby se uplatnily. Byly vždy spásonosnými ochránci a jejich poškození způsobí „perils of the soul“ onen stav „nebezpečí duše“, dobře známý z psychologie primitivního člověka. Jsou totiž také neklamnými průvodci neurotických, a dokonce psychotických poruch, poněvadž se chovají přesně jako zanedbávané nebo týrané orgány těla či organické funkční systémy“<sup>88</sup>*

Archetypy jsou naší součástí a není možno se od nich odtrhnout. Odlučováním se od archetypů hrozí vznik neurózy.<sup>89</sup>

Jung nazval a definoval několik archetypů kolektivního nevědomí. Jsou to stín, anima a animus, archetyp Bytostného Já, archetyp Dítěte, archetyp Velké matky a Moudrého starce, archetyp Ducha. Nyní popíši jednotlivé archetypy.

### 3.2.1 Stín

Mytologickým symbolem Stínu je d'ábel. Stín je archetypem, který vytváří představy zla, zobrazené ve formě démonických postav, d'ábla, lidských zloduchů, ale také v nenávisných činech, sadistických přání, atd. To vše je naší součástí, i přes to, že si to nemusíme uvědomovat. Důležité je

---

<sup>86</sup> JUNG, C. G. *Výbor z díla, svazek 2. Archetypy a nevědomí*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998. s. 14. ISBN 80-85880-16-4.

<sup>87</sup> Tamtéž, s. 66

<sup>88</sup> JUNG, C. G. *Člověk a duše*. 1. vyd. Praha: Academia, 1995. s. 43, 44. ISBN 80-200-0543-9.

<sup>89</sup> KERÉNYI, P. *Věda o mytologii*. 3. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2004. s. 80. ISBN 80-85880-32-6.

poznat Stín jako součást sama sebe, vlastní duše a se zodpovědností se s ním vyrovnávat, což bývá celoživotní proces. Je třeba vnímat i jeho pozitivní potenciál.<sup>90</sup>

Stín se sice může jevit negativně, ale měl by být v našem životě přijat. Je pudovou, živočišnou složkou, zděděnou v evolučním boji a je nejmocnějším archetypem, jelikož zahrnuje základní instinkty a silné emoce.<sup>91</sup>

Stín je zahrnut vytěsněnými negativními, ale i pozitivními obsahy osobnosti. Může člověka jak vést a pomáhat mu k sebeobjevování, tak ho i se zlými úmysly ovládat. Stín může být prokletím, páchat neuvážené činy, ale může být i zdrojem uměleckého nadání. Skládá se také z různých morálních kvalit, schopností a pudů, které se nestačily stát vědomými a jsou ve Stínu uloženy.<sup>92</sup>

Stín se projevuje v osobní či kolektivní - archetypické formě. Osobní povahu Stínu lze poměrně snadno rozpoznat. Obsahuje duševní rysy jedince, které jsou buď neprožívané či prožívané jen velmi slabě a nedostatečně. V kolektivním stínu vystupují mýtické postavy jako např. bůh Loki nebo negativní postava starého mudrce, zatímco v osobním stínu to může být např. starší sourozenec. Stín se může zobrazovat i ve formě nejlepšího přítele.<sup>93</sup>

### 3.2.2 Anima

Tento archetyp působí a má velký význam hlavně v mužské duši. Je ženskou vnitřní částí muže. Obsahuje archetypický obraz ženy. Může se stát vnitřním osobním komplexem. Archetyp Animy je tak hojný, že se považuje za universální lidskou projekci. V řecké a indické mytologii je Anima znázorněna jako splynutí protikladů božského páru se známkami nadpozemské dokonalosti, často zobrazovaných v božstvech.<sup>94</sup>

---

<sup>90</sup> ŘÍČAN, P. *Psychologie Náboženství*. Praha: Portál 2002. s. 233. ISBN 80-7178-547-4.

<sup>91</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Základy psychologie*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2007. s. 244. ISBN 978-80-246-0841-9.

<sup>92</sup> HOLM, N. G. *Úvod do psychologie náboženství*. Praha: Portál, 1998. s. 125. ISBN 80-7178-217-3.

<sup>93</sup> HOPCKE, R. H. *Průvodce po sebraných spisech C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1993. s. 18, 19, 20. ISBN 80-900802-9-4.

<sup>94</sup> SHARP, D. *Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2005. s. 18, 19, 20, 21. ISBN 80-85880-39-3.

Jung rozděluje Animu na čtyři stádia vývoje. První stádium je stádium Evy, kdy je mužova Anima totožná s vlastní matkou a muž je těsnou vazbou připoután k ženě. Další stádium je personifikované do mytologické postavy Heleny. Je kolektivním vytouženým sexuálním ideálem. Třetí stádium zastupuje postava Marie a projev tohoto stádia je obsáhlý v duchovním citění a schopností vytvářet dlouhodobé vztahy. Poslední stádium Jung nazývá Sofiá, jež představuje biblickou moudrost a znamená pro muže průvodkyni jeho vlastním vnitřním životem. Anima může pomáhat muži najít smysl života, ale také může být svůdkyní vytvářející iluze. Ukazuje muži nerozumné a tragické i hravé paradoxy, zároveň je i jeho útěchou v hořkosti života. Je jeho věčným imagem matky, dcery, sestry a milenky.<sup>95</sup>

Pokud má Anima na muže silný vliv, zženšťuje jeho charakter a způsobuje to, že je muž přecitlivělý, náladový, žárlivý, nepřizpůsobený. Anima je v úzkém vztahu s personou.<sup>96</sup>

*„Persona, ideální obraz muže jaký by měl být je vnitřně kompenzovaná ženskou slabostí; a jako navenek individuum hraje siláka, v nitru se stává ženou, animou, neboť je to anima co se staví personě na odpor.“<sup>97</sup>*

Nitro je temné a neviditelné a člověk si proto své slabosti uvědomuje tím méně, čím více je identifikován s personou. Protějšek persony, anima, pak zůstává v pozadí. Proto je možné z persony vydedukovat povahu animy. V postojích vnitřních, můžeme nalézt vše, co chybí v postojích vnějších. Jestliže je muž identifikován s personou, je posedlý animou i tím co anima sebou přináší.<sup>98</sup>

Jung o tom jak je těžké vyrovnat se s animou doslova napsal: *„Je-li vyrovnání se stínem tovaryšský kus, pak vyrovnání s animou je kus mistrovský“.*<sup>99</sup>

---

<sup>95</sup> SHARP, D. *Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2005. s. 21, 22, 24, 26. ISBN 80-85880-39-3.

<sup>96</sup> JUNG, C. G. *Výbor z díla, svazek 2. Archetypy a nevědomí*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998. s. 183. ISBN 80-85880-16-4.

<sup>97</sup> SHARP, D. *Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2005. s. 20. ISBN 80-85880-39-3.

<sup>98</sup> Tamtéž, s. 21, 23

<sup>99</sup> JUNG, C. G. *Výbor z díla, svazek 2. Archetypy a nevědomí*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998. s. 129. ISBN 80-85880-16-4.

### 3.2.3 Animus

Animus naopak od animy působí hlavně v duši ženy a zodpovídá za její „mužskou racionalitu“, rozhodnost, atd.<sup>100</sup>

Slovo animus znamená slovo rozum nebo také duch. Je vnitřní, mužskou částí ženy. Stejně jako anima u muže, tak i animus u ženy způsobuje v její psychice osobní komplex a je přítomen jako archetypický obraz.<sup>101</sup>

Je odlišné, jak působí anima u muže a animus u ženy. Animus u ženy je podobný více nevědomé mysli a projevuje se například negativně utkvělými myšlenkami, zatímco animu muž vnímá jako jeho duši. Žena identifikovaná se svým animem se dostává až k posedlosti a je v neustálém nebezpečí vzhledem ke ztrátě své ženskosti.<sup>102</sup>

Animus může být ženě i prospěšný a zastoupit pozitivní úlohu, která pomáhá v psychologickém faktoru. Je prospěšný pouze tehdy pokud je žena schopná rozlišit rozdíly mezi svými myšlenkami, které se zrodily ve vědomí a mezi myšlenkami, které pocházejí z jejích vlastních autonomních komplexů.<sup>103</sup>

Animus má svůj pozitivní aspekt v tom, že v postavě otce není projev jen tradiční názor, ale i obecné filosofické a náboženské představy a případně pak získává postoj, který vyplývá z takových přesvědčení. Animus rovněž může sloužit jako průvodce duší, být prostředníkem mezi vědomím a nevědomím.<sup>104</sup>

Podobně jako anima prochází animus čtyřmi vývojovými stádii. Zprvu se objevuje ve snech a fantaziích, zobrazená jako ztělesnění fyzické síly, například v podobě mužné svalnaté postavy, ale může se zobrazit případně i v podobě netvora. Druhé stádium iniciuje a dodává schopnost plánování konkrétních činů. Je v pozadí ženské touhy po nezávislosti. V třetím stádiu žena animus vnímá a zjevuje se jí ve snech jako duchovní mistr nebo učitel.

