

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

**DÁLKOVÝ POCHOD JAKO FORMA TURISTIKY A PUTOVÁNÍ**

Diplomová práce

(magisterská)

Autor: Bc. Martin Očadlík, Rekreologie

Vedoucí práce: Prof. PhDr. Jirásek Ivo, Ph.D.

Olomouc 2016

## **Bibliografická identifikace**

**Jméno a příjmení autora:** Bc. Martin Očadlík

**Název závěrečné písemné práce:** Dálkový pochod jako forma turistiky a putování

**Pracoviště:** Katedra rekreologie

**Vedoucí:** Prof. PhDr. Ivo Jirásek, Ph.D.

**Rok obhajoby:** 2017

### **Abstrakt:**

Diplomová práce se zabývá dálkovým pochodem Špacír se vzdáleností 100 kilometrů v limitu 24 hodin. U úspěšných absolventů dálkového pochodu bylo formou anketního šetření zjišťováno, zda vnímají dálkový pochod jako turistiku nebo putování, na základě jakých kritérií zmíněné rozlišují a zda vnímali během dálkového pochodu Špacír spiritualitu a posvátno. Formou ankety bylo zjištěno, že více jak 75% respondentů, na základě autentického prožitku, vnímá dálkový pochod Špacír, jako putování nenáboženského charakteru. Řízeným rozhovorem bylo toto potvrzeno. Respondenti považují dálkový pochod Špacír za nenáboženské putování z toho důvodu, že zkoumaný dálkový pochod je cesta, která není zaměřena na výkon, je bez kontrol s měřením času a při absolvování pochodu vnímali pocity sebe-přesahu, což při turistice neprožívají. Respondenti se dále shodli, že vnímali během cesty silně spiritualitu nenáboženského charakteru, ale neshledávají při dálkovém pochodu Špacír prvky posvátna.

**Klíčová slova:** dálkový pochod, putování, turistika, posvátno, spiritualita

Souhlasím s půjčováním práce v rámci knihovnických služeb od 1.6.2017

## **Bibliography identification**

**Author's first name and surname:** Bc. Martin Očadlík

**Title of the master thesis:** Long distance walk as a form of hiking and pilgrimage

**Department:** Department of Rekreology

**Supervisor:** Prof. PhDr. Jirásek Ivo, Ph.D.

**The year of presentation:** 2017

### **Abstract:**

The thesis deals with the long distance walk “Špacír”, the distance is 100 kilometers and the time limit is 24 hours. Successful participants underwent a questionnaire survey. The survey focused on several issues: whether they perceive the long distance walk as a hiking or a pilgrimage, how they differentiate between the two and whether they perceived spirituality and sacredness during the long distance walk “Špacír”. The survey showed that more than 75% of respondents perceived the long distance walk “Špacír” as a non-religious pilgrimage based on their authentic experience. Through structured interview this result was confirmed. Respondents consider the long distance walk “Špacír” as a non-religious pilgrimage. That is caused by the fact that the surveyed long distance walk is not focused on achievement, it also doesn't have any time check-points and during it respondents experienced feelings of self-transcendence, which is not experienced through hiking. Respondents also strongly sensed spirituality of a non-religious character but they do not find any sacred elements in long distance walk “Špacír”.

**Keywords:** Long distance walk, pilgrimage, hiking, sacred, spirituality

I agree on lending of this thesis in library range from the 1st of Jun 2017.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracoval samostatně pod vedením Prof. PhDr. Ivo Jiráska, Ph.D., uvedl jsem všechny použité literární a odborné zdroje a dodržel zásady vědecké etiky.

V Otrokovicích dne 28. 11. 2016

.....

Tato práce vznikla v rámci projektu „Multidiskursivní analýza chůze ve filosofické a sociokulturní kinantropologii (IGA\_FTK\_2015\_004)“



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Poděkování:

Děkuji panu Prof. PhDr. Ivu Jiráskovi, Ph.D. za vstřícnost, odbornou pomoc a cenné rady, které mi poskytl při zpracovávání diplomové práce. Děkuji také organizátorům dálkového pochodu Špacír, kteří mi vycházeli vstříc a umožnili mi provádět výzkum.

## **Obsah:**

ÚVOD .....	8
1 PŘEHLED POZNATKŮ .....	9
1.1 Turistika.....	9
1.1.1 Obsah turistiky .....	10
1.1.2 Význam turistiky .....	11
1.1.3 Rozdělení a druhy turistiky .....	12
1.1.4 Historie turistiky.....	16
1.2 Dálkové pochody.....	18
1.2.1 Příprava a bezpečnost.....	20
1.2.2 Dálkové pochody a terminologie .....	22
1.2.3 Historie dálkových pochodů.....	23
1.2.4 Dálkový pochod Špacír .....	25
1.3 Poutnictví a putování .....	28
1.3.1 Posvátné a profánní .....	30
1.3.2 Spiritualita .....	31
1.3.3 Transformace a hledání smyslu.....	33
1.3.4 Putování a rituál .....	35
1.2.5 Poutník .....	37
1.3.6 Historie putování .....	38
2 CÍLE A METODIKA.....	39
2.1 Cíle a úkoly.....	39
2.2 Metodika.....	39
2.3 Charakteristika použitých metod .....	41
3 VÝSLEDKY .....	47
3.1 Anketní šetření.....	47
3.2 Řízený rozhovor .....	65
4 DISKUSE.....	76
5 ZÁVĚRY.....	80
6 SOUHRN .....	82

7	SUMMARY .....	83
8	REFERENČNÍ SEZNAM.....	85
9	PŘÍLOHY.....	93



## ÚVOD

*„Kdo ti řekl, blázne, že tvá cesta nemá mít co nejvíc oklik a ošemetných srázů, pochop, že tvá chůze musí být co nejnamáhavější a nejkrvavější, abys věděl a mohl říci druhým, co je to rána, krok kupředu i pevná země pod nohama. Snad se nikdy nedočkáš cíle v tomto krvavém údolí, ale jdi, jdi a plahoč se, jako bys jej měl neustále před očima - tak nemůžeš zeslábnout a klesnout!!“*

*Olga Scheinpflugová*

Ačkoliv v dnešní době nemají křesťané náboženskou povinnost na základě příkazu vyjít na pouť (jinak je to v Islámu), vydává se přesto mnoho lidí na cestu. Zpravidla převážně pěšky, aby překonali sami sebe a vykonali vytyčenou trasu k cíli, kde se nachází svatyně či jiné posvátné místo. V nereligiózním pojetí je možno putovat, toulat se, či turistickými stezkami překonávat vzdálenosti i své hranice možností. Zde je však nutno se pozastavit nad smyslem cesty, zda se jedná o výkon ve smyslu turistické cesty, či překonávání překážek v pojetí prožitkového nenáboženského putování. Rozdíl můžeme spatřovat v ideové rovině, kdy může být stejná cesta dvou různě založených poutníků hodnotově měřena a vnímána rozdílně, jak účastníky samými tak okolím. Turistika si zakládá nejen na praktickém kilometrovníku, ale také na kontrolních stanovištích. Mnohdy měří na své cestě vedle absolvované vzdálenosti také čas. Takto turisticky založený cestovatel je orientován na výkon ve smyslu nejen překonávání sebe, ale především na měření sil s ostatními. Dálkové pochody jsou spíše vnímány ve smyslu výkonovém, avšak mohou být koncipovány také s laděním na modus prožívání. Máme-li předložit své chápání putování ve smyslu nenáboženské cesty, je ideový pohled orientován k překonávání sebe směrem k prožitku a s ním spojeného vztahu k tomu co je sebe přesahující. Zde se už dotýkáme spirituálního ladění.

Dálkový pochod Špacír, který je předmětem této práce má neutřelý charakter v porovnání s běžně konanými dálkovými pochody u nás. Obecně lze charakterizovat dálkové pochody, jako do jisté míry vnímanou soutěžní disciplínu s prvky závodu, s kontrolními stanovišti, měřením času atp.. Zkoumaný dálkový pochod Špacír je orientován výhradně na pokus o překonání vlastních met prostřednictvím chůze přírodou a jediným soupeřem je terén, počasí a vlastní vůle. Abychom se v problematice orientovali, nejdříve nastíníme turistiku s významy, charakteristikami a členěním. Dále se budeme zabývat dálkovými

pochody v jejich rozmanitosti. Následně se přesuneme k poutnictví a putování, kde se dotkneme nenábožensky orientovaného putování, ve smyslu posvátna a spirituality, abychom pojednali také o smyslu cesty a o rituálu. V praktické části se již budeme zabývat výzkumem dálkového pochodu Špacír. Předložíme výzkum ve dvou fázích, anketu a řízený rozhovor s vybranými úspěšnými absolventy dálkového pochodu Špacír. V závěru budou prezentovány výsledky výzkumu.

## **1 PŘEHLED POZNATKŮ**

### **1.1 Turistika**

Turistika může být definována v různých úhlech pohledu. Jak uvádí Neuman et al. (2000) turistika sama o sobě tvoří značně složitou oblast, jejíž jednotlivé segmenty přesahují oblast tělesné kultury a jsou vázány k systému cestovního ruchu, k obecnému rámci rekreace a strukturu kulturně výchovných činností. Ryglová (2009) uvádí, že turistika je považována za podmnožinu cestovního ruchu a můžeme zde hovořit o pohybové aktivitě účastníků, která představuje například pěší turistiku, vodní turistiku, cykloturistiku a podobně.

Turistika nám umožňuje poznávat zajímavosti kulturní, památky společenské, historické i přírodní. Cílem turistiky je rozvoj osobnosti za pomoci tělesných cvičení ve spojitosti s kulturně poznávacími činnostmi (Louka et al., 2010).

Podle Vyškovského et al. (1997) turistika sjednocuje účinky pohybových aktivit s účinkem přírodního prostředí, s kognitivními procesy a se zvládnutím množství odborně technických dovedností i znalostí. Neuman et al. (2000) shodně popisuje, že turistika je u nás chápána v pojetí komplexu činností aktivního pohybu a pobytu v přírodě. Je vyžadována řada odborných znalostí a dovedností.

Turistika v sobě obsahuje značně rozsáhlý a mnohotvárný soubor činností, které souvisejí se sférou tělesné výchovy i sportovního tréninku a může také pronikat do oblasti výzkumu. Současně nemůžeme vyloučit spojitost s praktickými znalostmi, které jsou běžné v každodenním životě. Realizuje se rekreačně, avšak míra možné náročnosti turistiky se odvíjí od znalostí, technické vybavenosti a fyzické kondice (Hlaváček et al., 1955).

Khandl, Liška a Štolc (2006) doplňují, že pravidelná realizace turistiky působí kladně v oblastech upevnování fyzického a duševního zdraví, regeneraci, relaxaci a celkového „osvěžení“ ducha i těla.

Podrobněji ve větší šíři specifikuje turistiku Moser (1981, 8-9), jenž se zde zabývá zejména pěší turistikou:

Kvalifikovaná turistika je forma cestování za účelem uspokojování ozdravných, kulturních a emocionálních potřeb, prováděná pro radost a uspokojování z výkonu aktivním zapojením vlastní síly. Umožňuje využitím volného času realizovat samostatně připravenou, dobrovolnou a cílevědomě zvolenou návštěvu určité oblasti za pomoci získaných znalostí dovedností.

### 1.1.1 Obsah turistiky

Obsahem turistiky jsou navzájem propojené tři složky, jejichž zastoupení je odlišné v různých odvětvích turistiky. Hovoříme o složce pohybové, kulturně poznávací a odborně technické jak uvádějí Kompán a Görner (2007) a Neuman et al. (2000), kteří se zabývají rozdělením uvedených složek podrobněji.

**Pohybová složka** je podstatná pro rozvoj i udržování pohybových dovedností, které mají sloužit k samotné turistické činnosti. Zejména je nezbytná k nabytí a udržení fyzické kondice, která se liší v závislosti na věku a zdravotním stavu turistů.

**Kulturně-poznávací složka** je neoddelitelným prvkem turistiky. Jak napovídá název je založena na estetických zážitcích a poznávání. Obsah této složky je odvislý od cílů a různorodosti turistiky. Základní motiv turistické činnosti jsou návštěvy památek a přírodních krás a jejich hodnota estetická, umělecká a historická, které uspokojují člověka. Při turistice založené na kulturně poznávací stránce vnímáme zejména: obecné poznatky charakteru krajiny, jako je reliéf, geologický vývoj oblasti, botanickou a zoologickou rozmanitost a dále kulturní poznatky, ochranu přírody a jiné. Metody, které zkoumají kulturně poznávací složku, jsou pozorování, získávání a rozbor informací, výklad, sběr foto a video dokumentárního materiálu.

**Odborně technická složka** je nezbytnou součástí turistiky. Na základě potřebných specifických znalostí a dovedností lze uskutečňovat turistickou činnost a pohyb v přírodě. Východiskem jsou tyto oblasti:

- příprava a organizace turistických aktivit
- základy táboření
- práce s geografickými a kartografickými materiály (mapa, kompas, GPS)
- základní znalost meteorologie, popřípadě klimatologie
- výstroj a vybavení pro pobyt v přírodě
- znalost zásad bezpečnosti

- poskytnutí první pomoci

Uvedené zásady nejsou základem bezpečnosti pouze při provozování turistiky, ale také náleží ke všem sportovním činnostem v přírodě.

### **1.1.2 Význam turistiky**

Každý z jednotlivých druhů turistiky (pěší, lyžařská, cykloturistika apod.) je neodlučitelně spjat s rozličnými způsoby pobytu v přírodě. Ale zpravidla všechny pobyty v přírodě jsou také doprovázeny i jinou než tělovýchovnou aktivitou. V tomto směru to mohou být například myslivost, rybaření, fotografování atp.. I v pojetí takového rozsahu je turistika považována za součást pobytu v přírodě. Společným znakem pro pobyt v přírodě a turistiku je význam zdravotní, výchovný a vzdělávací. Z uvedeného důvodu je pobyt v přírodě považován za součást turistiky. Rozdělení významu turistiky se věnuje Vyškovský et al., (1997) a uvádí vzdělávací, výchovný a zdravotní cíle turistiky.

#### **Vzdělávací**

- zdokonaluje a rozšiřuje pohybové schopnosti i dovednosti žádoucí pro aktivní zvládnání všech druhů turistiky
- rozvíjí znalosti a vědomosti o odborně technických dovednostech a současně učí manuální zručnosti (táboření, opravy lodí, jízdních kol atp.)
- učí poznatkům z mnoha oborů lidských činností a rozšiřuje obzory a znalosti v kulturní oblasti
- ověřuje nabyté znalostí při praktické činnosti

#### **Výchovný**

- ovlivňuje osobnost, tělesný pohyb, kognitivní a odborné aktivity vytvářejí předpoklad k všestranné kreativní činnosti
- poskytuje možnost bezprostředního aktivního působení vyučujícího
- zdokonaluje volní a ostatní vlastnosti nezbytné k absolvování plánované cesty a přispívá k víře ve vlastní síly
- turistika a jiné druhy pobytu v přírodě jsou užívány v podobě terapií pro narušenou mládež
- rodinné formy turistiky napomáhají k upevnování vztahů mezi členy rodiny
- jsou uspokojovány potřeby sociálních vazeb člověka

- objevování přírodních i lidskou činností vytvořených krás přispívá k utváření estetického vkusu
- podporuje navazování kladných citových vazeb k přírodě, lidem, kultuře.

### **Zdravotní**

- dochází k aktivnímu sloučení pohybu s kladnými vlivy přírodního prostředí
- posiluje a zdokonaluje vytrvalost, která má klíčový vztah k dobré tělesné kondici
- pozitivně ovlivňuje odolnost organismu a otužilost
- pobyt v přírodě má vliv na relaxaci a uvolňování psychického napětí
- napomáhá v přiměřené míře léčení oběhového a dýchacího systému člověka
- má vliv na prodloužení aktivního stáří.

(Vyškovský et al.,1997)

### **1.1.3 Rozdělení a druhy turistiky**

Turistiku lze v základním pojetí rozdělit podle několika faktorů. Podle druhu realizace na organizovanou a neorganizovanou. Jak blíže popisuje Vyškovský et al. (1997, 10) je organizovaná turistika procesem pod vedením učitelů ve školách, cvičitelů Klubu českých turistů a ve společenských organizacích. Neorganizovaná forma turistiky je příznačná pro malé skupiny, které jsou složeny dle zájmů, nebo v rodinách či plně individuálně.