---

<sup>100</sup> ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie Náboženství*. Praha: Portál 2002. s. 233. ISBN 80-7178-547-4.

<sup>101</sup> SHARP, D. *Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2005. s. 23, 24. ISBN 80-85880-39-3.

<sup>102</sup> Tamtéž, 24

<sup>103</sup> Tamtéž, 25

<sup>104</sup> HOPCKE, R. H. *Průvodce po sebraných spisech C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1993. s. 33. ISBN 80-900802-9-4.

V posledním, nejvyšším stádiu je animus, podobně jako anima v podobě Sofiá u muže, prostředníkem mezi vědomím a nevědomím.<sup>105</sup>

### 3.2.4 Archetyp bytostného Já

Skutečná podstata bytostného Já je stejně jako u ostatních archetypů nepoznatelná. Můžeme vidět opět jen jeho projevy nacházející se ve snech, mýtech a pohádkách, kde získává povahu „nadřazené postavy“, jako je hrdina, prorok, zachránce a podobně nebo také ve formě celostních symbolů. Pokud představuje jednotu protikladů, může se projevovat v principech jako je jin a jang, v podobě jako je hrdina a zlý protivník.<sup>106</sup>

### 3.2.5 Dítě

V analytické psychologii má obraz dítěte dva významy. Symbolizuje navždy ztracenou minulost, na druhou stranu symbolizuje možný vývoj v budoucnosti.<sup>107</sup>

*„Dítě je ... nejen bytost počátku, ale i konce ... symbolizuje předvědomou i podvědomou povahu člověka. Jeho předvědomou povahou je nevědomý stav nejranějšího dětství; podvědomou povahou je anticipace přesahující per analogiam smrt. V této představě je vyjádřena všeobjímající povaha duševní celosti.“<sup>108</sup>*

Archetyp dítěte je provázen pocitem odcizení a opuštění. *„Jeho konstelace vede ke vzniku syndromu „já malý ubožáček“, který je charakterizován na jedné straně regresivní touhou po láskyplné péči, ale současně na straně druhé zoufalou touhou od minulosti se osvobodit – což je pozitivní stránka archetypu božského dítěte.“<sup>109</sup>*

Je to archetyp probouzející naději. Jeho působení nás vede k tomu, abychom byli citliví a laskaví k tomu, co je v nás samých dětinské. Když

---

<sup>105</sup> SHARP, D. *Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2005. s. 25. ISBN 80-85880-39-3.

<sup>106</sup> Tamtéž, s. 35

<sup>107</sup> Tamtéž, s. 41

<sup>108</sup> JUNG, C. G. *Výbor z díla, svazek 2. Archetypy a nevědomí*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998. s. 260. ISBN 80-85880-16-4.

<sup>109</sup> SHARP, D. *Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2005. s. 41. ISBN 80-85880-39-3.

respektujeme dítě v sobě, máme schopnost vidět „jejich očima“ a rozumět dětem kolem sebe, pečovat o ně a mít je rádi.<sup>110</sup>

### 3.2.6 Velká matka

Velká matka se zobrazuje jako obraz ideální ženy. Často se objevuje u matky, když opouští její dítě domov. Matka chce být dokonalou a vše pro dítě zařídit, uspořádat a nechce dítě pustit ze svého života, což nakonec vývoj dítěte opoždí a omezuje.<sup>111</sup>

Archetyp Velké matky bývá vnímán jako Bohyně plodnosti, rodičí svět, který řídí a udržuje. Ztělesňuje moudrost, která přesahuje rozum. Může být také jako temná mateřská bohyně, která svírá, polyká a pohlcuje.<sup>112</sup>

### 3.2.7 Moudrý stařec

*„Postava moudrého starce se může objevit nejen ve snech, ale také ve vizích při meditaci (nebo při „aktivní imaginaci“) tak plasticky, že může převzít roli gurua ... „Moudrý stařec“ se ve snech objevuje jako mág, lékař, kněz, učitel, profesor, dědeček nebo jakákoli jiná postava, která má autoritu.“<sup>113</sup>*

Archetyp Moudrého starce v sobě nese vlastnosti, jako je intuice, moudrost, psychická síla, znalosti a důvtip. Je archetypickým obrazem silné, moudré a smysluplné osobnosti.<sup>114</sup>

Personifikací zralého a duševně vyspělého muže je právě archetyp Moudrého starce. Ve vztahu k animě znamená v psychologii muže, vztah mezi otcem a dcerou. Pro ženu, je Moudrý stařec jedním z hledisek jejího anima.<sup>115</sup>

---

<sup>110</sup> ŘÍČAN, P. Psychologie. 3. Doplněné a upravené vydání. Praha: Portál, 2009. s. 233. IBSN 978-80-7367-560-8.

<sup>111</sup> HOLM, N. G. *Úvod do psychologie náboženství*. Praha: Portál, 1998. s. 126. IBSN 80-7178-217-3.

<sup>112</sup> Tamtéž, s. 126

<sup>113</sup> JUNG, C. G. *Výbor z díla, svazek 2. Archetypy a nevědomí*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998. s. 276, 277. IBSN 80-85880-16-4.

<sup>114</sup> HOLM, N. G. *Úvod do psychologie náboženství*. Praha: Portál, 1998. s. 126. IBSN 80-7178-217-3.

<sup>115</sup> SHARP, D. *Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2005. s. 94. IBSN 80-85880-39-3.

### 3.2.8 Duch

Archetyp ducha se objevuje, když je třeba nějakého vhledu, dobré rady, rozhodnutí, pochopení, atd., kterých my nejsme schopni dosáhnout vlastními prostředky. Duch v nevědomí vyplní svými obsahy mezeru a tím kompenzuje duchovní nedostatek jedince. Objevuje se v podobě skřítky, zvířete nebo člověka jako oživující, aktivní podněcující a rozněcující bytost.<sup>116</sup>

### 3.3 Transcendentní funkce

Je psychickou funkcí, která vyrůstá z napětí mezi vědomím a nevědomím a přispívá k jejich sladění. Ve spojení s transcendentní funkcí se jedinec při řešení konfliktu nepřiklání ani k jednomu z vědomých protikladů, ale vytvoří něco dalšího, „třetího“, co je logicky nepředvídatelné a protiklady sjednotí. Dochází ke spojení vědomých a nevědomých obsahů.<sup>117</sup>

*„Zde logika rozumu selhává, protože pro logickou antitezi nic třetího neexistuje. „Řešení“ může být jen iracionální povahy.“<sup>118</sup>*

Člověk, který se nachází ve stavu deprese nebo je v konfliktní situaci, pro kterou není žádný viditelně zjevný důvod a vývoj jeho situace je závislý na tom, jak bude schopen převést nevědomý materiál do vědomí a umožní tím vzniku transcendentní funkce.<sup>119</sup>

*„Když se podaří dát nevědomému obsahu tvar a pochopit smysl ztvárněného, objeví se otázka, jak se k této skutečnosti zachová já. Tím začíná vypořádání mezi já a nevědomím. To je druhá a důležitější část postupu, kdy se sbližují protiklady a vzniká a vytváří se něco třetího: transcendentní funkce. Na této úrovni již nemá vedení nevědomí, ale já.“<sup>120</sup>*

Transcendentní funkce se jeví jako uměle navoditelná, ale k její vytvoření jsou nezbytná data z nevědomí. Nejjednodušeji se k obsahům nevědomí dostaneme prostřednictvím snů, jelikož sen bývá takřka čistým

---

<sup>116</sup> JUNG, C. G. *Výbor z díla, svazek 2. Archetypy a nevědomí*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998. s. 277. ISBN 80-85880-16-4.

<sup>117</sup> SHARP, D. *Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2005. s. 155. ISBN 80-85880-39-3.

<sup>118</sup> Tamtéž, s. 155

<sup>119</sup> Tamtéž, s. 156

<sup>120</sup> JUNG, C. G. *Výbor z díla, svazek 2. Archetypy a nevědomí*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998. s. 351. ISBN 80-85880-16-4.



produktem nevědomí. Ale v případě transcendentní funkce je sen nevhodný z toho důvodu, že je obtížné ho chápat a klade na jedince jako subjekt moc velké nároky. Je třeba tedy hledat v jiných zdrojích, ze kterých se nevědomé obsahy vynořují a ze kterých je možno data z nevědomí čerpat, což mohou být například spontánní fantazie. Schopnost dát vzniku svým fantaziím u lidí není příliš běžná, ale je lze ji trénovat způsobem, že subjekt se snaží o vyřazení kritické pozornosti, tím vyprazdňuje své vědomí, čímž se začínají vynořovat fantazie.<sup>121</sup>

*„Vystupují většinou v relativně komponované a souvislé podobě a často obsahují nějaký zjevný význam. Mnozí pacienti jsou schopni produkovat fantazie kdykoli – vyloučí prostě kritickou pozornost a nechají je volně „vystoupit“.“<sup>122</sup>*

Působnost transcendentní funkce je výhradně v nevědomí, kde se vytvářejí procesy, směřující k duševní, psychické rovnováze. U lidí je zcela normálním případem, že se u jedince vedle osobnosti vědomé, vynoří osobnost z nevědomí, která je zcela protichůdná a obě osobnosti jsou ve vzájemném konfliktu. Jsou jako dvě strany – světlá a temná, které se snaží zviditelnit.<sup>123</sup>

Jednoduše můžeme transcendentální funkci znázornit na podobenství a pokušení Krista. Ďábel, jako zjevení touhy po moci, vyzývá Krista, aby řekl, že je pánem světa. Kristus však tomuto pokušení nechce podlehnout a díky transcendentální funkci, která je výsledkem konfliktu, se zjevuje symbol, jako představa nebeské říše, duchovního království namísto hmotného. Tento symbol sjednocuje Kristův duchovní postoj a ďábelskou mocenskou touhu. V tomto případě můžeme považovat transcendentální funkci jako spontánní osobní zkušenost. Můžeme ji ale uchopit i jako metodu. Pokud pomocí snů a různých jiných projevů nevědomí, pátráme po rozporu s vědomou osobností, konfrontujeme se s našimi rozpornými postoji v nevědomí. Tento konflikt pomocí transcendentní funkce vede k vytvoření symbolu, který rozporné postoje sjednotí. Symboly si nemůžeme navodit, vybrat či konstruovat. Jedná

---

<sup>121</sup> JUNG, C. G. *Výbor z díla, svazek 2. Archetypy a nevědomí*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998. s. 240, 241. ISBN 80-85880-16-4.

<sup>122</sup> Tamtéž, s. 241

<sup>123</sup> JUNG, C. G. *Sto dopisů: výběr z korespondence*. 1. vyd. Praha: Sagittarius, 1996. s. 63. ISBN 80-901898-3-0.

se o zjevení, jakožto zvláštní druh intuice. Transcendentální funkce je tedy v jednom ohledu spontánní zkušeností a v druhém se může stát metodou.<sup>124</sup>

### 3.4 Proces individuace

Již Aristoteles říkal, že každý jedinec, každé stvoření v sobě nosí určitý tvar, který je podobný jen jemu a smyslem života je směřování k tomuto vlastnímu tvaru.<sup>125</sup>

Smyslem individuace je stát se sám sebou ve své celistvé podobě – stát se bytostným Já. Stát se jedincem, přijmout sebe sama a osvobodit se od sugestivních nevědomých obsahů a falešných obalů psýché. Dosáhnutí bytostného Já představuje dovršení individuálního procesu a to je podmíněno tomu, aby se člověk vyrovnal s archetypy nevědomí. Je nutné dostat se do střetu se všemi archetypy (stínem, animy a anima, archetypem Velké matky a dalšími.)<sup>126</sup>

Nevědomí je to nejdůležitější co provází proces individuace a je třeba ho dostávat do popředí a nechat ho se zjevovat či projevovat se ve vědomí.<sup>127</sup>

Význam individuace můžeme chápat také jen jako psychologický vývojový proces, naplňující dané individuální určení, tudíž dělá člověka tím určitým jednotlivcem, kterým v podstatě je, akorát sám sebe hledá. Takováto definice může znít sobecky, ale individuace není sobecká v běžném slova smyslu, naplňuje svou osobitost, čímž se obrovsky odlišuje od egoismu či individualismu. Individuace přispívá společnosti tím, že úplné naplnění jedince vede k tomu, aby dělal to k čemu je kolektivně určen, protože má určitou svéráznost a sám ví k čemu je vhodný, jakou úlohu naplňuje a dá se očekávat mnohem větší výkon, než když je svéráznost jedince potlačována. Individuum se vyznačuje i určitou zvláštností či podivností a v žádném případě by to

---

<sup>124</sup> JUNG, C. G. *Sto dopisů: výbor z korespondence*. 1. vyd. Praha: Sagittarius, 1996. s. 63, 64. ISBN 80-901898-3-0.

<sup>125</sup> KAST, V. *Dynamika symbolů: Základy jungovské psychoterapie*. Praha: Portál, 2000. S. 13. ISBN 978-80-262-0676-7.

<sup>126</sup> JUNG, C. G. *Výbor z díla, svazek 2. Archetypy a nevědomí*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998. s. 243, 244. ISBN 80-85880-16-4.

<sup>127</sup> HILLMAN, J. *Sny a podsvětí: Nový pohled na sny rozšiřující klasické teorie S. Freuda a C. Junga*. 1. vyd. Praha: Portál, 1999. s. 24. ISBN 80-7178-301-3.

nemělo být vnímáno jako něco cizího v něm, ale chápáno jako jeho universální odlišnost.<sup>128</sup>

*„Zvláštnost individua bychom v žádném případě neměli chápat jako cizorodost jeho podstaty nebo jeho komponent, nýbrž mnohem spíše jako zvláštní poměr směsi nebo jako postupný diferenciacní rozdíl funkcí a schopností, které samy o sobě a pro sebe jsou univerzální.“<sup>129</sup>*

Individuace jako přirozený proces většinou probíhá nevědomě, ale může to být také proces, kterého jsme si vědomi a do jisté míry ho řídíme. Rozdíl mezi uvědomovaným a nevědomě probíhajícím procesem je obrovský. V případě, že je to proces nevědomý, vědomí nikde nezasahuje, tudíž temnota konce je stejná jako na začátku. Zatímco individuace jakožto vědomý proces, umožňuje vystávání temných stránek naší psyché a díky tomu získává naše vědomí na rozsahu, vnitřního vhledu a porozumění.<sup>130</sup>

*„Pokud proces individuace probíhá zpravidla nevědomě, jak dosud stále probíhal, znamená to jen, že žalud se stane dubem, tele krávou a dítě dospělým člověkem. Učiníme-li však proces individuace vědomým, musí se konfrontovat vědomí s nevědomím a najít vyrovnaní mezi protiklady. Jelikož to není možné logicky, jsme odkázáni na symboly, které iracionální spojení protikladů umožňují. Nevědomí tyto symboly spontánně produkuje a vědomí je amplifikuje.“<sup>131</sup>*

Když je uvolňování obsahů nevědomí maximálně aktivováno, je třeba sjednotit všechny párové protiklady a skrz zkoumání vlastní struktury psyché směřovat k centru, vnitřnímu jádru, kde je základ a zdroj našeho bytí, který už není pokryt žádnou vrstvou naší psyché. Pokud se obsahy nevědomí uvolňují opravdu ve velké míře, je pro subjekt velmi těžké se s tím vypořádat a může pro něj být nebezpečné, že tyto nevědomé obsahy nedokáže zpracovat. Není to tedy cesta, kterou by mohl kráčet každý nebo spíše to není cesta jednoduchá, na které by se nemělo „utíkat“ a spěchat. Je třeba se věnovat sám sobě krok po

---

<sup>128</sup> JUNG, C. G. Výbor z díla, svazek 3. *Osobnost a přenos*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2001. s. 45,46. ISBN 80-85880-18-0.

<sup>129</sup> Tamtéž, s. 45

<sup>130</sup> JUNG, C. G. *Člověk a duše*. 1. vyd. Praha: Academia, 1995. s. 234, 235. ISBN 80-200-0543-9.

<sup>131</sup> Tamtéž, s. 235

kroku, aby nevědomé obsahy byly snesitelné. Člověk se musí při individuaci svým vědomím neustále kontrolovat, někdy je na místě i kontrola lékaře, aby invazím z nevědomí subjekt nepodleh, byla zachována integrita jeho vlastního Já a aby nevědomé obsahy správně začlenil.<sup>132</sup>

*„Individuace svět nevylučuje, ale zahrnuje.“<sup>133</sup>*

---

<sup>132</sup> JACOBI, J. Psychologie C. G. Junga. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1992. s. 57. ISBN neuvedeno.