Kompán a Görner (2007, 23) rozlišují turistiku:

#### **Podle převládajícího období kdy je turistika vykonávána**

- letní turistické aktivity – cykloturistika, pěší turistika, vodní turistika
- zimní turistické aktivity – lyžařská turistika
- celoroční turistické aktivity – pěší a vysokohorská turistika, mototuristika

#### **Podle úrovně vykonávané turistické činnosti:**

- základní (rekreační) turistika
- výkonnostní turistika – podmínky na získávání výkonnostních odznaků a tříd jsou stanoveny dle odboru turistiky

Důležitým faktorem rozlišení turistiky, je také členění dle způsobu přesunu. Můžeme hovořit o turistice vodní, lyžařské, moto a cykloturistice, vysokohorské a pěší jak uvádí i s popisem příkladů Kompán a Görner (2007, 22):

### **Podle způsobu přesunu**

- pěší turistika – turistická chůze
- vysokohorská turistika – chůze v horách spojená se základními horolezeckými dovednostmi
- lyžařská turistika – vykonávaná na běžkách, rekreační skialpinismus
- vodní turistika – plavba v turistických lodích a člunech
- cykloturistika – jízda na kole (horském, silničním apod.)
- mototuristika – různé druhy motorových vozidel.

### **Druhy turistiky**

Východiskem při popisu jednotlivých odvětví turistiky jsme použili kategorizaci podle Kompána a Görnera (2007). Autoři přehledně zpracovali základní typy turistiky spolu s informacemi o každé z nich.

### **Pěší turistika**

Náleží patrně k základní a současně nejvíce rozšířené oblasti turistiky pro její snadnou dostupnost. Židek et al. (2004) uvádí, že pěší turistiku lze vykonávat od útlého mládí do pozdního věku a při volbě přiměřeného terénu, s ohledem na zdravotní stav a fyzickou kondici, stejně jako na intenzitu zátěže, ji může vykonávat každý. Výhodou proti některým jiným druhům turistiky je minimální náročnost na vybavení a výstroj. Jak již bylo zmíněno výše, pro přesun je v pěší turistice příznačná chůze. Neuman et al. (2000) dělí pěší turistiku do třech základních forem na základní, výkonnostní a zdravotní.

#### **Základní**

- patří sem vycházky, výlety a túry, delší turistické pochody a vícedenní putování, kdy si turisté obvykle nesou vybavení pro stravování a nocleh.

#### **Výkonnostní**

- kde je zařazen přechod horských hřebenů, dále dálkové pochody a také dálkové etapové pochody. V případě této formy turistiky je nezbytná fyzická kondice,

odborná připravenost a osvojení technických dovedností spolu s odpovídajícím vybavením a výstrojí.

#### Zdravotní

- základním kritériem je zde individuální stav jedince (pacienta) a důraz je kladen na pravidelnost opakování aktivit. Zařazujeme zde rekreační turistické programy a zejména intenzivní chůzi v rámci přiměřené zátěže.

Základní formy pěší turistiky charakterizuje Vyškovský et al. (1997), když uvádí vycházku, výlet, túru, a putování. Vyškovský et al. (tamtéž) pak popisuje zmíněné podrobněji. Vycházka – rozumí se tím krátkodobá polodenní turistická aktivita v přírodě, v blízkém okolí. Chůze je zde doplňována dalšími činnostmi. Mnohdy je tematická, nebo kondiční a nejsou zde kladeny nároky na obsáhlejší přípravu.

Výlet – je jednodenní až vícedenní turistická činnost, zahrnující v sobě komplex základních složek turistiky. V případě vícedenních výletů je třeba zajistit nejen stravování, ale také nocleh. Na místě je adekvátní příprava a přihlídnutí k aktuální předpovědi počasí v daných lokalitách.

Túra – je zde typická vyšší fyzická náročnost a je charakteristická předem danými cíli a úkoly. Může být vícedenní a má povahu turistické činnosti výkonnostní.

Turistický pochod – jedná se o základní turistickou akci realizovanou organizovaně a náročností může spadat i do oblasti turistiky výkonnostní.

Putování – je zde charakterizováno jako několikadenní náročná turistická aktivita, u které je místo noclehu každý den na jiném místě.

Jen krátce popíšeme další základní typy turistiky, již dříve v této kapitole částečně uváděné dle Kompána a Görnera (2007, 22), a některé zmiňují také Vyškovský et al. (1997) a Neuman et al. (2000).

#### **Nordic Walking**

Neboli severská chůze. Chůze patří mezi pohybové aktivity, které člověka provázejí po celý život. Zatížení při chůzi je možno jako u ostatních druhů turistiky usměrňovat zvolením vhodné rychlosti, vzdálenosti, intervaly odpočinku, výběrem profilu tratě a podobně. „Shodně s pěší turistikou i u severské chůze je pro kondičně zaměřenou chůzi typické zvýšení rychlosti chůze“ (Belás & Roučková, 2015, 18). Jelikož se tento způsob chůze liší od běžné pěší chůze, považujeme za důležité tento způsob pohybu blíže popsat.

V případě severské chůze se jedná o pohybovou koordinaci dolních a horních končetin v průběhu lokomoce, a to tak, že při používání holí (nordic walkingových) vyvíjíme různý tlak na podložku (při nášlapu, odrazu kroku), a tím se zefektivní působení chůze na jednotlivé orgány a soustavy orgánů (Nemček, Antošovská & Labudová, 2008).

### **Vysokohorská turistika**

Můžeme zde hovořit o nejnáročnějším druhu pěší turistiky. Zejména vzhledem k absolvované fyzické zátěži, odborně–technickým dovednostem a také z pohledu nebezpečí a možnosti úrazu. Neuman et al. (2000) popisuje, že při vysokohorské turistice by neměly být aktivně zapojovány horní končetiny a je nezbytné se řídit pokyny místní horské služby.

Svou definici vysokohorské turistiky nabízí Boštíková (2004) když uvádí, že se jedná o pohyb v horském prostředí s tím, že pouze příležitostně jsou zapojovány ruce, hlavní činnost je vykonávána pomocí nohou. V takovém případě hovoříme o jakémkoliv pohybu v horách včetně výstupů na horské vrcholy bez horolezeckých jisticích pomůcek. K uvedenému doplňuje Solnit (2000), že se jedná o pohyb po zajištěných cestách. Znamená to, že je cesta více zabezpečována a vybavena podpůrnými prostředky pro snadnější zdolávání terénu, např. řetězy. Boštíková (2004) dále uvádí, že u vysokohorské turistiky, která je někdy označována jako horská turistika, je vyžadován větší důraz na fyzickou kondici stejně jako na specifické odborné znalosti na rozdíl od klasické turistiky.

### **Cykloturistika**

Řadí se mezi základní druhy turistiky a dělíme ji na dvě formy. Prvním typem je rekreační cykloturistika, kde nejsou kladeny nároky na speciální fyzickou zdatnost. Je zde však nezbytná znalost provozu kola na veřejných komunikacích a seznámení se základní bezpečností jízdy. Druhou formou je cykloturistika, která je již spojená s nároky na fyzickou kondici, neboť je provázena na výkonnostní úrovni s cílem soutěžit. Také zde je nezbytné zaměření na bezpečnost a údržbu výstroje i kola (Kompán & Görner, 2007).

### **Lyžařská turistika**

V současnosti patří lyžařská turistika v zimním období k jedné z nejmasovějších a nejzdravějších rekreačně–pohybových aktivit v přírodě. Po stránce zdravotní je při lyžařské turistice významně kompenzován nedostatek a jednotvárnost pohybu člověka. Je rovnoměrně zatěžováno celé tělo, včetně oběhového a dýchacího systému. Při pohybu na lyžích jsou zapojovány a zároveň posilovány velké svalové skupiny celého těla. Lyžařská turistika není



věkově ohraničena a nejsou nezbytné vysoké nároky na tělesnou zdatnost, naopak je vyžadováno přiměřené osvojení základních lyžařských technik, jako je brzdění, běh na lyžích, změny směru, sjezd a překonávání stoupání. Turistiku na lyžích je možno v současnosti rozdělit do dvou kategorií. Je to turistika na běžeckých lyžích a skialpinismus. Obě formy činností se vyvinuly do dnes samostatných sportovních odvětví (Kompán & Görner, 2007).

## **Vodní turistika**

Junger, Husovská, Paučír, a Zuzková (2002) a Žídek at al. (2004) charakterizují vodní turistiku, jako s tábořením spojené putování po vodě. K přesunu jsou používána různá plavidla poháněna lidskou silou, jako například rafty, pramice, kajaky, kanoe, motorové čluny, vodní skútry atp.. I zde je nezbytné dodržování platných předpisů, osobní bezpečnosti a používání bezpečnostních prostředků.

### **1.1.4 Historie turistiky**

Pěší chůze byla vlastní člověku od nepaměti, neboť se jedná o nejpřirozenější pohyb člověka. Vznik turistiky souvisí s turismem a sahá do 15. a 16. století v dobách prvních moderních zeměpisných a námořních objevů, které se podílely na novém poznání světa. Jak uvádí Neuman (2011) první pohybové aktivity v přírodě prosazoval již Jan Ámos Komenský (1592–1670) ve školách.

Turistika se v organizované formě spolu s dalšími formami pohybu v přírodě začala utvářet v polovině 19. století zejména v Anglii. O některých sportovních aktivitách, jako jsou například cyklistika, veslování či lyžování, lze v jejich původní formě hovořit jako o pohybu v přírodě s charakterem turistiky. Již v té době existovaly ve světě organizace s mezinárodním turistickým zaměřením. Za všechny je možno uvést jako příklad Mezinárodní turistický spolek, který byl založen v roce 1919 (Vyškovský et al., 1997).

Neuman (2011) uvádí, že pokud pohlédneme do historie na našem území, jedny z prvních takřikajíc turistických aktivit u nás podnikal již v době romantismu básník a spisovatel Karel Hynek Mácha. V roce 1862 vznikl Sokol pražský, což je možno považovat za počátek organizované turistiky u nás. Jak popisuje dále Neuman (2011, 2) :

V českých zemích mají také dlouhou tradici ‚školy v přírodě‘. Je znám ministerský výnos z roku 1873, který dovoluje učitelům vycházet ve vhodném čase se žáky

do přírody. Jsou doklady o tom, že již koncem 19. století (1874-1879) organizoval v Olomouci vyučování v přírodě učitel Ignác Libíček.

Další významná událost následovala v roce 1884, kdy vznikla Pohorská jednota Radhošť, která byla turistickou organizací působící v oblasti Beskyd (Rux, 2014). Významnou úlohu u nás sehrál vznik Klubu českých turistů (KČT). Vyškovský et al. (1997) uvádí, že vznik KČT je datován k roku 1888. Jednotlivé odbory klubu byly zakládány na území Čech i Moravy. Po vzniku Československa v roce 1918, se název změnil na Klub československých turistů (KČST). Došlo k rozšíření také na území Slovenska a Podkarpatskou Rus. Klub měl v roce 1936 již 110 000 členů, avšak v období nacistické okupace Československa byla činnost klubu přerušena. Po druhé světové válce došlo k vlivem politických změn ke sjednocení tělovýchovných organizací a k začlenění KČT do Sokola. Po dalších organizačních změnách vznikl v roce 1957 Československý svaz tělesné výchovy (ČSTV) zastřešující tělovýchovné aktivity. Po politických změnách v roce 1989 byla obnovena činnosti Klubu českých turistů, jak ji známe dodnes.

#### Klub českých turistů a Asociace TOM

Centrála Klubu českých turistů, má dnes sídlo v Praze a dělí se na odbory, které zahrnují 14 oblastních celků shodných s hranicemi krajů. Členové KČT každoročně organizují několik stovek akcí určené nejen pro své členy, ale také pro širokou veřejnost se zájmem o turistiku. (<http://www.kct.cz/cms/o-organizaci-klubu-ceskych-turistu>).

#### Turistické oddíly mládeže

K výchově mládeže v turistickém duchu, je určena organizace s názvem Turistické oddíly mládeže (TOM), které jsou sjednoceny do Asociace turistických oddílů mládeže (Asociace TOM, A-TOM). Podobně jako Klub českých turistů, se kterým Turistické oddíly mládeže úzce spolupracují, je A-TOM členěn na 14 sekcí, které jsou navázány na hranice krajů. Asociace TOM je spolek sdružující děti a mládež s celorepublikovou působností se zaměřením na turistiku a táboření. Členové asociace si říkají *tomíci* a v roce 2016 je jich ve 25 oddílech více jak 9 000. Setkávají se na oddílových schůzkách, podnikají mnoho zahraničních i tuzemských turistických výprav a organizují akce pro širokou veřejnost. Pořádají letní tábory, turistiku po horách, nebo sjíždějí řeky. (<http://www.a-tom.cz/asociace-tom/co-je-asociace-tom>)

Popsali jsme si turistiku v obecném pojetí. V základu bychom cestování pěšky mohli nazvat turistikou, či přesněji pěší turistikou. Dálkové pochody jsou obecně považovány

za turisticky laděné, výkonnostní formy pěší turistiky a blíže je popíšeme v následující kapitole.

## 1.2 Dálkové pochody

Bursík et al. (1977) popisuje dálkové pochody, jako jednu z forem výkonnostní pěší turistiky. Nikoliv však v soutěžním duchu a závodění, nýbrž ve smyslu lásky k pohybu v přírodě spolu s prověřením vlastní odolnosti. Dálkové pochody charakterizuje ve výčtu několika zásad. Patří sem zejména, že se jedná o jednodenní akci, která je v délce nad 50 km v rozmezí do 100 km a v časovém limitu 24 hodin. Součástí dálkových pochodů mohou být i kratší trasy, které organizátoři zařazují pro méně zdatné. Základním předpokladem však zůstává, že časy ani pořadí se nezveřejňují. Nosnou myšlenkou je, že vítězem je ten, kdo dojde do cíle v daném limitním času.

Dálkových pochodů na našem území se koná větší množství a souhrnně je téměř všechny uvádí portál [www.dalkovepochody.cz](http://www.dalkovepochody.cz). Na zmíněném webu jsou uváděny i pochody na kratší vzdálenost než 100 km. Dálkové pochody jsou náročnou prověrkou fyzické zdatnosti, vyžadují připravenost a pevné odhodlání.

Výše uvedená charakteristika Bursíka et al. (1977) popisující ideu absolvování dálkového pochodu bez měření času je v rozporu s realitou některých současných dálkových pochodů. S uvedeným souvisí mimořádně náročný výkonnostní seriál dálkových pochodů s názvem Česko–Slovenská tisícovka (CS–1000). Tato sportovně a vysoce výkonnostně laděná série závodů s podtitulem „desetiboj“ je určena pro turisty, běžce a širokou sportovní veřejnost. Cílem pro účastníky je zdolat 10 stokilometrových dálkových pochodů. Registrovaní soutěžící mohou absolvovat ve třech různých kategoriích obtížnosti:

1. Basic – Absolvování deseti akcí CS–1000 bez časového omezení
2. Profi – Absolvování deseti akcí CS–1000 v průběhu 365 dnů (kalendářní rok)
3. Total – Absolvování Profi úrovně + absolvování tří žolíkových akcí

(<http://cs-1000.webnode.sk/>)

Kalendář akcí pro sedmý ročník konaný v roce 2016 je složen s patnácti dálkových pochodů, jak je patrné z následující tabulky.

Tabulka 1 Česko–Slovenská tisícovka

Poradie	A = Akcia B = Bonus	Česko-Slovenská Tisícovka 2016 (7. ročník) <b>KALENDÁR SÚŤAŽNÝCH AKCIÍ</b>	Lokalita	Termín
1.	A1	<b>BRTNICKÉ LEDOPÁDY</b>	Česko-Saské Švýcarsko, ČR	29.-31.1.
2.	A2	<b>KYSUCKÁ STOVKA</b>	Kysucké Beskydy, SR	11.-13.3.
3.	B1	<i>LETECKÁ STOVKA</i>	<i>Považský Inovec, SR</i>	<i>18.-19.3.</i>
4.	A3	<b>LAZOVÁ STOVKA</b>	Biele Karpaty, SR	23.-24.4.
5.	A4	<b>BÁNOVSKÁ STOVKA</b>	Strážovské vrchy, SR	20.-22.5.
6.	B2	<i>ŠTEFÁNIK TRAIL (jednotlivci)</i>	<i>Biele a Malé Karpaty, SR</i>	<i>10.-12.6.</i>
7.	A5	<b>KRAKONOŠOVA STOVKA</b>	Krkonoše, CZ	17.-18.6.
8.	A6	<b>MALOFATRANSKÁ STOVKA</b>	Malá Fatra, SR	2.-3.7.
9.	B3	<i>TÝNIŠTSKÉ ŠLÁPOTY</i>	<i>Orlické a Jizerské hory, ČR</i>	<i>22.-24.7.</i>
10.	B4	<i>100 MÍL KRAJOM MALÝCH KARPÁT</i>	<i>Malé Karpaty, SR</i>	<i>19.-21.8.</i>
11.	A7	<b>PONITRIANSKA STOVKA</b>	Tribeč a Vtáčnik, SR	17.-18.9.
12.	A8	<b>PRADĚDOVA STOVKA</b>	Jeseníky, ČR	*30.9.-2.10.
13.	A9	<b>JAVORNICKÁ STOVKA</b>	Javorníky, SR	8.-9.10.
14.	B5	<i>LOUČENÍ S TURISTICKÝM ROKEM (EKUT)</i>	<i>České středohoří, ČR</i>	<i>25.-28.11.</i>
15.	A10	<b>PRAŽSKÁ STOVKA</b>	okolie Prahy, ČR	9.-11.12.