<sup>133</sup> JUNG, C. G. *Člověk a duše*. 1. vyd. Praha: Academia, 1995. s. 235. ISBN 80-200-0543-9.

## 4. SNY

### 4.1 Význam snů

Sen je stav vědomí, ve kterém si náš nevědomý duševní život zbavený smyslových vjemů a bdělé racionální kontroly, dělá, co chce. Ve snu můžeme být kdokoli a můžeme dělat cokoli jako třeba létat, dýchat kyslík pod vodou, být hrdinou, být vrahem, zkrátka cokoliv, co je i není součástí reality. Můžeme ovšem také snít o tom, co nás čeká zítra v práci, sčítat nekonečné sloupce čísel nebo si v duchu přehrávat hádku s partnerem. Můžeme také říct, že sen je výsledkem činnosti mozku během spánku.<sup>134</sup>

*„Sen je úryvek bezděčné psychické činnosti a je vědomý pouze natolik, aby se dal v bdělém stavu reprodukovat. Ze všech duševních jevů nabízí sen snad nejčastěji "iracionální" údaje. Připadá nám, že obsahuje minimum logických spojitostí, a zdánlivě mu chybí i hierarchie hodnot, kterou se vyznačují jiné obsahy vědomí - proto bývá ve srovnání s nimi tak neprůhledný a nepochopitelný. Sny, jež tvoří logicky, morálně a esteticky uspokojivě uspořádané celky, patří k výjimkám.“<sup>135</sup>*

### 4.2 Význam snů v procesu individuace

Sny bývají často podivné a iracionální, vyznačují se nedostatkem logiky, mají nehezkou formu, dvojí morálku, často se mění prostředí postrádající smysl, mohou mít nehezkou formu a být zjevně nesmyslné či nerozumné. Sen má tedy často spoustu „špatných vlastností“. Většina lidí je proto označuje za hlouposti a nesmysly. Výklady našich snů vypovídají o našich duševních obsazích, avšak pochopit sen bývá velmi těžké.<sup>136</sup>

*„Sny jsou nestranné, vědomé libovůli vzdálené, spontánní produkty nevědomé duše. Jsou čistou přirozeností, a tudíž nefalšovanou, přirozenou pravdou. Proto se lépe než cokoliv jiného hodí k tomu, aby nás přivedly*

---

<sup>134</sup> JUNG, C. G. Výbor z díla, svazek 1. *Základní otázky psychologie a psychoterapie v praxi*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1996. s. 226. ISBN 80- 85880- 12-1.

<sup>135</sup> Tamtéž, s. 222

<sup>136</sup> Tamtéž, s. 222

*k postoji, jenž odpovídá lidské podstatě, jestliže se naše vědomí příliš vzdálilo od svého základu a uvázlo v nemožnosti.*<sup>137</sup>

Pokud se zabýváme a zkoumáme své sny, jsou nám k užitku jako prostředky k sebeobjevování a sebeuvědomování. Oběktivní danost snu, kterou se vědomí zabývá je jako poselství či sdělení, avšak vědomí Já se v tu chvíli na samo sebe nerozpomíná.<sup>138</sup>

Jsou lidé, kteří říkají, že se jim sny nezdají a nevěnují svým snům pozornost. Sny jsou pro ně nesmysly, pozůstatky myšlenek, vzpomínek, fantazií nebo představ. Většinou to dohromady souvisí, protože lidé, kteří svým snům pozornost nevěnují, sny se jim tak často intenzivně vědomě nevybavují. Na druhé straně jsou jedinci, kteří svým snům věnují pozornost a jsou citliví a vnímaví ke svým snům a často i ke snům okolních lidí. Je nepopíratelné, že psychická činnost ve spánku pokračuje a nemusí být vázána na bdělý stav. Pokud lidé své sny zkoumají a pokud svým snům porozumí, doplňují tak bdělé myšlení.<sup>139</sup>

*„Jung sice přiznává, že v některých případech je funkcí snu splnit přání a ochránit spánek (což je klasická hypotéza Freudova), nebo poukázat na infantilní usilování po moci (názor Alderův), ale sám se zaměřuje více na symbolický obsah snů a jejich kompenzační roli při duševní autoregulaci“ podle něho sny poukazují na ty aspekty nás samých, kterých si normálně nejsme vědomi, odkrývají nevědomé motivace uplatňující se ve vztazích a přinášejí nové pohledy na konfliktní situace“.*<sup>140</sup>

Sny jsou schopny přebrat informace uložené v nevědomí, čímž pomáhají formování nových myšlenek a nápadů. Sen je nástrojem, jenž umožňuje vidět do oblastí nevědomí, do oblastí, které bychom jinak nedokázali prozkoumat. Sen je podle Junga dialog mezi vědomím a nevědomím.

---

<sup>137</sup> JUNG, C. G. *Člověk a duše*. 1. vyd. Praha: Academia, 1995. s. 54, 55. ISBN 80-200-0543-9.

<sup>138</sup> JUNG, C. G. *Slova duše*. Praha: Vyšehrad, 2001. s. 102. ISBN 80-7021-490-2.

<sup>139</sup> ČERNOUŠEK, M. *Sen a snění*. 1. vyd. Praha: Horizont, 1988. s. 10. ISBN neuvedeno.

<sup>140</sup> SHARP, D. *Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2005. s. 144, 145. ISBN 80-85880-39-3.

„vědomí vlastních snů člověka nezavádí na scestí, naopak prohlubuje se a rozšiřuje vědomí sebe sama a snižuje se tenze osobního prožívání, tlak neurotických příznaků poklesá.“<sup>141</sup>

### 4.3 Analýza snů

Sny otevírají dveře a dávají přístup k nevědomým procesům. Proto je jejich analýza a interpretace v psychoanalýze velmi důležitá. Podle Freuda si člověk ve snu splňuje oblasti svých přání, která jsou v oblasti Já většinou skryta a potlačena. Sen, který je přístupný vědomí, prezentující se v podobě nelogických situací se nazývá manifestním snem. To co si ve snu nevybavujeme a pozůstane v pozadí se označuje jako latentní sen. Snová práce jako psychická činnost spočívá v proměně latentního snového obsahu do manifestního snu.<sup>142</sup>

I když snový proces nemusí mít přímo určitý význam, obsahuje nesmírné množství důležitých informací. Můžou poukazovat na naše problémy vzhledem k sobě samým nebo ke vztahu k okolnímu světu. Je dokázané, že naše vlastní nevědomí je schopno varovat nás před blížící se nemocí dřív, než se příznaky projeví fyzicky. Vše je zobrazeno ve formě symbolů, které se můžeme naučit dešifrovat.<sup>143</sup>

Když zkoumáme naše sny a hodnotíme je, získáváme pohled, jak se snící váže k životu. Oběvují se niterné chůtice, touhy, vášně, předsudky, omyly a chyby protínající naše bdělá vědomí.<sup>144</sup>

Mnozí psychologové považují analýzu snů za velmi důležitou metodu při praktickém léčení neuróz. Analýza snu spočívá v odhalování a uvědomování si nevědomých obsahů, které považujeme za důležité objasnit. Praktikování analytického přístupu ke snům začal psycholog Zikmund Freud, který je zakladatelem psychoanalytického zkoumání snů.<sup>145</sup>

---

<sup>141</sup> ČERNOUŠEK, M. *Sen a snění*. 1. vyd. Praha: Horizont, 1988. s. 59. ISBN neuvedeno.

<sup>142</sup> FÜRST, M. *Psychologie*. Praha: Votobia, 1997. s. 72, 73. IBSN 80-7198-199-0.

<sup>143</sup> ČERNOUŠEK, M. *Sen a snění*. 1. vyd. Praha: Horizont, 1988. s. 166. ISBN neuvedeno.

<sup>144</sup> Tamtéž, s. 166

<sup>145</sup> JUNG, C. G. Výbor z díla, svazek 1. *Základní otázky psychologie a psychoterapie v praxi*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1996. s. 132, 133. ISBN 80- 85880-12-1.