Zdroj: <http://cs-1000.webnode.sk/kalendar-akcii/>

Uvedené informace předkládají obraz, ve kterém jsou dálkové pochody vnímány s důrazem na výkonnost jedince. Výjimkou je v tomto případě první kategorie Basic, kterou lze považovat za souznící s ideou Bursíka et al. (1977) o podstatě absolvování v časovém limitu bez měření a zveřejňování času.

Větší vzdálenosti dálkových pochodů u nás jsou také ve většině zahrnuty do československého ultra trail poháru. Tato skutečnost naznačuje, že dálkové pochody jsou široce využívány běžci například k tréninkům. Domníváme se, že svým zaměřením na výkonnost se jedná o akce podněcující spíše soutěživost, než hlubší ponoření do vlastního nitra. Zmíněné informace uvádíme z důvodu, kdy je zřejmé, že dálkové pochody nevyužívají pouze chodci, ale zdá se být dnes více než kdy dříve moderní, tyto trasy uběhnout.

Dálkové pochody jsou pořádány také v duchu dobročinných akcí. Příkladem může být 42. dálkový pochod Moravským Slováckem tematicky zaměřený na podporu výzkumu Parkinsonovy nemoci. Tato akce byla uskutečněna pod záštitou České obce sokolské. Zahrnuta byla také pěší trasa na vzdálenost 50 kilometrů z Dubňan přes Hodonín a zpět. (<http://www.sokol.cz/sokol/?action=zobrazakci&id=1376998616>). Další podobnou akcí je individuální dálkový etapový pochod Václava Malínského nazvaný „Pochod pro Matěje“. Cestovatelská akce byla uskutečněna napříč Českou republikou z Jablunkova ve východního cípu Moravy až do nejzápadnějšího města Čech do Aše. Václav Malínský tímto dálkovým pochodem upozorňuje na osud nemocného chlapce. Akce proběhla na jaře roku 2016 s cílem

najít více dárců finanční pomoci pro náročnou léčbu nemocného dítěte (<http://www.zivotnacestach.cz/dobrocinnny-cestovatelsky-projekt-pesky-pro-mateje/>).

### 1.2.1 Příprava a bezpečnost

V souvislosti s účastí na dálkových pochodech, je nezbytné zmínit také přípravu a bezpečnost, které jsou důležité pro potenciální účastníky a jejich zdraví. Tak jako je pro pořadatele nezbytné zvládnout všechny složky organizačních záležitostí, pro účastníky je žádoucí příprava. Ačkoliv můžeme propadat iluzi, že vše bezpečně zvládneme, jen sotva co může být důležitější než ostražitost vzhledem k vlastnímu zdraví. Dálkový pochod není běžný turistický výlet, zvláště, je-li dimenzován na hraniční vzdálenostní časový limit 100 kilometrů v časovém rozsahu 24 hodin. V takovém případě se před námi vynořuje bezpodmínečná nutnost připravenosti, nezbytného odhodlání, a také zmíněné ostražitosti k vlastní bezpečnosti. Současně nelze opomínat právní aspekty pobytu v přírodě a zachování přírodního bohatství.

Urbancová (2015) k připravenosti na dálkový pochod uvádí tyto body:

1. příprava
2. strategie (orientace a zabezpečení na trase)
3. občerstvení a jídlo
4. výbava
5. další tipy a triky

(<http://www.trailove.cz/jak-se-pripravit-na-prazskou-stovku>)

Nezvládnutí dálkového pochodu je většinou podceněním některých důležitých skutečností. Následující doporučení může být považováno za již zmíněné tipy a triky přispívající k co nejpříznivějšímu průběhu a úspěšnému dokončení dálkového pochodu.

Patří sem předpoklad pozitivního myšlení, které je předností při překonávání překážek a pomáhá k úspěchu. Inteligentní naslouchání vlastnímu tělu, kdy si tělo říká o odpočinek a kdy o zvolnění tempa během zdolávání trasy i během přípravy. Je vhodné milovat své nohy, které mají těžký úkol a nesou chodce během celého pochodu. Být připraven nejen na fyzickou, ale zejména na psychickou únavu. Věřit ve své schopnosti, být odhodlán vyrazit a mít rád pochody včetně trasy do kopce. (Crust, Keegan, Piggott & Swann, 2011).

Je na místě zmínit také fyzickou a psychickou zdatnost. V případě dálkových pochodů je zásadní stránkou připravenosti zejména zdatnost fyzická. Bursík et al. (1977, 27) k přípravě k dálkovému pochodu uvádí:

Dálkový pochod klade na účastníky především nároky na dobrou fyzickou připravenost. Je tím namáhavější, čím je větší překonávaná vzdálenost a převýšení, čím je vyšší přechodová rychlost. Nemůžeme však opomenout ani další stránky připravenosti, a to seznámení s terénem, zajímavosti na trase, kulturními památkami i orientací. Nepodceňujme ani další činitele, jako je počasí, vlastní váha a nesená zátěž.

Nezbytnost fyzické zdatnosti a přiměřený trénink i vhodnou volbu tempa chůze spolu s orientací v terénu zmiňuje současně (Newman et al., 2006).

Je tedy patrné, že faktorů připravenosti je více a je nutné brát na zřetel také vhodný oděv a zejména obuv. Vedle neopomenutelné fyzické přípravy, která je pro úspěšné absolvování dálkového pochodu určujícím faktorem výsledku, zmiňuje Bursík et al. (1977, 32) speciální dovednosti:

- odhad rychlosti vlastního pohybu v terénu;
- nácvik automatického registrování času;
- odhady vzdálenosti v terénu podle mapy a buzoly;
- chůze se zátěží, obzvláště na kratších vzdálenostech a dálkových etapových pochodech.

Jak již bylo uvedeno, výbava je velmi důležitým faktorem pro zdárné absolvování dálkového pochodu. Zejména volba obuvi a také zvolená zátěž jsou stěžejním hlediskem. Nesprávná volba obuvi a příliš vysoká zátěž může vést k úrazům nebo k poškození zdraví. (Anderson et al., 2009).

Je na místě problémům vhodně předcházet. Pro absolvování úspěšného pochodu uvádí Bursík et al. (1977, 32) zásady pro začátečníky, kteří mají v úmyslu teprve první účast na dálkovém pochodu:

- dříve než vyrazíme na první pochod, zamysleme se nad svým zdravotním stavem. Každý by se měl poradit se svým lékařem, zda mu fyzický pohyb nemůže uškodit.
- turista, který se běžně zúčastňuje pravidelné turistické činnosti, může začít rovnou s kratšími trasami. Pochopitelně nezapomíná na trénink.
- I výkonný sportovec, jehož disciplína se od chůze diametrálně liší, ať si nejprve v terénu vyzkouší pochodovat 15 – 20 km.

- Ostatní by měli začít nejprve s důkladným tréninkem a postupně zkoušet pochody od 10 km. Praktická zkušenost radí, aby každý alespoň třikrát absolvoval bez potíží „svou“ trasu, a pak si zkusil dvojnásobek.

Bursík et al. (tamtéž) dále vysvětluje svá tvrzení na praktickém příkladu, kdy je třeba, aby chodec třikrát bez obtíží urazil chůzí 10 km, následně rovněž třikrát 20 – 25 km, tedy vzdálenost se zvyšuje. V okamžiku, kdy je chodec již schopen takto zvládnout 50 km, měl by ještě setrvat a dále tuto vzdálenost trénovat, než pokročí na vysněnou stokilometrovou vzdálenost. Bursík et al. (tamtéž) dodává doporučení vyzkoušet předem svou zdatnost dva až třikrát účastí na dálkovém etapovém pochodu na 70 – 120 km. Jestliže je tato zkušenost bez větších obtíží úspěšná, je možno se odvážit na zatěžkávací zkoušku skutečně ryzí královskou disciplínu dálkového pochodu 100 km vzdálenosti za 24 hodin. Shodná doporučení uvádí Průša (1976, 14) a dodává doporučení nejen pro začátečníky:

- Nikdy nepřeceňujte své síly. Odhadněte dobře své schopnosti.
- Nevydávejte se na dálkový pochod, jste li nemocní.
- Při dálkovém pochodu dochází ke značnému kalorickému výdaji. Proto správně doplňujte tento úbytek vhodnou stravou a tekutinami.

Zdravotní obtíže u účastníků, kteří absolvují dálkový pochod, mohou být spojeny s bolestmi kloubů kolenního a kyčelního, dále bolestí v oblasti chodidel, nártu i kotníku. Svalové bolesti zejména v oblasti lýtkového svalstva, bérceových extenzorů, stehenních svalů a také může docházet ke svalovým křečím. Trénovanost snižuje bolest kloubů a svalstva, avšak v případě nártů a kotníků s trénovaností většinou nesouvisí. Trénovanost má také vliv na snížení výskytu svalových křečí. Bolesti chodidel se vyskytují u pochodů na 100 kilometrů. U kratších mohou být způsobeny také jednotvárným podkladem, nebo nesprávnou volbou obuvi. Zdravotní obtíže se nevyskytují převážně na kratších tratích do 35 kilometrů. Jedná se zejména o tratě nad 50 km, kde ke zdravotním obtížím a bolestem může docházet (Bursík et al., 1977, 56-59)

### **1.2.2 Dálkové pochody a terminologie**

Spolu se vzrůstající oblibou dálkových pochodů se objevovaly také nově vznikající jazykové termíny. Této terminologie si všímá Jana Jiříčková z Ústavu pro jazyk český Akademie věd ČR. Spontánní vlna jazykové tvořivosti většinou vzniká na základě nové disciplíny, které chybí terminologie. Termíny pak vznikají například převzetím staré turistické

terminologie či přebíráním z jiných sportů. Většinou byly využívány původní slovní základy spolu s příponami, předponami atp.. Uvádíme pouze několik slovních útvarů, jak je popisuje Jiříčková (1977, 243-246):

cílník (osoba pověřená kontrolou v cíli)

dálkoplaz (chodec, účastník dálkových pochodů)

pochodník (účastník pochodu)

posilostroj (občerstvení)

punktovník (osoba obsluhující kontrolní bod na trati, tzv. punkt)

samohyb (doprovodné vozidlo)

trasíř (osoba odpovídající za vytyčení a vyznačení trasy)

### 1.2.3 Historie dálkových pochodů

Dále si přiblížíme situaci počátků fenoménu dálkových pochodů. V průběhu šedesátých let 20. století pronikaly na naše území zprávy o dálkových pochodech v Evropě. Ať už se jednalo o pochody v Nizozemí, Belgii, Francii, nebo Švýcarsku, byli mezi nimi také zmínky o extrémních výkonech profesionálů. (Zajíček & Caletka, 2000).

V Československu předcházely dálkovým pochodům veřejného rázu spíše akce ve formě pokusů uzavřených amatérských skupin. Jednalo se například o pochod s cílem ujít sto kilometrů za 24 hodin z Opavy do Pardubic. Za úplně první dálkový pochod u nás je považována pochodová akce mládežnické tlupy pod záštitou TJ AZKG (Tělovýchovná jednota – svého času spadající pod Automobilové závody Klementa Gottwalda). Zakladatelem této tzv. mládežnické tlupy, která vznikla z odrostlých mladých turistů, byl Dr. Jan Květ. Tlupa měla snahu o zdolání co nejdelší tratě bez spánku. Po teoretickém zvažování možností, jakou vzdálenost může člověk při pochodu v jednom kuse ujít, bylo rozhodnuto absolvovat na zkoušku 100 kilometrů v rozsahu 24 hodin. Tlupa vydala klubový leták a propagovaný pochod pojala spíše v duchu turistické recese, než jako výkon při vážné sportovní akci. První veřejně organizovaný dálkový pochod se tak konal 1. července 1963. Od startu do cíle bylo stanoveno časové rozmezí od půlnoci do půlnoci na trase nedokončené dálnice D1 z Čechtic do Prahy. Akce nesla název „Tlupí stovka“ a byla s výzvou k následování medializována 20. července v Československé televizi a v deníku Československý sport. U veřejnosti měla tato výzva značný ohlas (Zajíček & Caletka, 2000).

Jak blíže popisuje Ivo Dolanský (<https://www.behej.com/clanek/1696-uz-jen-z-tribuny-na-usvitu-dalkovych-pochodu>) z původních 17 pochodníků na startu této akce,



dorazilo do Prahy pouze pět. Dolanský (tamtéž) popisuje osobní účast třetího ročníku akce Tlupí stovka pořádané v roce 1965: „Na startu se tehdy tísnil neuvěřitelný počet odvážlivců. Sešlo se nás 136, z toho 16 žen. Přesně o půlnoci jsme odstartovali sami sebe boucháním papírových pytlíků a vyrazili.“

Za zmínku stojí, že prvním veřejným dálkovým pochodem byl pochod Praha–Prčice, který byl pořádán roku 1963. V následujících letech přibývalo pro značný zájem veřejnosti také pochodů na kratší vzdálenosti. I přesto dosahovaly dálkové pochody na sto kilometrů za 24 hodin stále větší obliby. Roku 1965 bylo pořádáno 10 dálkových pochodů s účastí 825 pochodníků. O dvacet dva let později v roce 1987 se jednalo již o celkem 102 organizovaných akcí v počtu 6 254 zúčastněných (Zajíček & Caletka, 2000). Jak doplňuje Kádnerová (2014) mezi dálkovými pochody populární pochod Praha–Prčice od svého vzniku v roce 1966, je pořádán dodnes. Rekordní účast na tomto pochodu byla v roce 1981, kdy se akce zúčastnilo 35 732 pochodníků. Zajíček a Caletka (2000) popisují, že v 80. letech minulého století se pořádaly dálkové pochody v rámci pohybu v přírodě a utužení zdatnosti.

Klička a Sedláček (2007) zmiňují moderní historii Pohorské jednoty Radhošť s jejím programem pěší turistiky, kam spadají pravidelně pořádané akce jako: „(...) vycházky na Javorník a novoroční na Radhošť, účast na dálkových pochodech např. Frýdlantská, Holešovská padesátka.“ (Klička & Sedláček, 2007, 20). Není bez zajímavosti, že se jedná o tutéž organizaci, která stála na počátku vzniku KČT, jak jsme již zmiňovali v kapitole o turistice. Dálkové pochody organizačně i historicky vzato spadají pod turistiku a jsou spojeny se získáváním turistických odznaků. Ty jsou vázány k výkonnosti a plnění úkolů. Aktivity Pohorské jednoty Radhošť směřovaly ke kratším i dálkovým pěším pochodům. Od sedmdesátých let jsou začleněny dodnes. Klička a Sedláček (tamtéž) uvádějí: „Příspěvkem frenštátského turistického odboru do kalendářní nabídky dálkových pochodů je každoroční putování po stopách Pohorské jednoty Radhošť, pořádané od r. 1969 v padesátakilometrové, od roku 1974 i v třicetikilometrové a od roku 1981 i v patnáctakilometrové trase.“ Zmiňují se (tamtéž) také o třídením přechodu Rychlebských hor, či Orlických hor mezi léty 1976-1977. Dálkové pochody se vyvíjeli směrem k dostupnosti, aby přilákali co nejvíce zájemců. To je trend, který trasy, jak je patrné z uvedeného zkracuje. Lze to do jisté míry chápat, nicméně u pěších tras kratších jak 50 kilometrů, se domníváme, že nelze hovořit o dálkových pochodech. Královská disciplína dálkových pochodů 100 kilometrů v limitu 24 hodin, není pro běžné turisty a vyžaduje patřičnou přípravu, jak zmínil Bursík et al. (1977). Moderní historie Pohorské jednoty Radhošť je pro nás zajímavá nejen z pohledu zakládající

organizace KČT, ale zejména lokalizací v Beskydech, kudy se jde také dálkový pochod Špacír.

Rok 1989 byl přelomovým zejména v otevření hranic s našimi sousedy a možností volného cestování. Zájem o dálkové pochody a obecně turistiku poněkud zeslábl. Počty účastníků se však opět navyšují, přestože rekord zmíněný u pochodu Praha–Prčice z roku 1981, může být překonán stěží. Dálkové pochody se však konají dodnes a získávají na popularitě. Můžeme zmínit historicky zajímavou Krakonošovu stovku, která patří k jednomu z nejstarších dálkových pochodů na 100 km u nás. Pochod Praha–Prčice a další (Zajíček & Caletka, 2000). První veřejnosti přístupný pochod Praha–Prčice, v roce 2015 oslavil 50. výročí. Velkou oblibu má v současnosti i dálkový pochod v okolí Brna s názvem *Brněnské vokruh kolem štatlu...aneb 100 kiláků za den*. Nutno zmínit, že také posledně zmíněný dálkový pochod má na trase kontrolní stanoviště a sleduje se pořadí v cíli, stejně jako se měří časy účastníkům (<http://bvvs.vyskovnice.cz/kostra.php?obsah=vysledky>).

Aktuálně je většina pochodů orientována s akcentem na běh, či měření výsledků v cíli, s měřením času a sledováním pořadí v cíli. Nepovažujeme za důležité zmiňovat dálkové pochody, které jsou orientovány zejména běžecky, přestože jsou v současnosti nejhojnější.

#### **1.2.4 Dálkový pochod Špacír**

Počátky dálkového pochodu Špacír sahají na konec 20. století. Samotný vznik akce je datován na rok 1999 a tato práce se věnuje 16. ročníku, který připadl na den 2. května 2015. Účastníci se sešli ve středisku volného času (SVČ) Alcedo ve Vsetíně k řádné registraci 1. května 2015. Od tohoto data bylo také odvozeno pojetí XVI. ročníku Špacíru s podtitulem „prvomájový“. V tomto duchu byla akce tematicky vyzdobena v nadsázce vzpomínkové recese prvomájových pochodů a nazvána nejdelším prvomájovým průvodem v dějinách. Pořadatelé akce a její organizátoři se snaží o co nejvíce originální pojetí v duchu nejen zkoušky vůle, ale také zábavného uchopení akce. Jak již bylo řečeno, byl XVI. ročník odstartován 2. května, a to přesně o půlnoci úderem zvonů z kostelních hodin ve Vsetíně. Z toho důvodu byl následně pochod vnímán jako „druhomájový“. Je také nutné zmínit skutečnost, že samotný výběr místa startu a současně cíle, je v SVČ Alcedo ve Vsetíně. Tato organizace poskytla organizátorům své prostory, jako zázemí pro příležitost dálkového pochodu.

Ačkoliv dálkových pochodů je u nás větší množství, a máme na mysli vzdálenosti v rozsahu 100 kilometrů absolvované v průběhu 24 hodin, Špacír není oficiálně veden

na portálu [www.dalkovepochody.cz](http://www.dalkovepochody.cz). Od organizátorů Špacíru nám bylo sděleno na dotaz související s tímto faktem, že záměrně požádali o výmaz. Důvodem má být snaha o co nejmenší mediální popularizaci, neboť po medializaci se akce začali zúčastňovat hojně běžci orientující se na výkony, pro které účast na Špacíru není určena. Je upřednostňována chůze nezávodního prožitkového charakteru. Dalším důvodem je reálně vhodný počet okolo 150–200 registrovaných účastníků, a ten dosáhl v případě dřívější medializace jednoho z ročníků až k počtu 400 registrovaných, což je nad rámec a tento ročník musel být zrušen. Organizátoři vsadili na cestu doporučení akce mezi stejně smýšlejícími jedinci. Jak sami organizátoři akce popisují na portálu [www.naspacir.eu](http://www.naspacir.eu) : „Špacír je výzvou k pěšimu zdolání 100 km beskydské trasy za 24 hodin. Na špacíru nemáš soupeře. Nejde o závod, ale o zkoušku vlastní vůle a vytrvalosti. Přijed' v květnu na Špacír a pusť si nohy na Špacír!“ (<http://naspacir.eu/o-spaciru/>)

Ve srovnání s klasickou turistickou akcí, či závodem podobným jiným dálkovým pochodům je Špacír ojedinelý tím, že není měřen čas ve smyslu prvenství, ale účasti. To znamená, že není vyhodnocováno pořadí, ale je pouze sledován limit příchodu do cíle v rozmezí 24 hodin. Podobně se na trase nevyskytují žádné kontroly, jak organizátoři akce, kteří se nazývají „orgové“, sami věcně předkládají: „Svůj postup na trase si může účastník zatrhávat na průvodní kartičce. Na trase nejsou zřízeny žádné kontroly, neboť není co kontrolovat. Všechny halucinace si zapisujte.“ (<http://naspacir.eu/o-spaciru/zakladni-informace/>) Ačkoliv zmínka o halucinacích může být vnímána jako nadsázka, vnímání irelevantních jevů se může u účastníků objevovat. Specifikace dálkového pochodu je výstižně popsána samotnými „orgy“ ryze valašsky následovně (tamtéž):

Špacírník, který do 24 h neabsolvuje celou trasu, nabývá titul **Šmatlavý plazůň**.

Špacírník, který však zdolá 100 km do 24 h, budiž po dobu jednoho roku titulován jako **Valašský lezůň**. Tento titul musí při příštím ročníku obhájit, jinak se také stává Šmatlavým plazůněm.

## **Přehled výsledkových údajů XVI. dálkového pochodu Špacír 2015**

Považujeme za nezbytné uvést podrobnější informace o účasti na dálkovém pochodu Špacír. Přehledně uvádíme dle zdroje na webových stránkách [www.naspacir.eu](http://www.naspacir.eu) statistiky včetně zaužívané terminologie při této akci. V názvosloví jsou uváděny pojmy špacírník, špacírnice - registrovaný účastník dálkového pochodu Špacír. Dále valašský lezůň, valašská lezůňka - absolvent, absolventka dálkového pochodu Špacír v limitu do 24 hodin.

Tabulka 2 Přehled registrovaných účastníků XVI. ročníku dálkového pochodu Špacír

Registrovaní špacírníci a špacírnice	Celkem	Špacírnice	Špacírníci
počet	152	36	116
procent	100,00%	23,68%	76,32%

Pramen: <http://naspacir.eu/o-spaciru/statistiky/>

Tabulka 3 Přehled registrovaných účastníků, kteří dokončili XVI. ročník dálkového pochodu Špacír

Dokončili 100 km	Celkem	dokončili 100 km do 24 h	dokončili 100 km za více jak 24 h
počet	68	61	7
procent	44,74%	40,13%	4,61%

Pramen: <http://naspacir.eu/o-spaciru/statistiky/>

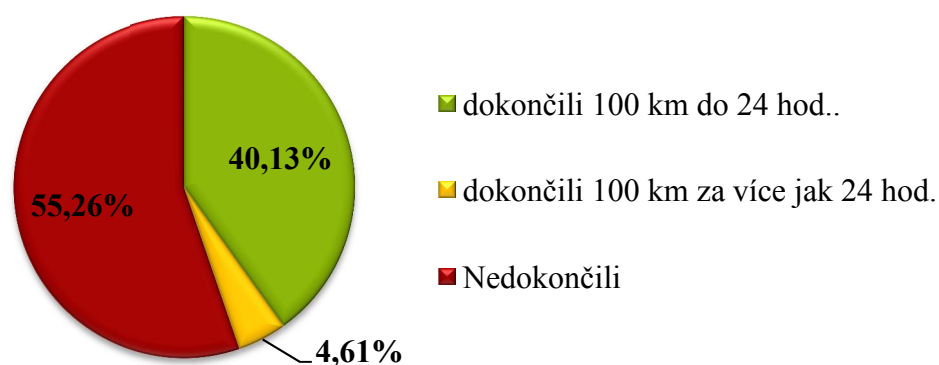
Tabulka 4 Přehled výsledků XVI. ročníku dálkového pochodu Špacír

Ročník ( po směru )	Registrovaní špacírníci / špacírnice	Valašské lezúňky	Valašští lezúni	Celkem valašských lezúňů / lezúněk	100 km za více jak 24 hodin	Nedokončili
2015	152	10	51	61	7	84
Detail	(116 /36)	27,78%	43,97%	40,13%	( 1 za 37 hodin )	55,26%

Pramen: <http://naspacir.eu/o-spaciru/statistiky/>

Z celkové počtu registrovaných účastníků XVI. ročníku dálkového pochodu Špacír bylo 116 mužů a 36 žen. Dálkový pochod dokončilo 68 účastníků, z toho v limitu 24 hodin dorazilo do cíle 51 mužů a 10 žen. Dálkový pochod nedokončilo 84 účastníků. Z výsledků je patrné, že téměř 90% účastníků, kteří dorazili do cíle, dokončilo v limitu 24 hodin.

## Výsledky dálkového pochodu



Graf 1. Výsledky dálkového pochodu

U dálkových pochodů, jak byly popsány, je kladen důraz na přípravu a bezpečnost. Ve svém vývoji obohatili dálkové pochody český jazyk o zmíněnou terminologii. Popsali jsme si dálkový pochod Špacír spolu s údaji o účastnících. Následující kapitola bude pojednávat o putování, jak v kontextu chůze krajinou, tak následně z pohledu posvátna, spirituality jako cesty v nenáboženském pojetí.

### 1.3 Poutnictví a putování

#### Putování přírodou

Z dnešního pohledu můžeme hovořit o poutních cestách či o turistice, jako rozdílném zaměření pěší chůze. Rozlišením může být motivace, cíl, modus naladění atp. (Jirásek, 2007). Pokud turistika, dálkový pochod i putování vede přírodou, může být právě prostředí společným znakem. Vnímáno však může být rozdílně.

Prostředím, jako aspektem, který je bezprostředně spjat s putováním se zabývá Wollmar (2002). Autor se obrací k horizontu a zmiňuje východ, jako část prostoru, bod kde vychází slunce. Alegoricky popisuje solární pouť po nebi, jako symbol světla a zdroj života. Putování slunečního kotouče po nebi je naší každodenní zkušeností. Může být vnímáno jako alegorie životní cesty. V případě pochodu v limitu 24 hodin je účastník konfrontován také s okamžikem východu slunce. Ačkoliv slunce vychází každodenně, může být tato situace ve spojení s námahou v prostředí krajiny silným prožitkem. Rozdílem proti běžnému vnímání nového dne zde může být právě fyzické nasazení a situace vytržení z běžného života při putování. Ivo Jirásek (2007) zmiňuje nezbytné vlastní nasazení spolu se snahou vzdát

se a opustit co je nám známé. Také zůstat naladěni na okolní prostor, vnímat místo komplexně. Podobně charakterizuje putování Pavel Hlavinka (2005, 61):

„Pozornost je upřena k uvolněné bdělosti na tady a teď. V této bdělosti za sebou necháváme být náš minulý život. Jen takovým způsobem se totiž může podařit být na pouti opravdu celým tělem i duší“ Bylo by pošetilé popřít, že prostředí (krajina), na nás při cestě nepůsobí.

Také při putování je neopomenutelný pohyb. Dnes prezentované a často medializované způsoby putování s rozličným úmyslem může být realizováno po železnici, na kole či na koni, avšak již z historického kontextu budeme vnímat putování ve smyslu přirozené chůze, byť je jistě možno vnímat putování také prostřednictvím jiných prostředků pohybu. Právě tak putování popisuje Bulnow (1990), jako činnost vykonávanou pešky z jednoho bodu do druhého, v pozvolném tempu beze shonu a podnětí z vnějšího účelu a smyslu. Poutník neabsolvuje cestu, aby dosáhl co nejrychleji cíle, nýbrž putuje pro cestu samu. Ne však ve významu, kdy si nevytyčuje cíle, jako dosáhnout vrcholu kopce, vyjít na vyhlídku nebo do večera dojít do místa noclehu, ale zmíněné cíle jsou obsahem putování. Putování krajinou nabízí možnost autentického prožitku. Představuje pohyb v prostředí, jako společný jmenovatel také při dálkovém pochodu, nebo pouti. Na rozdíl od výkonově laděných dálkových pochodů, či religiózně zaměřených poutí, prostřednictvím pohybu a s ním spojené fyzické i psychické námahy můžeme při putování, které je laděno nenábožensky vnímat také posvátno (Jirásek, 2014a). Nenáboženské prožitky, jako jsou například vnímání krásy přírody, které nás takřkajíc přesahují. Putujeme krajinou, okolním prostředím, překonáváme fyzické i psychické překážky, které na nás v souladu s okolím působí. Prostředí, kterým vede cesta, může být aspektem ovlivňujícím prožitek. Jak bude prožívat své okolí na cestě turista, poutník, či tulák je bezesporu na individuálním vnitřním naladění každého. Jirásek a Jirásková (2014) popisují putování na sněžnicích zimní krajinou. Uvádějí, že jsme nuceni přijímat stav počasí, kterému jsme podřízeni při putování. Jsme závislí na přírodních podmínkách, životním prostředí, kterým putujeme. S tím nemusí souviset pouze nepřízeň počasí, ale také intenzivní vnímání krásy přírody v estetické formě (hrůza, patos). To může být často vnímáno s posvátnou úctou, kupříkladu v rozměru posvátného klidu nitra.

### 1.3.1 Posvátné a profánní

S výrazem poutnictví se setkáváme zpravidla v případě nábožensky orientovaných poutí. Není to však přímou podmínkou. Rountree (2002) poukazuje, že termín pout' není používán pouze v případě cest zaměřených na tradičně náboženské ve smyslu pěti světově nejrozšířenějších náboženství. Poutní cesty jsou orientovány také k památkám starověkým, antickým či neolitickým. Je tedy možno pohlížet na poutní cestu také z pohledu sekulárního? Položená otázka souvisí v základu s posouzením profánního či posvátného, či jinak řečeno z pohledu sekulárního či religiózního. Eliade (1994) konstatuje teorii, kdy na posvátnu se zakládá svět ontologicky. Vysvětluje, že prostor posvátna vytvořili bohové a člověk následně takový prostor prostřednictvím rituálů přenášel do jiných míst. Eliade (tamtéž) si to vykládá v touze po snaze navrátit se do Ráje, který existoval před začátkem světa. Jedinec se s takovým posvátným prostorem střetává celý život a posvátno se člověku prezentuje rozličnými druhy symbolů. Ty řídí jeho myšlenkové procesy a tím současně změnu religiózního prostoru. Takovou změnou může být chápána kupříkladu architektura, kultura, jednání, či způsob života. Nejdříve však musejí být takové symboly stvořeny, aby mohly existovat.

Posvátné je pro každého jedince něco zcela odlišného. Z toho důvodu nemůžeme jasně určit co přesně posvátno je. Eliade (1994, 10) uvádí, že posvátné a profánní je od sebe zcela odlišné a projev posvátna popisuje jako hierofanii. Tvrdí, že profánní život a posvátný život jsou dva způsoby existence, které si osvojil člověk. Pro nábožensky založeného člověka je posvátné jakýmsi středem v okolním chaosu. Dále si Eliade všímá prostoru, v němž žije nenábožensky orientovaný jedinec, jenž se zabývá jen svojí profánní existencí. Zmiňuje, že i přesto ryze taková existence není možná a v každém jedinci se nalézá alespoň nepatrná část religiózního světa. Tvrdí, že také do profánního prostoru proniká posvátný prostor. Eliade (1994, 19) popisuje tzv. „kryptonáboženské“ chování. Zjednodušeně lze konstatovat, že posvátným prostorem pro nenábožensky orientovaného jedince může být například domov v jeho spatřované jedinečnosti prostoru. Ten rozdíl mezi profánním a posvátným je v jedinečnosti, kterou místu jedinec přiřazuje. V tomto smyslu i obyčejný kámen může být posvátný, pokud nábožensky smýšlející jedinec jedinečnost v kameni spatřuje. Eliade (1994, 81) popisuje, že náboženský člověk však spatřuje přírodu s její náboženskou hodnotou a nikoliv pouze jako „přirozenou“. Domníváme se, že podobným posvátným prostorem pak může být také příroda a pohyb v přírodě. Pro nenábožensky laděného jedince může vykazovat prvky „posvátna“ v její přirozenosti, či spíše prvky vnímané spirituality.

Pochod přírodou je jistě vnímán individuálně v rozsahu naladění jednotlivých účastníků (Jirásek, 2014a). Můžeme se domnívat, že nenábožensky založený člověk je schopen vnímat spirituálně v přírodní scénérii, je-li patřičně naladěný. Jirásek (2007, 2014a) popisuje, že naladění vyžaduje jedincovo zapojení a je podmíněno určitou disponibilitou jedince k naladění.