Když se snažíme pochopit nějaký sen, neměli bychom teoretizovat, ale zprvu se ptát sebe samých na otázky typu. „Jak a co jsem cítil ve snu a jak se cítím poté“. Když se sen točí kolem problému jedince, k němuž zaujímá vědomý postoj, je přirozené, že pokud člověk své problémy nechce řešit, sen, ve kterém se na problém poukazuje, zavrhne a opomine.<sup>146</sup>

Sny rozlišujeme na **objektivní** a **subjektivní** úrovně výkladu. Když provádíme interpretaci snů na **objektivní** úrovni, začleňujeme snové obrazy do souvislosti s předmětným světem a s předměty, které skutečně existují. V **subjektivní** interpretaci si veškeré části snu – postavy, děje, myšlenky a vše ve snu vystupující, vykládáme z hlediska vzahu k sobě samým. Objektivní úroveň je analytická a rozkládá obsah snu. Oproti tomu subjektivní úroveň je syntetická a chápe se ve snu jako subjektivní prožívající Já.<sup>147</sup>

#### 4.4. Metody analýzy snů

Jedna z prvních metod psychologického výkladu snů je metoda **volných asociací**. Asociace pomáhá vybavovat si obsahy snů. Odráží psychologický kontext, ve kterém je snový obraz zasazen. Řetězec asociací může dovést ke zdroji problému, skrytého v nevědomí nebo ke skutečnému významu snu. Volné asociace, ale mohou vést také k jiným myšlenkám a pocitům, které se nakonec se snovým obrazem nemusí vůbec pojit.<sup>148</sup>

K metodě volné asociace Jung přidal ještě **amplifikaci**. Amplifikace znamená rozšíření či rozhojnění obrazů. Je asociační metodou používanou při interpretaci snových obrazů, čerpající materiál z mytologie, náboženství, folklóru a pohádek. Je to umění tyto snové obrazy přiřadit do vztahu s kulturním dědictvím a všeobecné lidské zkušenosti člověka. Napojuje se tedy na kolektivní nevědomí.<sup>149</sup>

---

<sup>146</sup> ČERNOUŠEK, M. *Sen a snění*. 1. vyd. Praha: Horizont, 1988. s. 157. ISBN neuvedeno.

<sup>147</sup> Tamtéž, s. 157

<sup>148</sup> Tamtéž, s. 163

<sup>149</sup> Tamtéž, s. 163, 164



*„Amplifikovat sen znamená vybrat z pokladnice archetypální všelidské zkušenosti, takové obrazy nebo symbolické témata, která se mohou vztahovat nejen k snovému materiálu, ale také k životní situaci snícího.“<sup>150</sup>*

Jung doporučoval **zapisování vlastních snů**, jejich obohacování vlastními poznámkami, asociacemi a nabádal své pacienty k tomu, aby své sny, pokud to pro ně bylo možné, si interpretovali sami. Při vlastním zápisu a obohacování snu o asociace a výklad, dochází k pozitivnímu vnitřnímu vývoji člověka. Právě tímto nikdy nepřestávajícím vývojem člověk směřuje k individuaci. Při zapisování je dobré vybavit si sen v co nejvíce detailech a shromáždit všechny ideje a asociace, které jsou spojené s jednotlivými prvky snu. Poté už jde o to, pochopit význam a přenést poselství snu do běžného života pro budování své osobnosti.

Další metodou, kterou zavedl Jung je **Aktivní imaginace**. Tato technika tkví v použití představivosti, která umožňuje spontánní vyjádření nevědomí. Přestaneme se vědomě kontrolovat a dovolíme svému iracionálnímu Já, aby svobodně fantazírovalo.<sup>151</sup>

*„Jedním ze způsobů, jak se této technice naučit, je vybrat si sen, v němž se vyskytuje nějaká mlhavá postava. Může to být dítě či dospělý. Snící se pak posadí někde v klidu o samotě nebo za přítomnosti chápavého posluchače a vcítí se opět do snu. Pokud se nám obrazy samy nezjeví, tak není třeba si je představovat nikterak jasně. Často se stačí jen přidržovat myšlenky snu. Pak se snažíme se snovou postavou navázat konverzaci. Můžeme se jí zeptat, co dělá, proč se objevuje v našem snu a podobně. Kterou část vašeho já představuje? Pokud se dokážete dostatečně uvolnit, snové postavy vám po troše praxe ožijí. Když si osvojíme tuto techniku, získáme další způsob, jak proniknout do svého snového života, svých snů, a tudíž i do vlastního nevědomí.“<sup>152</sup>*

Sám Jung varuje, že aktivní imaginace může být nebezpečná a nedoporučuje ji užívat bez lékařské kontroly. Na druhou stranu je ovšem nejdůležitější psychoterapeutickou pomůckou při odhalování obsahů

---

<sup>150</sup> ČERNOUŠEK, M. *Sen a snění*. 1. vyd. Praha: Horizont, 1988. s. 164. ISBN neuvedeno.

<sup>151</sup> JUNGA, C. G. Výbor z díla, svazek 3. *Osobnost a přenos*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2001. s. 230. ISBN 80-85880-18-0.

<sup>152</sup> CRISP, Tony. *Moderní snář: Jak porozumět svým snům*. První. Praha: Knižní klub, 1999. s. 19. ISBN 80-7176-971-1.

nevědomí, které jsou téměř pod prahem vědomí. Jedná se o obsahy, které když zintenzivní, tak se velmi pravděpodobně dostanou do vědomí i spontánně. Jedním z nebezpečí je, že použití aktivní imaginace může být snadno bez výsledku a z důvodu přejítí k volným asociacím se člověk či pacient dostane do koloběhu svých vlastních komplexů, z kterého se nemůže dostat. Dalším rizikem je, že se sice vynořují autentické obsahy, ale člověk či pacient se o ně zajímá jen esteticky a obsahy pro něj jsou fantasmagorií, čímž nedosáhne žádných výsledků. Teprve po integraci podprahových obsahů do celé své osobnosti má metoda nějaký smysl a hodnotu.<sup>153</sup>

Poslední riziko je velice závažné. Pokud podprahové obsahy dosahují velmi vysoké intenzity a mají velký energetický náboj, tak jim aktivní imaginace umožní prostoupit do vědomí, které jim podlehne. Osobnost tak upadne do moci těchto nevědomých obsahů. Vzniká tak stav, který se neodlišuje od schizofrenie a často dochází i k psychotické epizodě v životě. Člověk by si tedy s touto metodou neměl jen tak zahrávat a nepodceňovat své nevědomí.<sup>154</sup>

### 3.4 Lucidní snění

Lucidní snění je zvláštní stav vědomí, při kterém si snící uvědomuje, že je ve snu a sní. Lucidní snění se člověk může naučit ovládat a naučit se do lucidních snů pomocí tréninku dostávat častěji.<sup>155</sup>

Lucidní snění znamená doslova „bdít ve snu“, být bdělý, vědomě vnímat a pohybovat se ve snu. Je to velmi pozoruhodný fenomén, který může sloužit jako odhalování sebe sama, k osobnímu rozvoji, k tvořivosti i upevňování duševního a fyzického zdraví. Ale může být i nástrojem k ukojení svých různých potřeb, které si nemůžeme ve skutečném životě dovolit vykonat, většinou kvůli společenské odpovědnosti, morálce, mravnosti, atd.<sup>156</sup>

---

<sup>153</sup> JUNGA, C. G. Výbor z díla, svazek 3. *Osobnost a přenos*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2001. s. 232. ISBN 80-85880-18-0.

<sup>154</sup> Tamtéž, s. 233

<sup>155</sup> ŘÍČAN, P. *Psychologie*. 3. vyd. Praha: Portál, 2009. s. 127. IBSN 978-80-7367-560-8.

<sup>156</sup> LABERGE, S. *Lucidní snění*. 1. vyd. Praha: DharmaGaia, 2007. s. 9, 10. ISBN 80-86685-63-2.

## 5. ROZŠÍŘENÍ JUNGOVI PSYCHOLOGIE S. GROFEM

Stanislav Grof je jedním ze zakladatelů transpersonální psychologie a je postmoderním psychologem a psychiatrem do značné míry navazujícím na C. G. Junga.

Tak jako C. G. Jung je u S. Grofa zájem a snaha propojit nesourodé fenomény, ale Grof ve svém bádání zachází ještě dále a slučuje fenomény, které se zdají být značně rozdílné. Aby mohla transpersonální psychologie smysluplně zkoumat fenomény, je podle Grofa třeba se fenomény zabývat z jiného pohledu a osvobodit se ze závěru, že vědomí se vytváří samo, uvnitř mozku z čehož vyplývá, že by vědomí bylo uzavřené ve schránce našeho fyzického těla.<sup>157</sup>

Vědomí Grof vnímá jako nekonečné, universální. Grof je představitel psychedelické kultury a spirituality, označované jako hnutí New Age. Ve své transpersonální psychologii používá rozšířených a změněných stavů vědomí, aby mohl zkoumat nevědomí a jeho obsahy. Tudiž není omezen pouze na fantazie a sny, ale tuto oblast zkoumání rozšiřuje a používá nové techniky, jak své nevědomí nechat vyplouvat na povrch a díky tomu z něj získávat materiál, se kterým je možno pracovat, což je procesem individuace nebo-li přibližování se bytostnému Já, jak popisuje Jung.