### 1.3.2 Spiritualita

Spiritualita byla vnímána nábožensky, až v posledních desetiletích došlo ke změně (Říčan, 2002). Z moderního vědeckého pohledu, zejména v oblasti medicíny, se spiritualita prokazuje jako obecná vlastnost člověka někdy spojená také s obdobím konce života. Ne tedy pouze jako nábožensky orientovaná, může být chápána také z pohledu etiky (Heller & Mrázek, 2005). Spiritualita se u člověka projevuje například vztahem ke konečnosti bytí související s uvědoměním si nevyhnutelnosti smrti, jak se jí věnují někteří autoři (Dobratz, 2013; Keenen, 2016; Vachon, 2009). Medicína, jako vědní obor zkoumá člověka po tělesné stránce i vzhledem k duševním pochodům, zpravidla patologicky, nebo terapeuticky a lze konstatovat, že pohlíží na spiritualitu čistě nenábožensky. Chlumský (2009, 9) rozlišuje mozek a mysl. Mozek, jako nástroj a mysl, která nám dává schopnost myslet a uvědomovat si Jáství, které nám napomáhá introspekci, vhledu. Do popředí vnáší prožitky. Prožitky jsou vlastní jak nábožensky věřícímu poutníkovi, tak turistovi, jako vlastní přirozenost existence. Spiritualita je až často zmiňována z pohledu náboženského, posvátného, religiózního, proto jsme nastínili také pohled medicínský. Je však nesnadné uchopit spiritualitu, pokud má mít pro každého jedince svébytně osobní charakter. František Koukolík (2016, 229-230) charakterizuje svým pohledem spiritualitu na poli náboženství:

(...) existuje rozdíl mezi religiozitou a spiritualitou, přestože se všechny církve o spiritualitu snaží. Existují zbožní lidé, kteří nejsou příliš spirituální, existují vysoce spirituální lidé, kteří nejsou religiózní. Religiozita bývá spjata s věroukou, formálními institucemi. Religiózní lidé mívají zbožný respekt k autoritě a tradici. Spiritualita je dána osobním prožíváním posvátného. Je spjata se sebe-přesahem, má mystickou tradici. Na druhé straně jsou religiozita a spiritualita v pozitivní korelaci: čím jsou lidé religióznější, tím jsou spirituálnější. A na straně třetí: spiritualita je v negativní korelaci s orientací na sociální dominanci. Lidé orientovaní na sociální dominanci jsou zastánci mocenské hierarchie v sociálních skupinách, řádu a pořádku. Spiritualita může tyto tuhé vazby rozvolňovat a směřovat k osvobození.



Domníváme se, že výše uvedené lze považovat za obecný pohled na spiritualitu ve snaze vyjádřit ji univerzálně. Obecně můžeme hovořit o spiritualitě jako společné, která znázorňuje v základě stejnou kvalitu u zastánců rozdílných náboženských směrů i ateistů, ať už se jedná o jedince náležející do různých sociálních skupin či kultur (Říčan, 2006). Například Benner (1988) vyjadřuje tuto univerzalitu v pojmu přirozená spiritualita. Spiritualitu v přirozenosti chápe Reich (2000) jako vztah k přírodě a to co nás pojí k ostatním a vyšší existenci. Něco transcendentního co i na obyčejném místě může vyvolávat pocity sebe-přesahu. Jirásek (2014a) hovoří o spiritualitě, kterou je možno chápat ne pouze v náboženském pojetí v podobě posvátna, ale ve své nenáboženské povaze ve smyslu transcendence. Ve smyslu hlubšího prožívání v autenticitě prožívané ve společenství.

Putování v přírodě je také spojeno s prožíváním vnitřních stavů mysli i vnějších stavů těla. Zvláště, pokud máme na mysli chůzi, konkrétně chůzi namáhavou, náročnou a zatěžkávací. Takový pohyb v přírodě, kdy tělesně je jedinec znaven, někdy až na samé dno sil, může být provázen silnými vnitřními prožitky, prožíváním. Ty budou individuální a mohou se dotýkat také spirituálních prožitků i vztahu k seberealizaci. Hovoříme-li o prožívání, lze prožívat útrapy, stejně jako radosti na cestě. U nábožensky orientovaného putování lze jistou míru spirituality očekávat. Při putování v nenáboženském pojetí, za jistých podmínek, ke kterým můžeme řadit již zmiňované naladění, ale také útrapy, bolest a únavu, je zřejmě také možno zažívat spirituální chvíle. Ve vztahu k spiritualitě poutníka nás zajímá spíše nejvyšší meta, kterou je možnost seberealizace.

## Hledání sebe

Na cestu se můžeme vydat z mnoha příčin a můžeme v ní spatřovat různé motivy putování. Jen stěží si lze představit člověka, který by vyšel na náročnou cestu bez prvotní příčiny, nějakého smyslu. Některým ze smyslů, které jedince vedou k tomu, aby se vydal na cestu, může být touha po dobrodružství, vymanění se z pout každodennosti (Jirásek, 2007). Může to však být také hledání a nalézání sebe sama, vlastní identity v tíživé osobní situaci, či snaha o vnitřní posun, například v případě člověka, který se ocitá v životní krizi, na rozcestí a snaží se o lepší sebepoznání. Jak popisuje Jirásek (2014a) smysluplnost je bazální úrovní spirituálního rozměru prožívání člověka v procesu seberealizace. Ukazatelem zde mohou být vize, poslání, velké ideály a opravdové ideje. Zde bychom hovořili o spiritualitě směřující vzhůru, jak se o ní zmiňuje Grün (2002) a uvádí, že naopak směrem dolů bychom hovořili o sebepoznání, jež je vnitřním rozhovorem jedince, jeho myšlenek a citů. Taková transformace vyžaduje odvahu nahlédnout do vlastního nitra, zvláště

v konzumně laděné společnosti našeho západního typu, orientovaném často na formu více nežli na obsah. Jak popisuje Jirásek (2014a, 15): „Možnost proměny předpokládá především ochotu opustit jistoty a bezpečí, vydat se do nezajištěné budoucnosti směrem k proměně. To je de facto rys všech cest, zejména poutnických. Akceptovat nový úhel pohledu, přijmout změnu, jako bytostnou součást svého života.“. Změna ve smyslu opuštění starého a přijetí nového může být doprovázena ztrátou smyslu a hledáním.

### 1.3.3 Transformace a hledání smyslu

Prostředků k transformaci může být mnoho, my se zaměříme na možnosti s ohledem na putování. Na cestě je tou možností cesta sama se svou obtížností. K tomu aby jedinec překonal únavu a pokračoval, i přesto, že je vystaven bolesti, útrapám, spánkové deprivaci atp. musí vykázat vůli. Nebereme nyní v potaz eventuality direktivně založených náboženských poutí, jak mohly být soudně nařizovány za prohřešky v minulosti (Ohler, 2002). Předmětem je vlastní odhodlání vydat se na cestu dobrovolně a jít přes překážky. Je to věcí vůle a hledání smyslu, jak popisuje Frankl (1996). Dálkový pochod v limitu 100 km za 24 hodin může být vnímán jako podstoupení jistého druhu utrpení ve smyslu přeneseného sebeobětování v duchu nějakého smyslu. Frankl (1996) popisuje prožité utrpení v koncentračním táboře a překonání či přijetí utrpení právě díky nalezení již zmíněného pojednání o smyslu. Neboť najdeme-li smysl utrpení, byť na samé hranici lidské existence, získáme sílu toto utrpení překonat. Jirásek (2005) uvádí, že má-li smysl život, musí mít smysl i utrpení, neboť spoluutváří celek bytí. Domníváme se, že je to právě objevení smyslu, který je nápomocen pro překonání utrpení, ale také všeho konání. Jirásek (2005, 178) definuje *smysl* následovně: „Smysl se dostavuje jako vedlejší účinek seberealizace, jako postranní efekt sebetranscendence. Bytostně personální postoj (láska k milované osobě) či existenciální zážitek nelze vytyčit racionálně.“ Jedná se tedy o stanovisko osobně vnitřní, k němuž nelze dospět zprostředkovaně“.

Domníváme se, že bez ohledu na náboženské vyznání může člověk smysl hledat a nalézat v čemkoliv co ho přesahuje. Pokud by nezbytně byla jedinou možností víra v Boha při překonávání překážek, žádný z ateistů by nemohl překonávat překážky. Onu transcendenci je možno spatřovat v přírodě, pokud putující ztotožňuje místo posvátné s danou lokalitou, či okolnostmi na cestě vzbuzující vnímání posvátného. Takové vnímání místa může být současně nenábožensky spirituální. Je tedy, zdá se, věcí každého jedince a jeho osobního vhledu, v jeho konkrétní situaci, v daném konkrétním stavu, v němž se nachází, jak svůj vnitřní stav spirituality posuzuje. Jak ateisté, tak věřící mohou vzhlížet k posvátnému,

jako opaku profánního bez ohledu na vztah k náboženství, jak dokládá (Elkins, Hedstrom, Hughes, Leaf & Saunders, 1988). To co nábožensky věřící vnímá v honosné katedrále, muslim při pohledu na kubický monolit, buddhista v chrámu, či hinduista ve stavu meditace, může ateista, či nenábožensky spirituálně laděný poutník spatřit uprostřed přírody. Určitou paralelou může být stav meditace, kterou může po svém vnímat věřící i nenábožensky orientovaný. Žižlavský (2012) popisuje: „Jsou to stavy silných vnitřních otevření, ‘osvícení‘, pocitů sjednocení s přesahující silou“ (<https://psychologie.cz/rozcesti-duchovni-pouti/>).

Takové stavy mohou lidé vyhledávat na cestě ke hledání smyslu. Naladění může být základem sebe–přesahu, toto ovšem může být u každého individuální.

Frankl (1996) a Längle (2002) vidí cestu ke smyslu shodně. Oba autoři hovoří o ojedinělých schopnostech jedince. Tyto označují jako sebe–přesah či sebe–odstup. Považují je za podstatné podmínky k nalezení smyslu. Längle, Orglerová a Kundi (2001) doplňují, že sebe–přesah, jako percepce objektivní reality, je schopností povznést se nad sebe samého, oddělit se od svých citů, přání nebo představ a otevřít se nezkreslenému vnímání skutečnosti. Sebe–přesah jako procítění hodnoty je pak schopností opustit své hranice a vejít do citové vazby k něčemu či někomu jinému.

Z toho plynoucí analogie je tedy zřejmá. Vnímání teď a tady může vyjadřovat jasný výchozí status pro objevení smyslu prostřednictvím otevření se eventualitám přítomného okamžiku. Poodstoupit ze svého středu, být otevřený přítomnému a současně vkročit do citové vazby k něčemu nebo někomu. Být způsobilý k poznání toho, co přichází a co nás oslovuje. Vazba s přítomným okamžikem je výchozí metou. Minulost již uplynula a budoucnost ještě nenastala. Zachování vazby k přítomnému okamžiku je přesným protikladem k životnímu postoji jako něčemu běžnému. Návyk pomíjení přítomnosti v profitu toho, co již nastalo jako minulost, nebo toho, co má nadejít vede k neschopnosti uvědomění si vztahů životních skutečností, ve kterých se nacházíme (Kabat–Zinn, 1996).

Příroda může být během putování vnímána, jako součást nás samých v jedné celistvosti, integrity a složitosti života s pocitem sounáležitosti (Jirásek & Jirasková, 2014). Turner (2004) použil pro situaci výraz *communitas*, vycházející s pocitů sounáležitosti, který se vztahuje ke stavu, kdy lidé takzvaně plují na jedné lodi, nalézající se mimo obvyklé struktury. Nezatížení každodenními společenskými bariérami. *Communitas* je stavem přátelství, bezprostřednosti, otevřenosti a spontánnosti, ale také iracionality, univerzality a existencialisty.

### 1.3.4 Putování a rituál

Putování nám může poskytnout možnost, jakéhosi úniku, jak obnovit vnitřní život. Současně může být návratem, jenž umožňuje dosažení statusu přiblížit se zpět sám k sobě, přestože se jedná o dobu, která je časově přesně vymezena. Jak uvádí Jirásek (2007, 31) premisou pro putování je vůle vzdát se toho, čeho jsme nabyli. Opustit známé a vydat se na cestu vyžaduje odvalu a odhodlání a dodává (tamtéž, 31): „Cílem poutníka je naděje po hlubším a lepším životě“. Nash (1996), hovoří o tom, kdy člověk při pouti i turistice na větší vzdálenost často opouští svůj domov ve vytržení z běžného života. Popisuje změnu ve smyslu přechodového rituálu, která je spjata s cestou. Takovou cestu můžeme chápat i jako turistiku, či putování. Turner a Turnerová (1978) se zabývaly právě rituálem pouti a zmiňují výše uvedený přechodový rituál ve třech fázích, jak je popsal van Genep (1996), který se tímto zabýval. První fází je odloučení, následuje fáze liminální a třetí je fáze přijetí. V první fázi je jedinec ze skupiny vydělen, když opouští místo a běžnou každodenní sociální strukturu. Druhá fáze liminální, (liminální z latinského limen – práh, <https://cs.glosbe.com/la/cs/limen>) se vyznačuje stavem, při kterém je sociální status jedince nejednoznačný. Nachází se v mezifázi mezi postavením minulým a budoucím odloučen od sociálního statusu, rodinných vazeb, rolí. Tato fáze je charakteristická jakýmsi stavem zatěžkávací zkoušky obsahující zpravidla nějakou formu útrap, nebo bolesti. Třetí fází je završení přechodu se začleněním jedince do společnosti s novým statusem a rolemi (van Genep, 1996). Jedinec se vydává na cestu, při níž musí často čelit novým situacím a může se věnovat myšlenkám, na které v každodenním shonu nebyl prostor. Takový proces osobní pouti jedince je zakončen opětovným návratem do běžného života. Vlivem prožitků se však navrácí do známého prostředí s novými zkušenostmi. Bylo by naivní domnívat se, že absolvování cesty je vždy tak zásadním zlomem v životě, aby nám vždy měnilo od základů život. Souhlasíme s tvrzením Nashe (1996), že ne každá cesta je natolik zajímavá a dlouhá, aby skutečně změnila pohled na svět. Přesto se domníváme, že někdy i časově krátká cesta na dlouhou vzdálenost může do života vnést změny. Příkladem může být dálkový pochod v limitu 24 hodin na vzdálenost 100 kilometrů. Otázkou je zda očekáváme něco zásadního či nikoliv, nakolik budeme vnímaví k putování a zda vůbec dorazíme do cíle cesty. Absolvování cesty, při které budeme vystaveni spíše neznámému, spolu s fyzickou i psychickou prověrkou odolnosti a tím vytržení z každodenní reality, nám může přinést prožitky negativní i pozitivní. Některé prožitky ve smyslu jisté autenticity a vnímání genia loci mohou následně ovlivnit naši budoucnost.

Rituály, jako například iniciační obřady u přírodních národů, které byly nezbytné, s sebou nesly vždy změnu. Aby se něco změnilo v pojetí Fénixovy přeměny, změna nemůže proběhnout na povrchu, ale podpovrchově, niterně a autenticky. Co je to ale autenticita? Jirásek (2005, 166) uvádí: „Autenticitu lidské existence můžeme vnímat rovněž jako smysluplnost našeho konání.“ Rituál tedy v pojetí hledání smyslu, či svého místa v existenci. Zmateni jsou asi lidé bez uchopení vlastní identity, kteří hledají své místo, aniž by cítili sebeuvědomění a sounáležitost. Rituály nejsou v naší společnosti dnes již obvyklé a požadované. Někdo by mohl v dnešní společnosti snadno považovat za rituál maturitní zkoušku. Halada (2013) instruktor kurzu pro muže Quo vadis? je názoru, že maturita, získání občanského průkazu, či první sexuální zkušenost rituálním přechodem není. Co tedy je rituálem v pravém slova smyslu? Eliade (2004) popisuje rituál přechodu z dětství k dospělosti, jako proces nezbytnosti střetu jedince s množstvím iniciačních zkoušek. Přijetí za odpovědného člena společnosti následuje jako uznání za absolvování těchto rituálů a zjevení, jež obsahují. Překonání předkládaných zkoušek odolnosti psychické i fyzické můžeme tedy považovat za základ iniciace rituálu. Rituály přechodu k dospělosti se netýkaly pouze chlapců, ale jak uvádí Eliade (tamtéž) také dívek. Rituálem může být šplhání na stromy, obřízka, tanec, lov, rituály válečnické či šamanské apod.. Z uvedeného můžeme odvodit, že iniciace rituálu napomáhá nejen k přijetí skupinou, ale také k sebepřijetí. Jedná se zde tedy také o sebepojetí a vlastní směřování. Chceme-li však někam směřovat musíme mít vizi a cíl, možnost následovat. Problém dnešní společnosti vystihuje Halada (2013, 68):

Není koho se zeptat, odkud si vypůjčit, abychom nepadli do tradice náboženské nebo kulturní. V církvích tuto roli zastává kněz, ale toho ponechme církvím. Není tu vážený stařešina, který by znal odpověď a návod a provedl nás tímto rituálem. Jak málo si dnes vážíme stařešinů. Nemají pro nás žádná tajemství, která by strážili a předávali dychtivým... Je to hledání záblesku pochopení a smíření, dotyk zdroje, dotyk věčnosti ve věčné pomíjivosti všeho.

Ve smyslu posvátna se dříve upíraly zraky nejen k uctívaným starším, ale také k božskému. Spjatost rituálu s religiózní podstatou nemusí být nutná. Za daleko důležitější považujeme zejména určitý sebe-přesah a průchod skrze setkání s neznámým, jemuž jsme nuceni čelit samostatně ve své ryzí podstatě. Rituál by měl být dostatečně silný na vytržení z každodennosti, zahalen tajemnem nebo přinejmenším vnímán jako práh na první pohled obtížný s posvátným puncem zdánlivé nedosažitelnosti. Dosažitelnost zde můžeme chápat v principu podmíněnosti určitou vyspělostí jedince ve smyslu osvojených znalostí a dovedností. Jedinec prostřednictvím rituálu může dosáhnout sebeuvědomění skrze

autentický prožitek. Za autentický prožitek můžeme například považovat utrpení. Dálkový pochod může být vnímán jako podstoupení jistého druhu utrpení ve smyslu přeneseného sebeobětování v duchu nějakého smyslu.

### 1.2.5 Poutník

V religiózním kontextu můžeme najít významného poutníka mezi mnoha světci, o kterých se zmiňuje například Bible. Tato křesťanská písemnost uvádí jména, mezi nimiž vybíráme svatého Pavla z Tarsu. Tento apoštol byl významnou osobností, která putovala mnohými místy na dalekých cestách. Svatý Pavel putoval stovky mil, nejdříve jako Saul z Tarsu a pronásledovatel prvních křesťanů a po obrácení na víru v Damašku, putoval zeměmi a vykonal mnoho misijních cest, aby šířil víru všem bez ohledu na národnost či vyznání. Budeme-li citovat Svatého Pavla z výše uvedené křesťanské knihy:

(...) třikrát jsem s lodí ztroskotal, noc a den jsem jako trosečník strávil na širém moři. Častokrát jsem byl na cestách - v nebezpečí na řekách, v nebezpečí od lupičů, v nebezpečí od vlastního lidu, v nebezpečí od pohanů, v nebezpečí ve městech, v nebezpečí v pustinách, v nebezpečí na moři, v nebezpečí mezi falešnými bratřími, v námaze do úpadu, často v bezesných nocích, o hladu a žizni, v častých postech, v zimě a bez oděvu (2 Kor. 11,25-27).

Poutník na své cestě čelil přírodním živlům, rozmarům počasí i nesnázím a nebezpečí od nepřátel. Mnohdy byl odkázán na pomoc jiných, nebo v pustinách pouze na své vlastní síly. Všeobecně je poutník chodec, plavil se však také na lodi při překonávání vod. Hrozilo nebezpečí utonutí, zardoušení divou zvěří v lesích. Zajímavou otázkou může být, jakým způsobem se poutník orientoval v terénu. Lze předpokládat, že v minulosti mnoho poutníků své doby cestovalo zejména po cestách, které nebyli spleť jako dnes a s největší pravděpodobností zaručovaly dojít do obydleného místa. Geografické termíny jako Palestina, či svatá země stejně jako například moře, byly nejspíš běžné, přestože obyčejní lidé nemuseli mít ponětí o přesné lokalizaci místa na mapě světa. Lze také usuzovat, že skutečnou mapu, byla-li taková vůbec k dispozici, běžní poutníci neměli a pro její finanční nedostupnost u sebe mohli mít spíše seznam míst, která se nacházejí na cestě k cíli. Z toho důvodu nejspíše šli „cestou, kudy se tam chodí“ (<http://www.ultreia.cz/svatojakubska-cesta/historie/putovani-poutnictvi-a-poutnici>).

### 1.3.6 Historie putování

Ohler (2002) popisuje, že poutnictví zažívalo největšího rozmachu a proslulosti zejména ve středověku a v období baroka, od těch dob se značně změnilo. Dříve se stávali poutníci snadnou kořistí potulných lapků a nejednou byli ohroženi i na životě.

Putování Evropou po poutních místech bylo z nemalé míry ovlivněno klimatem a vedle podnebí také rozmanitým členěním. Mnohá posvátná místa leží v blízkosti moře, jezera či splavných toků. Mírné klimatické podmínky a absence přírodních katastrof doslova přispívalo k cestování, ale samotné rozhodnutí poutníka vydat se na poutní cestu nestačilo, nebylo to vždy snadné. Poutník byl povinen získat od manželského partnera, později faráře či biskupa svolení. Bylo nezbytné vypořádat své dluhy, dosáhnout smíru s nepřáteli a u církve si vyprosit požehnání k putování. Poutě na východě od dnešní Evropy se od těch západoevropských odlišují. Vzhledem k složitěji dostupným místům a odlehlosti krajiny mají poutníkovy cesty méně turistický charakter nežli poutě západní. Dodnes stále, jako v dobách minulých, patří v křesťanské Evropě vedle jiných k těm nejvýznamnějším cílům poutníka v mariánského kultu Santiago de Compostela, Řím, Lurdy, a Jeruzalém. Muslimský poutník se v motlitbách obrací ve víře v islám směrem k Mekce. Jelikož alespoň jednou za život chce každý muslim navštívit centrum a poutní místo islámu a místo narození jejich proroka Mohammada, lze považovat každého muslima za poutníka, či alespoň za člověka s úmyslem vykonat pouť. Vedle Mekky také Medina je poutním místem, kde Mohammad zemřel. Poutníci ve víře v hinduismus navštěvují indické město Váranasi, pro buddhistické věřící je obdobným nejsvětějším místem Bódhgáji. (Ohler, 2002).

V dobách minulých obvyklý plášť z pytloviny a kápě, příznačná poutníková hůl, tykvovitá láhev vystřídal moderní prodyšný teplý oděv, spacák a lehký batoh. Snad žádný poutník dnes nevyjde bez fotoaparátu a základní výbavy lékárníčky spolu s dostatečnou finanční rezervou například na platební kartě. (Ohler, 2002) Dnes na počátku 21.století je součástí cestovatele, ať už jde o turistu, náboženského poutníka či nenábožensky orientovaného putujícího, mobilní telefon, který je již standardně vybaven fotoaparátem a zpravidla také GPS navigací a často také možností datového přenosu pro aktuální sdílení zážitků z cest. Ne každý však nutně preferuje kontakt s domovem během své cesty a jistě mnoho putujících vychutná onu odloučenost od běžně tráveného života.

## **2 CÍLE A METODIKA**

### **2.1 Cíle a úkoly**

#### **Hlavní cíl**

- Na základě (autentické) zkušenosti úspěšných absolventů dálkového pochodu zjistit, zda vnímají dálkový pochod jako nenáboženské putování (spirituálního charakteru), nebo turistiku.

#### **Dílčí cíle**

- Popsat základní znaky turistiky a dálkových pochodů.
- Popsat putování v nenáboženském pojetí.
- Zjistit zda úspěšní absolventi dálkového pochodu Špacír vnímali během dálkového pochodu intenzivní prožitky v přírodě.
- Zjistit, zda úspěšní absolventi dálkového pochodu Špacír vnímali během dálkového pochodu spiritualitu nenáboženského charakteru.
- Zjistit, podle předem určených kritérií, na dálkovém pochodu Špacír, co ovlivňuje rozlišování účastníků na dálkový pochod ve formě turistiky či putování.

#### **Výzkumné otázky**

- Vnímají úspěšní absolventi dálkového pochodu Špacír absolvovaný pochod jako formu turistiky nebo putování?
- Vnímali úspěšní absolventi dálkového pochodu Špacír během dálkového pochodu intenzivní prožitky v přírodě?
- Vnímali úspěšní absolventi dálkového pochodu Špacír během dálkového pochodu spiritualitu nenáboženského charakteru?
- Co ovlivňuje, podle předem určených kritérií na dálkovém pochodu Špacír, rozlišování účastníků na dálkový pochod ve formě turistiky či putování?

### **2.2 Metodika**

V teoretické části byly zmíněny informace o dálkovém pochodu Špacír spolu s daty o účastnících. Autor této práce se zúčastnil dálkového pochodu jako neregistrovaný účastník



s podporou dvou osob jako řidiče záchranného automobilu a zdravotníka. Autorova účast na dálkovém pochodu byla zvolena jako nezbytná osobní zkušenost pro vhled do problému. Rozhodnutí pro neregistraci vyšlo ze skutečnosti, aby nebyli touto skutečností nijak ovlivňováni účastníci akce. Samotný výzkum byl rozdělen do dvou fází. Poznatky autora z absolvované cesty jsou součástí druhé fáze výzkumu.

Po ukončení registrace dálkového pochodu, byli všichni registrovaní účastníci dálkového pochodu Špacír při zahájení akce seznámeni s informací, že v rámci pochodu bude probíhat výzkum. Informace obsahovala pouze sdělení, že výzkum je zaměřen na úspěšné účastníky, kteří absolvují celou trasu do 24 hodin.

V první fázi výzkumu bylo použito anketní šetření. Tato část výzkumu byla prováděna do 14 dnů od ukončení akce. Byli osloveni všichni úspěšní absolventi dálkového pochodu Špacír, kterým byly rozdány po absolvování pochodu informační letáčky s informací, že se mohou zúčastnit výzkumu. Instrukce obsahovala stručný popis obou fází výzkumu s podmínkami účasti. Na letáčku byla současně uvedena internetová adresa, kde mohli zájemci nalézt podrobnější informace o výzkumu a internetový odkaz na umístění ankety, kde mohli respondenti odpovídat anonymně online na otázky.

V anketním šetření, byly zjišťovány vedle základních údajů o věku, pohlaví a vzdělání zejména informace týkající se individuálních zkušeností účastníka dálkového pochodu Špacír. Ankety se zúčastnilo 44 účastníků pochodu z celkového množství 61 úspěšných absolventů. Respondenti byli dotazováni například na jejich vztah k chodeckým akcím a dálkovému pochodu, či na počet absolvovaných pochodů. Respondenti zodpovídali také na dotazy, které se týkali vlastních prožitků během absolvování dálkového pochodu a porovnání dálkového pochodu s nenáboženskou poutí a turistikou, či tématikou ve smyslu možnosti vnímání sebe-přesahu na absolvované cestě. Nasbíraná data byla seříděna, analyzována a vyhodnocována pomocí programu Microsoft office Excel. Ve stejném programu byly výsledky zahrnuty do tabulek a převedeny do podoby přehledných grafů.

Ve druhé fázi výzkumu bylo využito řízeného rozhovoru, kterého se zúčastnili 4 z úspěšných absolventů dálkového pochodu Špacír, kteří se zúčastnili první fáze výzkumu. Tato část výzkumu probíhala od dvou týdnů do 1 měsíce po ukončení akce. Podmínkou pro účast ve druhé fázi výzkumu, bylo úspěšné absolvování 3 a více pochodů nad padesát kilometrů. Respondenti, kteří uvedli úspěšné dokončení 3 a více pochodů na vzdálenost větší jak 50 kilometrů v průběhu první fáze výzkumu při vyplňování ankety, byli požádáni, zda mají zájem se zúčastnit řízeného rozhovoru. V případě kladné odpovědi byli požádáni o emailový kontakt pro možnost komunikace. Zadaná kritéria splňovalo celkem

26 respondentů. Se zájmem o účast v řízeném rozhovoru souhlasili všichni respondenti, kteří uvedli úspěšné absolvování 3 a více pochodů nad 50 kilometrů. Z účastníků splňující kritéria pro rozhovor byl výběr proveden losováním, aby nebyl ovlivněn výběr.

### **2.3 Charakteristika použitých metod**

Metody, které jsme použili při výzkumném šetření, můžeme rozdělit na metody se sběrem dat, metody zpracování získaných dat a dále na metody vyhodnocení a interpretaci zpracovaných dat. Při sběru dat jsme použili anketní šetření a rozhovor. Získaná data byla zpracována pomocí tabulkového editoru Microsoft office Excel a dále vyhodnocena.

Lze rozlišit mezi dvěma přístupy vědy:

- statické, které uvažuje o vědě jako celku faktů, který je současným stavem vědění s doplňováním o nové.
- dynamické, které považuje vědu za působení, které vykonávají vědci, přístup heretický (poznávací)

(Jeřábek, 1992)

#### **Metoda anketního šetření**

Metoda výzkumného šetření dotazováním je založena na pokládání otázek v písemné formě respondentům, kteří na zadané otázky písemně odpovídají dle svého rozhodnutí. Výzkumným nástrojem této metody je standardizovaný dotazník nebo anketní dotazník, který slouží ke sběru dat (Punch, 2008). Tento nástroj je poměrně rozšířený, z toho důvodu, že je zpravidla práce s ním většině respondentům známa, což usnadňuje nezbytnost seznámení respondentů s výzkumným nástrojem. Tento nástroj obsahuje otázky s variantami odpovědi či prostorem pro vlastní odpověď (Jandourek, 2003). Ke sběru dat byl použit vlastní výzkumný nástroj, anketní dotazník v elektronické podobě, pro snadné zpracování získaných dat, sestavený na základě nastavených cílů výzkumného šetření. V anketním dotazníku jsou obsaženy uzavřené otázky. Punch (2008) uvádí, že uzavřenými otázkami se rozumí takové, na které respondenti mohou odpovědět výhradně s použitím přednastavených odpovědí. Tento typ otázek se považuje za takové, které se lépe vyhodnocují, avšak je u nich riziko, že nabízené odpovědi nemusejí vystihovat zkoumanou skutečnost, či její část. Mezi otevřené otázky řadíme takové, které poskytují respondentům možnost se volně k položené otázce vyjádřit a riziko popsané u uzavřených otázek zde nehrozí. Nevýhodou může být obtížnější

způsob vyhodnocení otevřených otázek. Jejich použití může být omezeno vyjadřovacími schopnostmi respondentů.

### **Metoda rozhovoru**

Základ metody rozhovoru (interview), je značně podobná dotazníkovému šetření. Podstatou je kladení dotazů respondentovi, ne však písemnou formou, ale osobně. Během rozhovoru se pořizuje záznam. Forem rozhovorů je více druhů. Ve druhé fázi výzkumu byl vybrán jako výzkumný nástroj řízený rozhovor s pevně stanovenými otázkami a v daném pořadí otázek. Kane (1985) v tomto případě hovoří o standardizovaném rozhovoru, jako o formě interview, které je nejvíce formalizováno. Všem respondentům jsou kladeny shodné otázky v pevně daném stejném pořadí a je požadována shodná informace.

### **Pozorování**

Jak uvádí Jeřábek (1992) pozorování se užívá ke zkoumání jevů přímo dosažitelných smyslovému vnímání. Tyto sledované jevy se dějí bez zásahu výzkumníka během pozorování. Rozlišujeme pozorování skryté a zjevné a dále zúčastněné a nezúčastněné. Pozorování je vhodné využít, jestliže máme snahu o porozumění chování určité výjimečné skupiny, o vysvětlení současného zásadního sociálního fenoménu.

Dálkový pochod Špacír je z pohledu běžného trávení volného času či pohybu v přírodě neobyčejná akce. Autor byl pozorovatelem zejména vlastních pocitů a prožitků, což považoval za nezbytné pro uchopení problému a možnosti posouzení celého spektra situací a stavů, které se vyskytují v průběhu cesty dálkového pochodu Špacír. Toho by bez účasti na akci nebyl pravděpodobně nikdy schopen.

### **Postup výzkumného šetření**

Stěžejní fází výzkumného šetření byla přípravná část, kdy bylo nezbytné vytýčit cíle, výzkumné otázky, nastudovat zkoumanou problematiku, formulovat otázky pro anketu i řízený rozhovor a navázat spolupráci s organizátory akce. Organizátoři dálkového pochodu uvítali možnost provádět výzkumné šetření v rámci dálkového pochodu Špacír. Jako nejobtížnější se ukázala formulace otázek ankety a řízeného rozhovoru. Značně náročná byla také fyzická příprava na absolvování dálkového pochodu, která trvala 6 měsíců. Naopak seznámení respondentů s problematikou nenáboženského pojetí putování, charakteristiky nenáboženské spirituality a posvátna, které je náboženského charakteru, nebylo obtížným úkolem. Jak se ukázalo, organizátoři akce i respondenti jsou skupinou, která má k pojmům

i tématu blízko. Anketní šetření bylo prováděno prostřednictvím internetu elektronicky. Řízené rozhovory byly prováděny na různých místech v závislosti na možnostech respondentů. Rozhovoru byly přítomni vždy pouze 3 osoby. Autor práce jako tazatel, jeden respondent a zapisovatelka, která převáděla rozhovor na místě do písemné podoby pomocí notebooku.