Grof přejímá Jungovu hlubinnou psychologii a souhlasí, že Freudovský model psychologie je příliš úzký. Obzvláště oceňuje Jungův přínos a rozbor archetypů a kolektivního nevědomí, což nutně vede k novému pojetí moderní psychologie.<sup>158</sup>

Grof také do psychologie přináší nové pojmy, které je možno v psychologickém kontextu rozeznat poprvé. Tím je perinatální oblast, která se týká porodu, zážitků s ním spojených a zabývá se hlavně traumatem biologického narození. Dále je to transpersonální oblast, kterou Grof popisuje

---

<sup>157</sup> GROF, S. *Psychologie budoucnosti: Poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*. Praha: Argo, 2007. s. 13. ISBN 978-80-7203-937-1.

<sup>158</sup> Tamtéž, s. 13

jako překračování svých osobních hranic a zahrnutí veškerých psychologických faktů přesahující ego subjektu a subjekt samotný. Tyto nadosobní faktory nebo prožitky psýché jsou hlavním předmětem zkoumání transpersonální psychologie. Grof je vůči tradiční psychiatrii a psychologii vymezen a podle něj se tradiční psychologie zabývá pouze úzkými souvislostmi a je omezena pouze na oblast biologie, postnatální biografie a na omezený Freudův model individuálního nevědomí.<sup>159</sup>

Stejně jako C. G. Jung je přesvědčen, že osoba psychologa, pokud má brát v potaz všechny skutečnosti, co se lidské psýché týkají, se neodvratně začne propojovat se spiritualitou a do jisté míry i s náboženstvím a mystikou, jelikož to jsou neodmyslitelné součásti lidské bytosti.

Někteří kritikové Grofa považují za badatele v oblasti nevědecké psychologie a naopak pro některé je obrovský přínosem v oblasti hlubinné psychologie a je vnímán jako překročitel doby, stejně jako Jung, kde jeho přesahy můžeme vidět dodnes. Grof se zaměřuje na niterný stav reality, ke kterému se snaží proniknout a objektivní svět kolektivní reality je pro něj v pozadí.

Grof nepochybně rozšířil Jungovo pojetí a práci s kolektivním nevědomím. Zatímco Jung pracuje se sny, fantaziemi či nechává nevědomé obsahy vyplouvat spontánně, Grof se k nevědomému materiálu dostává pomocí rozšířených, holotropních stavů vědomí, které umožňují dostat se do hlubin svého nevědomí mnohem efektivněji. Jung je autorem, který se historicky řadí do moderny či na pohraničí postmoderny, zatímco Grof je bez výhrad postmoderní.

Je třeba říci, že Grof pochází ze starého Československa, kde byl v šedesátých letech psychiatrem, ale v roce 1965 odjíždí do USA, kde na úkor tehdejší komunistické okupace zůstává a dodnes žije. Výzkumy S. Grofa vyplývají z rozsáhlé psychologické a psychiatrické praxe, ale veřejností jsou jeho závěry často nepochopeny a nejsou brány jako objektivní či empirické.

---

<sup>159</sup> GROF, S. *Psychologie budoucnosti: Poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*. Praha: Argo, 2007. s. 13, 37. ISBN 978-80-7203-937-1.

V této práci je uvedeno rozšíření hlubinné v psychologie S. Grofem v oblasti zkoumání nevědomí v kontextu C. G. Junga a jeho procesu individuace.

## 5.1 Mimořádné stavy vědomí

V naší kultuře je naše běžné bdělé vědomí považováno za normální. Avšak toto běžné bdělé vědomí je jen jednou z forem, ve kterých naše vědomí funguje. Často u stavů, které jsou odlišné od běžného bdělého vědomí, se lidé domnívají, že jsou to stavy poruchové, přirovnávají ho k šílenství a dle obecného mínění je třeba zásahu lékaře nebo psychiatra.<sup>160</sup>

Samozřejmě, že stav bdělého „normálního“ vědomí prožíváme a zřejmě bychom i měli nejčastěji a běžně. Avšak vedle bdělého vědomí existují ještě jiné formy vědomí, kterým se říká rozšířené či mimořádné stavy vědomí.

Záměrně nejsou uvedeny změněné stavy vědomí, z toho důvodu, že označují příliš široké spektrum stavů, které mění vědomí a jeho kvalitu, jako třeba poranění mozku či intoxikací jedovatými látkami. Mimořádné stavy vědomí tu jsou uvedeny ve smyslu sebepoznávání a jako prostředek osobního růstu vědomí. Samozřejmě však, když tyto mimořádné zážitky nejsou správně pochopeny a zpracovány nesou svá rizika.

Grof dlouholetým každodenním klinickým pozorováním dospěl k tomu, že mimořádné stavy vědomí mají v moderní psychiatrii velký, dalekosáhlý význam a díky těmto stavům lidské vědomí může dosáhnout vyššího poznání. V rozšířeném stavu vědomí člověk může být oddělen od ega a je mu možno nahlížet na svět i na sebe v širších rovinách a souvislostech, zároveň se může také ponořit hlouběji do nevědomí.<sup>161</sup>

Mimořádné stavy vědomí můžeme zažívat pomocí různých technik jako je třeba meditace nebo různé dýchací techniky, pomocí rituálů, užitím psychedelických látek, tancem, ale můžeme je zažívat i spontánně. V procesu

---

<sup>160</sup> PLHAKOVÁ, A. *Učebnice obecné psychologie*. 1. vyd. Praha: Academia, 2005. s. 64. ISBN 80-200-1387-3.

<sup>161</sup> GROF, S. *Psychologie budoucnosti: Poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*. Praha: Argo, 2007. s. 19. ISBN 978-80-7203-937-1.

individuace mají velký potenciál holotropní stavy vědomí, jež jsou podskupinou mimořádných stavů vědomí.

## 5.2 Holotropní vědomí

Holotropní stav vědomí má velký význam a užitek v dnešní moderní transpersonální psychologii.

Pojem holotropní vědomí zavedl Stanislav Grof, který výzkumu holotropních stavů vědomí věnoval již přes 50 let výzkumu. Jedná se o podskupinu mimořádných stavů vědomí, označují se také jako změněné stavy vědomí nebo rozšířené stavy vědomí. Grof je zakladatelem techniky holotropní dýchání, která umožňuje vstoupit do stavů onoho rozšířeného, holotropního vědomí.

Holotropní znamená doslova „*směřující k celistvosti*“ a pochází z řeckého slova holos – celek a trepein – pohybuje se k něčemu. Už sám pojem naznačuje, že v svém „normálním“ bdělém vědomí prožíváme a ztotožňujeme se jen s malým střípkem toho, čím opravdu jsme.<sup>162</sup>

Stav holotropního vědomí se vyznačuje dramatickou kvalitativní změnou vědomí a s tím i vnímání a myšlení.

Grof o holotropních stavech říká: „*Výzkum holotropních stavů odhaluje pozoruhodný paradox týkající se povahy lidské bytosti. Zcela jasně prokazuje, že v každém člověku jsou jakýmsi záhadným a dosud neobjasněným způsobem obsaženy informace o celém vesmíru i veškeré existenci a že má potenciálně zážitkový přístup ke všem jeho částem.*“<sup>163</sup>

## 5.3 Mapa lidských zážitků holotropního vědomí podle S. Grofa

Grof pro lepší pochopení své výsledky výzkumu vědomí shrnul do mapy lidských zážitků vědomí rozšiřující konvenční chápání a výklad lidské psychiky. V této mapě Grof rozlišuje tři oblasti, kterých se týkají holotropní

---

<sup>162</sup> GROF, S. *Psychologie budoucnosti: Poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*. Praha: Argo, 2007. s. 20. ISBN 978-80-7203-937-1.