### **Předvýzkum**

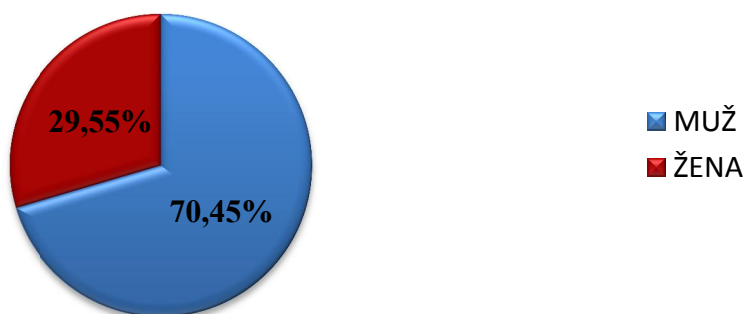
Nezbytně proběhl předvýzkum s cílem vybrat, roztrždit, vyhodnotit a následně zvolit otázky do anketního šetření a pro řízený rozhovor. Vybrané otázky byly položené čtyřem organizátorům akce, kteří se sami již vícekrát zúčastnili dálkového pochodu Špacír. Konzultace byly prováděny telefonicky, elektronickou poštou i osobně v závislosti na časových možnostech organizátorů. V závěru byly otázky upraveny do konečné podoby s přihlédnutím k doporučení organizátorů akce, kteří sami projeví o výzkum jimi pořádané akce zájem.

### **Profil respondentů**

#### **1. fáze výzkumu**

Respondenty byli účastníci dálkového pochodu Špacír, kteří absolvovali trasu 100 km v limitu do 24 hodin, a kteří se zúčastnili anketního šetření. Celkový počet respondentů 1. fáze byl 44 z tohoto počtu 31 mužů a 13 žen.

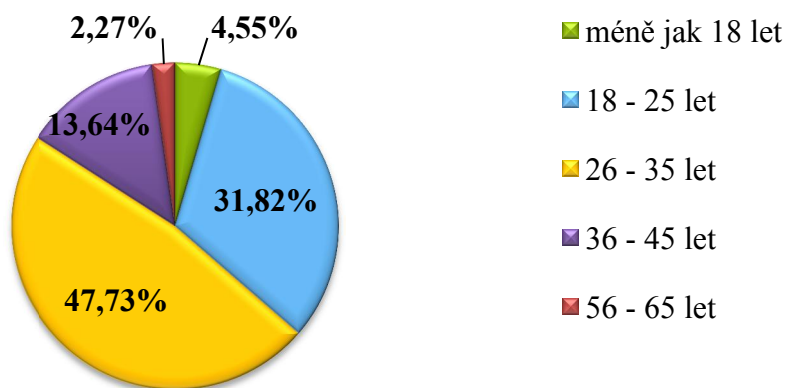
**Pohlaví repondentů**



Graf 2. Rozlišení respondentů podle pohlaví

Mezi respondenty byla nejpočetněji zastoupena věková kategorie 26–35 let. Jeden účastník byl ve věku 56–65 let a 2 ve věku méně jak 18 let. Mezi respondenty bylo nejvíce vysokoškoláků a to v celkovém počtu 29 účastníků (65,91%).

**Věk respondentů při absolvování pochodu**



Graf 3. Rozlišení respondentů podle věku

## 2. fáze výzkumu

Ve druhé fázi výzkumu byli losováním vybráni 4 z 26 respondentů. Z důvodu anonymity byla jména účastníků rozhovoru pozměněna a v rozhovoru jsou uváděna jako Petr M., Hana K., Jan P., Eva N.. Z uvedeného vyplývá, že se rozhovoru zúčastnili dva muži a dvě ženy, což nebylo záměrem. Dva z respondentů si nepřáli uvádět svůj věk, proto jsme tuto hodnotu vynechali u všech respondentů.

**Petr M.** je muž, který se aktivně věnuje běhání a absolvoval úspěšně již několik triatlonových akcí (Moraviaman). Rád absolvuje delší trasy pěšky zejména v kopcích a na horách. Dálkový pochod na vzdálenost 100 kilometrů v limitu 24 hodin již v minulosti absolvoval formou běhu. Špacír byl prvním dálkovým pochodem, který absolvoval chůzí.

**Hana K.** je žena, která věnuje svůj volný čas procházkám a také turistice v přírodě, kde pobývá velmi ráda. Věnuje se rekreačně běhu na kratší vzdálenosti a absolvovala první dálkový pochod na 100 km za 24 hodin.

**Jan P.** je muž, který rád chodí delší trasy sám, aby se odpoutal od každodennosti. Zkoumaný pochod absolvoval úspěšně chůzí, jako druhou dálkovou akci v pořadí v této vzdálenosti a časovém limitu.

**Eva N.** je žena, která se ráda věnuje pěší turistice a již vícekrát absolvovala pochod do 65 kilometrů během dne. Dálkový pochod v limitu 100 kilometrů za 24 hodin absolvovala poprvé.

Považujeme za korektní zmínit v tomto pojetí také informace o autorovi, který absolvoval první dálkový pochod na 100 km za 24 hodin. Ačkoliv dříve se věnoval pěší turistice na tratích do 20 kilometrů, v posledních deseti letech se nevěnoval pěší turistice ani putování na delší trasy. Z toho důvodu, kdy se rozhodl absolvovat dálkový pochod Špacír v rámci výzkumu, bylo nezbytné absolvovat v přípravné fázi postupně také delší trasy nad 50 km.

### **Výzkumná laboratoř**

Dálkový pochod Špacír se koná každoročně od roku 1999 a trasa dálkového pochodu je situována na území kopcovitého terénu Beskyd. Ucelená trasa Špacíru je okruhem a je zakomponována do turistické mapy Klubu českých turistů č. 95: Javorníky – západ. Trasa byla roku 2015 po směru běhu hodinových ručiček:

Vsetín – Vsacký Cáb – Tanečnice – Soláň – Vysoká – Třeštík – Makovský průsmyk – Velký Javorník – Kohútka – Makyta – Filka – Vsetín. Tato trasa se počínaje XVI. ročníkem bude opakovat každým lichým rokem. V roky sudé, trasu Špacíru účastníci absolvují proti směru běhu hodinových ručiček.

- Počáteční a koncová nadmořská výška: 342 m n. m.
- Maximální nadmořská výška: 1 071 m n. m. (Velký Javorník)
- Převýšení: +/- 3 663 m

V souvislosti s vedením trasy, která je pevně daná, za zmínku stojí také skutečnost, že ročníky pětileté výroční (2019, 2024, 2029 atd.) mají vždy záměrně trasu vedenou jinými místy. (<http://naspacir.eu/o-spaciru/trasa/>)

### **Limity práce**

Zdá se být přínosným zhodnotit limity práce kritickým pohledem. Jelikož jsme si byli vědomi nízkého počtu možných respondentů vzhledem k náročnosti akce, z toho důvodu jsme zvolili kombinaci kvantitativního výzkumu se sběrem daných dat, která mohou být dále prohloubena a upřesněna kvalitativně pomocí strukturovaného rozhovoru. Tato snaha o podepření výzkumu oběma metodami byla zvolena, aby bylo možno vytěžit z výzkumu malého počtu respondentů co nejvíce. Výzkumné otázky byly zvoleny uzavřené, z důvodu,

kdy jsme chtěli získat odpověď jednoznačnou. Toto nyní spatřujeme jako ne zcela bez rizika. V případě tohoto výzkumu se nejedná se o reprezentativnost dat, kterou by bylo možno vztáhnout například na populaci ČR.

Uzavřené otázky zvolené u anketního šetření mohou být nevýhodou, neboť eventuální přidání možnosti vlastní odpovědi by rozšířilo či zpřesnilo získaná data. Tento možný nedostatek, je pak do jisté míry kompenzován ve druhé části výzkumu.

Určitou nevýhodou rozhovoru je jeho časová náročnost i možnost nesprávné interpretace odpovědí respondentů. Aby byl rozhovor co nejméně časově náročný, co možná nejlépe zaznamenateľný i vyhodnotiteľný zvolili jsme otázky s pevně daným pořadím. Tento způsob přispívá k přehlednosti, avšak omezuje respondenta v projevu, ubírá prostor k vyjádření vlastních názorů. Současně neumožňuje zajít více do hloubky a některé z odpovědí dále upřesňovat během rozhovoru. Byli jsme si vědomi rizika, že pokud bychom zvolili nestrukturovaný rozhovor, volby otázek a směřování témat v průběhu rozhovoru, by mohly být zaujaté vzhledem k vlastní zkušenosti autora a jeho subjektivních dojmů z pochodu. Tím by hrozilo ovlivnění respondentů. Z důvodu menší časové náročnosti byl strukturovaný rozhovor na místě doslovně zapsán zúčastněnou zapisovatelkou (subjektivně může být zapisovatelkou odpověď respondentů gramaticky mírně upravena při přepisu mluveného slova do elektronické podoby).

V případě kvalitativního výzkumu je kladen menší akcent na testování a ověřování hypotéz, naopak s větším důrazem je zaměřen na deskripci a zjištění. Názory jsou více zpochybnitelné a lze s nimi snáze manipulovat (Rudestam & Newton, 1992). Hendl (2005) uvádí, že nevýhodou kvalitativního výzkumu je riziko, že respondent nesprávně porozumí otázkám a výsledky mohou být souhrnem subjektivních dojmů výzkumníka. I přes tyto obtíže teorie zaměřené na významy nabízejí bohatou odměnu ve vysvětlení a porozumění (Ezzy, 2002). Vzhledem k uvedenému je třeba mít na zřeteli, abychom se snažili vyhnout možnému zkreslení subjektivní zkušenosti a dokázali nahlížet na zkoumané s odstupem.

Za velký přínos považujeme účast autora na dálkovém pochodu Špacír, což autorovi přispělo k možnosti celkového uchopení problému v jeho podstatě. Současně před samotným rozhovorem se tato skutečnost z pocitu „být na jedné lodi“, ukázala stěžejní při navazování komunikace a rozvolňování napětí s respondenty.

Zejména se nám jedná o porozumění problému, ačkoliv je problém jistě složitější a k probádání do větší šířky bude zapotřebí dalších výzkumů. Z toho důvodu je vhodné mít povědomí o možných limitech výzkumu.

### 3 VÝSLEDKY

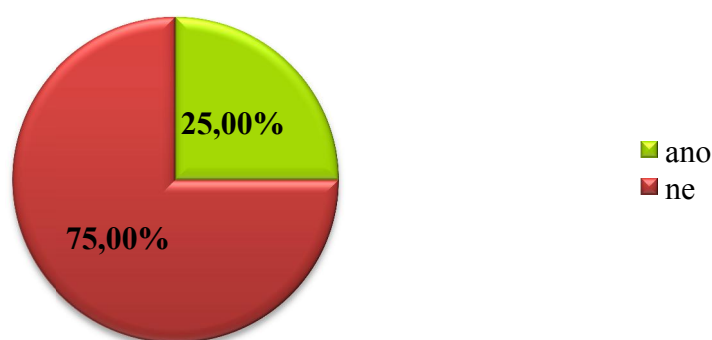
#### 3.1 Anketní šetření

V rámci diplomové práce bylo provedeno anketní šetření, kterého se zúčastnilo celkem 44 účastníků (72,13%) dálkového pochodu Špacír z celkového počtu 61 účastníků, kteří dálkový pochod úspěšně dokončili. Všichni účastníci dálkového pochodu Špacír byli při zahájení akce požádáni, aby v případě úspěšného dokončení pochodu do následujících 14 dnů vyplnili anketu umístěnou pod online odkazem na internetové stránce [www.naspacir.eu](http://www.naspacir.eu).

Respondenti byli také dotazováni na informace obecného významu k tématice dálkových pochodů. Ačkoliv by se toto mohlo jevit jako odklon od tématu, považujeme za přínosný sběr informací, které charakterizují profil skupiny respondentů z řady úspěšných absolventů DP Špacír, zejména s přihlédnutím k dalšímu možnému užití poznatků.

První sekce otázek byla zaměřena na účast v dálkových pochodech. Tímto jsme se snažili o sběr informací o respondentech, jako skupině jedinců, kteří se odlišují od běžné populace svým rozhodnutím absolvovat velmi náročnou pohybovou aktivitu v přírodě.

#### Absolvujete dálkový pochod Špacír poprvé?



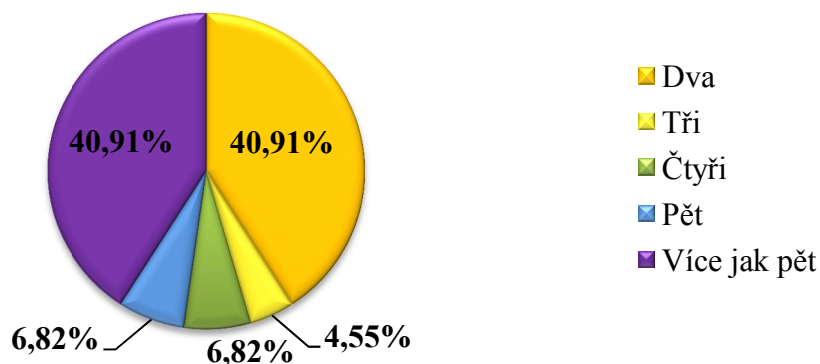
Graf 4. otázka č. 1.a Absolvujete dálkový pochod Špacír poprvé?

První otázka označená 1.a „Absolvujete dálkový pochod Špacír poprvé?“ obsahovala výběr pouze ze dvou možností „Ano“ a „Ne“. Širší škálu odpovědí jsme vyloučili z důvodu jasně dané tematiky. Celkem 33 respondentů uvedlo zápornou odpověď, pouze 11 dotázaných uvedlo, že absolvovali tento dálkový pochod poprvé. Z toho vyplývá, že většina respondentů má již s dálkovým pochodem Špacír zkušenost a k této náročné pohybové aktivitě se vrací.



Je zajímavým zjištěním, že dálkový pochod Špacír má své věrné příznivce, kteří si oblíbili právě tuto nikde nemedializovanou akci. Domníváme se, že tuto skutečnost je možné připisovat založení výhradně nesoutěžního charakteru akce.

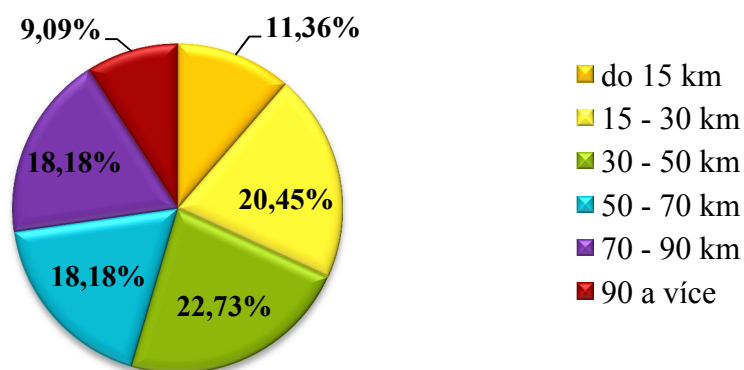
### Kolik jste absolvoval dálkových pochodů? (nad 50km)



Graf 5. otázka č. 1.b Kolik jste absolvoval dálkových pochodů?

Ve druhé otázce označené 1.b „Kolik jste absolvoval dálkových pochodu? (nad 50 km) byly vyrovnané odpovědi téměř 41% respondentů (18), v obou krajních odpovědích, jak vyplývá z grafického vyobrazení (graf 5.). Celkový počet respondentů, kteří absolvovali tři a více pochodů, a spadali do skupiny, z níž bylo losováno pro druhou fázi výzkumu, bylo 26. Můžeme zde pouze spekulovat o možné přípravě, která předchází absolvování samotného pochodu, neboť otázka na přípravu v anketě chybí.

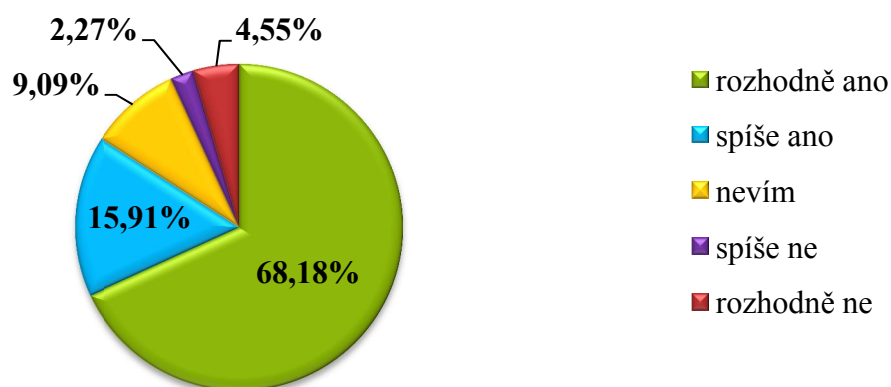
### Jak dlouhý je obvykle Váš pochod?



Graf 6. otázka č. 1.c Jak dlouhý je obvykle pochod, který absolvujete během jednoho dne?