<sup>163</sup> Tamtéž, s. 87

stavy vědomí. Jsou biografická oblast psýché, perinatální oblast psýché a transpersonální oblast psýché.<sup>164</sup>

### 5.3.1 Biografická oblast psýché

Tato oblast zahrnuje všechny naše vzpomínky z dětství, tedy raného věku a dále celého našeho života. Biografická oblast psýché je tradiční náplní psychologie a psychoterapie, jelikož je tradiční psychologie i psychoterapie omezena pouze na tento základní model psychiky, s kterou je velmi úzce svázána a vztahuje se pouze k oblasti individuálního nevědomí, kterou popisuje Freud (zapomenuté či potlačené vzpomínky).<sup>165</sup>

Tato oblast jako část psýché je nejnaději dosažitelná oproti ostatním oblastem psýché a je z nich nejdostupnější, tudíž se jedná o většinou prvotní zážitky, které subjekt vědomě v holotropních stavech prožívá, sjednocují a rozuzlují se v subjektu nevyřešená traumata z dětství, která jsou uložena v nevědomí. Když subjekt své traumata znovu prožívá ve stavu holotropního vědomí, tak se od těchto traumat očisťuje a mizí z nevědomí konflikt, který byl traumatem vzniklý. Subjekt doslova znovu prožívá původní emoce i tělesné smyslové vjemy.<sup>166</sup>

Stejně jako Jung je Grof názoru, že aby byl člověk schopen osvobodit se od svého dětství, musí se svým dětstvím nejdříve zabývat, přičemž čistým intelektem to není možné a subjekt nedosáhne ničeho. Na své dětství je potřeba si rozpomenou a znovuprožívat ho. Oproštění od traumat z dětství hraje významnou roli v eliminování psychosomatických, neurotických a emočních problémů.<sup>167</sup>

---

<sup>164</sup> GROF, S. Psychologie budoucnosti: Poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí. Praha: Argo, 2007. s. 39. ISBN 978-80-7203-937-1.

<sup>165</sup> GROF, S. Dobrodružství sebeobjevování. Praha: Gemma86, 1993. s. 15. ISBN 80-85-06-15-3.

<sup>166</sup> GROF, S. Psychologie budoucnosti: Poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí. Praha: Argo, 2007. s. 39. 40. ISBN 978-80-7203-937-1.

<sup>167</sup> Tamtéž, s. 40

### 5.3.2 Perinatální oblast psýché

Tyto stavy, souvisejí s biologickým porodem. Původ slova perinatální je řeckolatinský. Doslova znamená blízko či okolo porodu nebo porodu se týkající.<sup>168</sup>

V lékařské terminologii je termín perinatální běžně používán a slouží k označení fyziologických procesů spojených s dítětem před narozením.<sup>169</sup>

Perinatální oblast se konkrétně týká vzpomínek, prožitých jako lidský plod před porodem, tedy vzpomínky lidského plodu v děloze. Tato fáze a tyto vzpomínky jsou podle Grofa určující v postnatálním vývoji jedince, fázi probíhající po porodu. Perinatální oblast postnatální vývoj značně převyšuje a to svoji mírou utrpení, jak fyzického tak emočního, které je spojené s porodem.<sup>170</sup>

*„Jakmile se náš proces hlubinného zážitkového sebezkoumání dostane za hranici vzpomínek z dětství až do období porodu, začneme se setkávat s emocemi a tělesnými pocity nesmírné intenzity, která překonává jakékoli naše dřívější představy o tom, co je z lidského hlediska vůbec možné. Naše zážitky se v této době vyznačují podivnou směsicí témat zrození a smrti, která v sobě zahrnují pocity svíravého a životu nebezpečného omezení a úporného až zoufalého boje o vlastní osvobození a přežití.“<sup>171</sup>*

Podle Grofa je těsné spojení mezi zrozením a smrtí logické a vystvětluje to tak, že jedinec přechází z jednoho stavu bytí do naprosto jiného, nepředstavitelného a neznámého.<sup>172</sup>

Postoj tradiční vědy a psychologie zastává názor, že dítě si bolest a traumatický zážitek během porodu není schopno zapamatovat, ale terapeutickým výzkumem pomocí holotropního dýchání a užívání psychedelických látek Grof dokazuje, že tyto zážitky jsou uloženy hluboko

---

<sup>168</sup> GROF, S. *Psychologie budoucnosti: Poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*. Praha: Argo, 2007. s. 48. ISBN 978-80-7203-937-1.

<sup>169</sup> Tamtéž, s. 48

<sup>170</sup> Tamtéž, s. 48

<sup>171</sup> Tamtéž, s. 48

<sup>172</sup> Tamtéž, s. 49



v nevědomí každého jedince. Grof také poukazuje na to, že ve fázi porodu dochází u jedince propojení s kolektivním nevědomím.<sup>173</sup>

### 5.3.3 Transpersonální oblast psýché

Transpersonální stav vědomí zahrnuje překročení běžných hranic těla a pocitu ega. Pojem transpersonální pochází z latinského slova a doslovně znamená: trans – přes a persona – ego, osoba. Tento stav vědomí je charakteristický překročením pojetí sebe sama, naší osobnosti, těla a mysli, pojetí sebe sama jako bytosti.<sup>174</sup>

Naprosté popsání transpersonálních zážitků není možné, ale Grof rozdělil tyto zážitky na tři hlavní zážitkové roviny. První rovinou je zážitkové rozšíření vědomí v rámci běžné skutečnosti a časoprostoru, druhá rovina je překročení hranic lineárního času a poslední rovinou je pohled do vlastního těla a zúžení vědomí.<sup>175</sup>

Transpersonálních zážitky jsou spojené s motivy a obrazy, která nemají původ v osobním životě prožívajícího, ale oblast, z které se vynořují je kolektivní nevědomí. Během těchto stavů člověk zažívá geograficky i historicky vzdálené události. Subjekt se střetává s archetypy nevědomí a je zahrnut motivy a prvky démonů, bohů, duchovních průvodců a dalšími mytologickými postavami.<sup>176</sup>

Do rámce překročení hranic časoprostoru spadají například zážitky duální jednoty, ztotožnění se s jinými bytostmi, jako jsou třeba zvířata či ztotožnění se s určitými osobami. Dále tam spadají také zážitky sjednocení se životem a veškerým tvorstvem a další zážitky. Vědomí se ztotožňuje s objekty.<sup>177</sup>

Do rámce překročení hranic lineárního času spadají zážitky například ze vzniku a počátku vesmíru, zážitky ze života předků, zážitky pocházející z kolektivního nevědomí a jiné. Dále do transpersonálních zážitků řadíme

---

<sup>173</sup> GROF, S. *Psychologie budoucnosti: Poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*. Praha: Argo, 2007. s. 50. ISBN 978-80-7203-937-1.

<sup>174</sup> Tamtéž, s. 75

<sup>175</sup> Tamtéž, s. 20

<sup>176</sup> Tamtéž, s. 76

<sup>177</sup> Tamtéž, s. 76

oblast, kterou Grof nazývá zážitkové překročení hranic běžné skutečnosti a časoprostoru, kam řadí zážitky zvířecích duchů, zážitky mytologických scén, setkání se s nadlidskými bytostmi, návštěvy jiných světů a další zážitky.<sup>178</sup>

Transpersonální zážitky nelze ohraničit, protože je tato oblast značně neprobádaná a široká, jelikož obsahuje fenomény, které ještě v psychologickém kontextu nikdo nezmínil.

---

<sup>178</sup> GROF, S. *Psychologie budoucnosti: Poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*. Praha: Argo, 2007. s. 76. ISBN 978-80-7203-937-1.

## ZÁVĚR

Cílem této práce, bylo zohlednit psychologii o vědomí a nevědomí a popsat, jak nevědomí na naše vědomí působí a s tím spojené seberozvíjení, tedy práci s nevědomím.

Jelikož práce vychází hlavně z konceptu psychologie C. G. Junga, je tedy také zohledněním nejdůležitějších pojmů, které Jung v oblasti analytické psychologii používá.

První kapitola je věnována osobnosti C. G. Junga, kde je zobrazen jeho osobní život a kde je možno vidět, že už jeho dětství je spjato s prací s nevědomím.

Druhá kapitola objasňuje problematiku vědomí a nevědomí a zobrazuje z čeho je vědomí a nevědomí složeno. Je nutno říci, že ústředním pojmem této kapitoly je bytostné Já, jež je podle Junga centrální a nejnítěrnější částí lidské bytosti, kde se spojuje vědomí i nevědomí a člověk jako bytost směřuje k tomuto centru, osvobozuje se od svých obalů. Bytostné Já představuje úplnou seberealizaci, bytost jako celek.

Druhá kapitola slouží hlavně jako objasnění nejpodstatnějších pojmů, týkajících se struktury vědomí a nevědomí a je výchozí pro třetí kapitolu, která pojednává o vztazích mezi vědomím a nevědomím, kde je ucelen náhled na to, jak na sebe vědomí a nevědomí reagují. Dále se kapitola vědomí a nevědomí vrací ke kolektivnímu nevědomí, konkrétně k archetypům nevědomí, které z kolektivního nevědomí pocházejí a k porozumění svému vědomí a nevědomí je nutné brát archetypy v potaz, zabývat se jimi a zjišťovat do jaké míry nás ovládají. V podkapitole archetypy nevědomí jsou popsány a shrnuty ty nejdůležitější archetypy, které nás nevědomě provázejí a nutí nás jednat určitým způsobem. Zohlednění archetypů je nápomocné v osobní orientaci nevědomí každého z nás. V rámci vztahů mezi vědomím a nevědomím je objasněna transcendentní funkce, která spojuje vědomí a nevědomí, umožňuje tedy přístup k archetypům a k obsahům nevědomí. Transcendentní funkce má velký význam v procesu individuace a je nápomocná k porozumění sebe sama

a vlastním archetypům nevědomí. V kapitole vědomí a nevědomí je rozebrán proces individuace a spojuje dílčí témata, jak předešlé, tak následující. Proces individuace provází celé téma práce, jelikož se práce soustředí na vědomí a nevědomí do z hlediska sebepoznání. Tím je právě proces individuace. Práce je jak zohledněním ústředních pojmů Jungovi analytické psychologie, tak také ukazuje, jak prostřednictvím poznávání svého vědomí a nevědomí je možno dosáhnou osobního růstu a osvobodit se od zbytečných traumat a komplexů, které jsou uloženy v nevědomí. Takového poznání sebe sama je možno díky procesu individuace, jakožto vědomou práci se svým nevědomím za účelem být sám sebou.

Předposlední kapitola, která se zabývá sny, ukazuje jak na vědomí a nevědomí působí sny a že sny mají význam v procesu individuace, tedy sebepoznávání. Sny jsou nejdostupnějším zdrojem, jak získat nevědomé obsahy, jelikož sníme každým dnem. V kapitole sny jsou také zohledněny analytické techniky, jak se svými sny pracovat.

Poslední kapitola nastiňuje obohacení Jungovi psychologie S. Grofem a rozšiřuje oblast vědomí a nevědomí o mimořádné, transpersonální stavy vědomí, které jsou velmi impulsivní a potenciální při výzkumu vlastního nevědomí a jelikož sen můžeme považovat také za změněný stav vědomí, tak rozšířené stavy vědomí je nutno brát v potaz jako novodobý způsob, používaný v moderní hlubinné psychologii, který zapadá do procesu individuace.

Téma vědomí a nevědomí, ať už bráno z různých pohledů, se nás lidských bytostí bude vždy týkat. Růst vědomí je už od pradávna středem pozornosti jogínů, mystiků, spiritualistů, duchovních mistrů a v naší době i některých psychologů. Uchopení vědomí a sebepoznání je závislé na práci s nevědomím a to lze praktikovat mnoha způsoby sebereflexe.

Hluboké poznání sebe sama nás vede k zásadním změnám ve vnímání reality. Jedná se o změny v postojích, myšlení a hodnotách. V rámci těchto změn člověk prožívá život v nové, osobitější a bohatší kvalitě.

Jde o základní poznání, jež se snažíme neustále realizovat a stále vyvstávají nové otázky, které se našeho vědomí a nevědomí týkají, jelikož naše chápání je podmaněno tomu, kam naše vědomí dosáhne a co si dokáže

uvědomovat a proto s růstem vědomí roste i počet otázek a témat, o kterých jsme ani netušili, protože byly nevědomé. Je nutno tedy počítat s tím, že moderní psychologický výzkum vědomí a to hlavně díky zásluze C. G. Junga je teprve na svém rozkvětu a v budoucí hlubinné psychologii se budou otvírat stále nová témata a problémy vědomí a nevědomí se týkající.

## SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

### Seznam použitých českých zdrojů

CRISP, Tony. *Moderní snář: Jak porozumět svým snům*. První. Praha: Knižní klub, 1999. ISBN 80-7176-971-1.

ČERNOUŠEK, M. *Sen a snění*. 1. vyd. Praha: Horizont, 1988. ISBN neuvedeno.

FÜRST, M. *Psychologie*. Praha: Votobia, 1997. ISBN 80-7198-199-0.

GROF, S. *Dobrodružství sebeobjevování*. Praha: Gemma86, 1993. ISBN 80-85-06-15-3.

GROF, S. *Psychologie budoucnosti: Poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*. Praha: Argo, 2007. ISBN 978-80-7203-937-1.

HARTL P. - HARTLOVA H. *Psychologický slovník*. 2. vyd. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-569-1.

HILLMAN, J. *Sny a podsvětí: Nový pohled na sny rozšiřující klasické teorie S. Freuda a C. Junga*. 1. vyd. Praha: Portál., 1999. ISBN 80-7178-301-3.

HOLM, N. G. *Úvod do psychologie náboženství*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-217-3.

HOPCKE, R. H. *Průvodce po sebraných spisech C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1993. ISBN 80-900802-9-4.

JAFFÉ, A. *Vzpomínky, sny a myšlenky C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Atlantis, 1998. ISBN 80-7108-178-7.

JACOBI, J. *Psychologie C. G. Junga*. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1992. ISBN neuvedeno.

JUNG, G. C. *Analytická psychologie: její teorie a praxe: Tavistocké přednášky*. 2. vyd. Praha: Academia, 1993. ISBN 80-200-0418-1.

JUNG, G. C. *Červená kniha*. 1. vyd. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0490-9.

JUNG, C. G. *Člověk a duše*. 1. vyd. Praha: Academia, 1995. ISBN 80-200-0543-9.

JUNG, C. G. *Slova duše*. Praha: Vyšehrad, 2001. ISBN 80-7021-490-2.

JUNG, C. G. *Sto dopisů: výběr z korespondence*. 1. vyd. Praha: Sagittarius, 1996. ISBN 80-901898-3-0.

JUNG, C. G. *Výbor z díla, svazek 1. Základní otázky psychologie a psychoterapie v praxi*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1996. ISBN 80-85880-12-1.

JUNG, C. G. *Výbor z díla, svazek 2. Archetypy a nevědomí*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998. ISBN 80-85880-16-4.

JUNG, C. G. *Výbor z díla, svazek 3. Osobnost a přenos*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2001. ISBN 80-85880-18-0.

KERÉNYI, P. *Věda o mytologii*. 3. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2004. 255 s. ISBN 80-85880-32-6.

KAST, V. *Dynamika symbolů: Základy jungovské psychoterapie*. Praha: Portál, 2000. ISBN 978-80-262-0676-7.

LABERGE, S. *Lucidní snění*. 1. vyd. Praha: DharmaGaia, 2007. ISBN 80-86685-63-2.

NAKONEČNÝ, M. *Encyklopedie obecné psychologie*. Praha: Academia, 1997. ISBN 80-200-0625-7.

SHARP, D. *Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2005. ISBN 80-85880-39-3.

SHEELY, N. *Encyklopedie nejvýznamnějších psychologů*. Brno: Barrister and Principal, 2005. ISBN: 80-86598-82-9.

STEVENS, A. *Jung*. 1. vyd. Praha: Argo, 1996. ISBN 80-7203-012-3.

ŠIROKÝ, H. *Analytická psychologie C. G. Junga: předmluva ke Knize proměn. Duše a smrt*. 1. vyd. Brno: Bollingenská věž, 1990. ISBN 80-900200-0-3.

PLHAKOVÁ, A. *Učebnice obecné psychologie*. 1. vyd. Praha: Academia, 2005. ISBN 80-200-1387-3.

ŘÍČAN, P. *Psychologie*. 3. vyd. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-560-8.

ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie Náboženství*. Praha: Portál 2002. ISBN 80-7178-547-4.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Základy psychologie*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2007. 356 s. ISBN 978-80-246-0841-9.



## **Seznam použitých internetových zdrojů**

*Tavistocké přednášky – diagram psýché* [online]. 2011 [cit. 2014-03-22]

Dostupné na WWW: <<http://www.jung.sneznik.cz/psyche2.htm>>

## SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek č. 1 – Kříž psychologických funkcí .....	28
Obrázek č. 2 – Diagram psýché .....	30

## **BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE**

**Jméno autora: Václav Kučera**

**Obor: Manažerská studia – Řízení lidských zdrojů**

**Forma studia: prezenční**

**Název práce: Vědomí a nevědomí**

**Rok: 2014**

**Počet stran textu bez příloh: 53**

**Celkový počet stran příloh: 0**

**Počet titulů českých použitých zdrojů: 8**

**Počet titulů zahraničních použitých zdrojů: 23**

**Počet internetových zdrojů: 1**

**Počet ostatních zdrojů: 0**

**Vedoucí práce: PhDr. Eduard Entler**