Otázku 1.c s názvem „Jak dlouhý je obvykle pochod, který absolvujete během jednoho dne?“ je patrné relativně rovnoměrné rozložení odpovědí. Čtyři z respondentů odpověděli, že obvyklý pochod, který absolvují během dne je v délce 90 a více kilometrů, což považujeme za neobvyklé. U odpovědí bychom předpokládali spíše větší počet účastníků, kteří absolvují středně dlouhé pochody.

### Vnímali jste dálkový pochod Špacír jako výzvu?



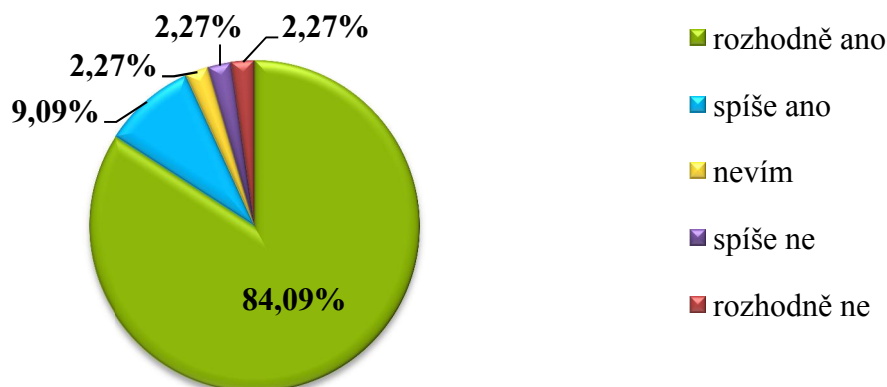
Graf 7. otázka č. 1.d Vnímali jste dálkový pochod Špacír jako výzvu?

Poslední z první sekce otázek zjišťuje nepřímou motivaci. Motivace samotná není předmětem tohoto výzkumu, zmiňována je pouze ve spojitosti s překonáváním překážek. V této souvislosti je chápána i nyní, neboť dálkový pochod Špacír vyžaduje vzhledem k velmi náročnému pojetí akce značnou míru motivaci již v přípravné fázi.

Na otázku 1.d „Vnímali jste dálkový pochod Špacír jako výzvu?“ zodpovídalo 44 respondentů a 30 se vyjádřilo odpovědí „rozhodně ano“ a 7 dotázaných označilo odpověď „spíše ano“. Stejný počet dotázaných nepovažuje tuto akci za výzvu. Není zřejmě překvapivým zjištěním, že 37 (84%) z celkového počtu respondentů vnímá dálkový pochod Špacír jako výzvu.

Ve druhé sekci jsme se dotazovali na osobní prožitky, pocity a vztah k spiritualitě a transcenci. V této sekci jsou dotazy související také s duševní očistou a otázky směřující k duševnímu rozvoji. Tyto otázky jsme do ankety zařadili z toho důvodu, neboť se domníváme, že s prožitkem transcence souvisí určitá možná změna v osobnosti člověka, kterou je možno, jak se domníváme, zažít při nenábožensky laděném putování. Čím hlubší prožitky sebe-přesahu nastanou, k tím vyšší změně může dojít.

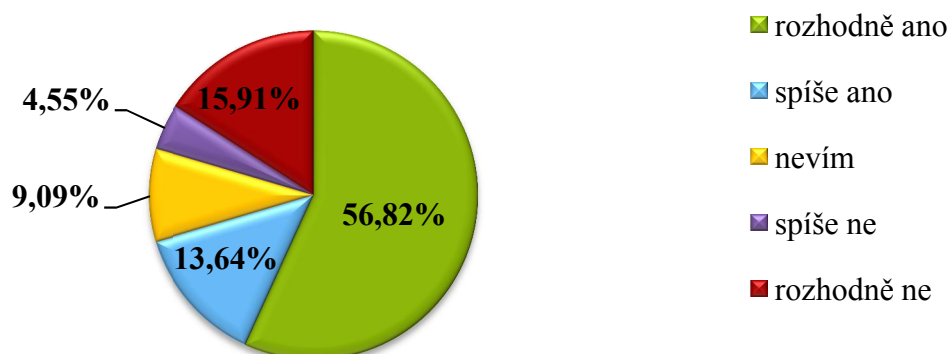
**Byl pro Vás dálkový pochod příležitostí k odpoutání se od každodenního života ?**



Graf 8. otázka č. 2.a Byl pro Vás dálkový pochod Špacír příležitostí k odpoutání se od každodenního života?

První z druhé sekce je otázka označená 2.a "Byl pro Vás dálkový pochod Špacír příležitostí k odpoutání se od každodenního života?" Na položenou otázku odpovědělo z celkového počtu 44 respondentů přes 90% dotázaných některou z kladných odpovědí. Můžeme konstatovat, že odpovědi respondentů jednoznačně vypovídají o faktu, že absolvování dálkového pochodu Špacír je u převážné většiny účastníků příležitostí k odpoutání se od stresujícího balastu každodennosti.

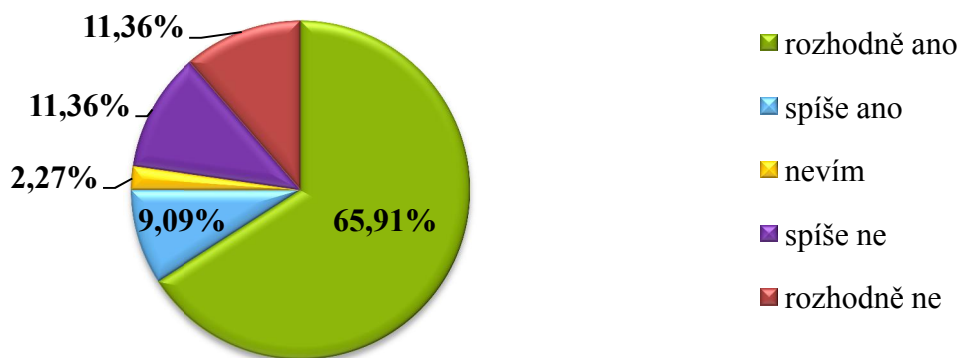
**Považujete zkušenost z dálkového pochodu Špacír jako možnost osobního duchovního rozvoje?**



Graf 9. otázka č. 2.b Považujete zkušenost z dálkového pochodu Špacír jako možnost osobního duchovního rozvoje?

V souvislosti s již zmíněným o osobním rozvoji následuje otázka 2.b s názvem „Považujete zkušenost z dálkového pochodu Špacír jako možnost osobního duchovního rozvoje?“ Duchovním jsme zde neměli na mysli cokoliv spojeného s náboženstvím. Jak vypovídá z grafického vyobrazení (graf 9.) zde již není odpověď respondentů tak jednoznačná jako v případě otázky předešlé. Ze 44 respondentů, kteří odpovídali na otázku, jich 7 označilo rozhodný nesouhlas, dva respondenti spíše nesouhlasí. Nejednoznačně se vyslovili využitím odpovědi „nevím“ čtyři dotázaní. Navzdory tomu přibližně 70% respondentů považuje zkušenost z absolvování dálkového pochodu Špacír za možnost osobního duchovního rozvoje. Přesně se jedná o 25 odpovědí „rozhodne ano“ a 6 odpovědí respondentů „spíše ano“.

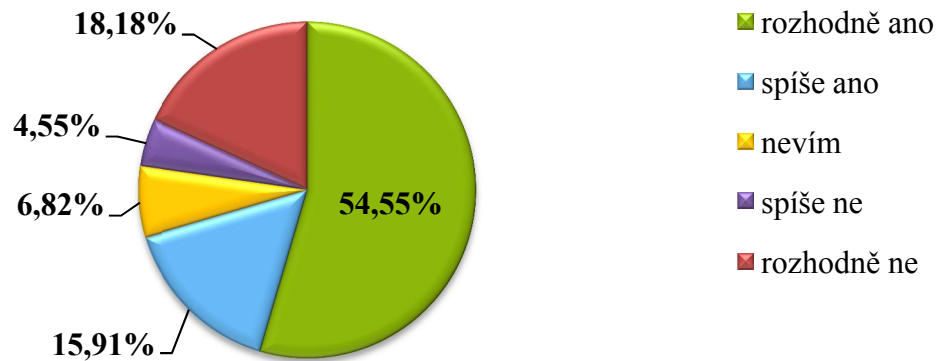
#### Vnímáte absolvovaný pochod také ve smyslu duševní očisty?



Graf 10. otázka č. 2.c Vnímáte absolvovaný pochod také ve smyslu duševní očisty?

Třetí otázka druhé sekce označená 2.c, je nazvána „Vnímáte absolvovaný pochod Špacír také ve smyslu duševní očisty?“. Ačkoliv jsme zamýšleli tuto otázku vynechat, byla zvolena po předvýzkumu a konzultaci s organizátory akce jako navazující na otázku 2.a.. Jak ukázalo vyhodnocení, ve smyslu duševní očisty vnímalo z celkového počtu respondentů dálkový pochod Špacír 29, kteří se vyslovili odpovědí „rozhodně ano“ a další 4 označili odpověď „spíše ano“. Shodný počet respondentů (5) se v obou případech vyjádřil k otázce záporně s odpovědí „spíše ne“ a „rozhodně ne“. Jeden respondent využil nejednoznačné varianty, když odpověděl „nevím“. Dálkový pochod Špacír je dle výsledků pro většinu účastníků duševní očistou, což doplňuje již získaný výsledek u otázky 2.a, která se vztahovala k odpoutání se od každodennosti.

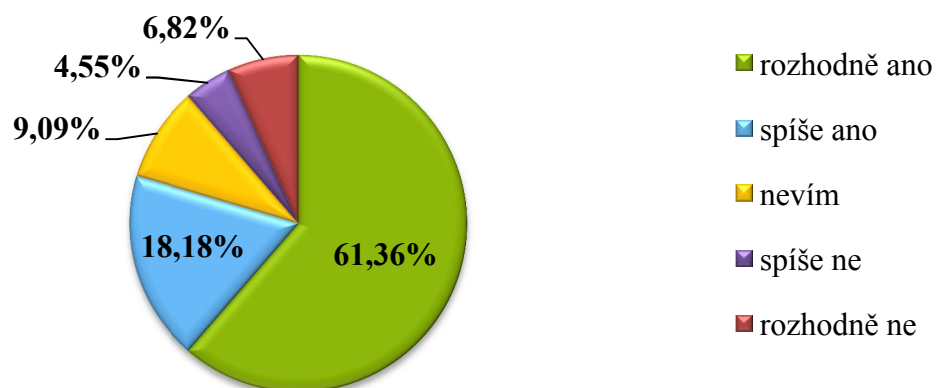
**Vnímáte absolvovaný pochod také ve smyslu nenáboženské spirituality?**



Graf 11. otázka č. 2.d Vnímáte absolvovaný pochod také ve smyslu nenáboženské spirituality?

V grafickém vyobrazení (graf 11.) je znázorněno vyhodnocení otázky 2.e „Vnímáte absolvovaný pochod také ve smyslu nenáboženské spirituality? Z vyhodnocených údajů vyplývá, že kladně se k otázce vyjádřilo 31 respondentů v procentním vyjádření přesahující 70% a nadpoloviční většina dotázaných uvedla odpověď „rozhodně ano“. Necelá čtvrtina (10) respondentů označilo záporné varianty odpovědí, z toho 8 se vyjádřilo zcela záporně. Výsledkem je zřejmý většinový podíl účastníků, kteří vnímají dálkový pochod ve smyslu spirituality.

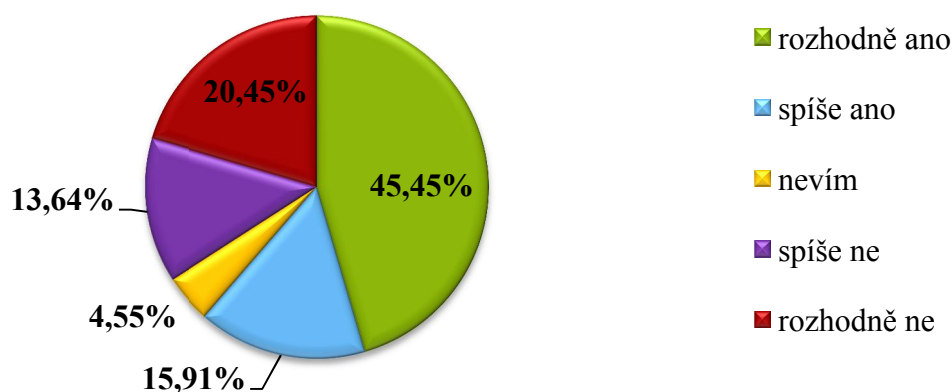
**Vnímáte začátek nového dne a východ slunce, jako spirituální prožitek?**



Graf 12. otázka č. 2.e Vnímáte začátek nového dne a východ slunce, jako spirituální prožitek?

Otázka 2.e rozšiřuje předešlou otázku ve vnímání nenáboženské spirituality o konkrétní situaci, kterou je příchod nového dne a východ slunce. Celkem 35 respondentů využilo některou z kladných odpovědí na otázku „Vnímali/a jste začátek nového dne a východ slunce, jako spirituální prožitek?“ a 27 se vyjádřilo zcela kladně. Východ slunce a rozednění nevnímali jako spirituální prožitek se zcela zápornou odpovědí „rozhodně ne“ 3 respondenti a 2 označili odpověď „spíše ne“. Čtyři respondenti se nerozhodli pro žádnou z krajních variant a využili odpovědi „nevím“. Z výsledků vyhodnocení otázky 2.e vyplývá, že téměř 80% respondentů vnímalo východ slunce a přicházející den v průběhu absolvování dálkového pochodu Špacír, jako spirituální prožitek. Samotná situace východu slunce je do jisté míry něčím skutečně neobvyklým a v závislosti na momentálním naladění jedince může být silným osobním prožitkem.

**Máte pocit, že díky absolvování cesty jste si více uvědomil existenci něčeho co Vás přesahuje? (příroda, vesmír...)**



Graf 13. otázka č. 2.f Máte pocit, že díky absolvování cesty jste si více uvědomil existenci něčeho co Vás přesahuje? (příroda, vesmír...)

U otázky 2.f byly respondenti dotazováni na pocity transcendence v průběhu cesty. Na otázku „Máte pocit, že díky absolvování cesty jste si více uvědomil existenci něčeho, co Vás přesahuje? (příroda, vesmír...)“ odpověděla záporně plná třetina (15) respondentů z celkového počtu 44, kteří zodpovídali otázku. Odpovědi „nevím“ se vyslovili k otázce dva respondenti. I přesto se však dle výsledků vyjádřilo přes 61% respondentů (27) kladně, že si uvědomili během pochodu existenci transcendentna.

Následující sada otázek předkládá respondentům možná kritéria, na základě kterých mohou, jako účastníci dálkového pochodu Špacír rozlišovat absolvovanou akci, jako formu

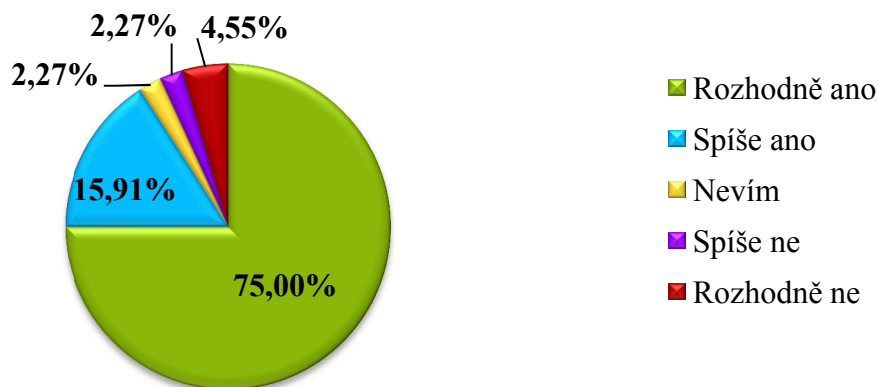
turistiky nebo putování. Jedná se o rozlišení kritérií, které se mohou vyskytovat u dálkových pochodů a současně se mohou vztahovat k oblasti turistiky nebo nenáboženského putování. Stejně otázky se vždy vyskytují ve dvou variantách v jednom případě pro oblast putování, ve druhém pro oblast turistiky.

Respondenti měli u následujících otázek rozlišit, která vybraná kritéria podle jejich názoru, jsou obsažena či přináleží k formě turistiky nebo putování v případě, že je vztáhnou na absolvovaný dálkový pochod. Respondenti byli požádáni, aby na základě předložených témat otázek vybrali jednu z odpovědí, která odpovídá jejich názoru.

První dvě otázky této sekce se zaměřují na prožitky a vnímání respondentů, následují dvě otázky směřované na psychickou a fyzickou náročnost a poslední dvě otázky se vztahují k organizačním aspektům akcí. Otázky byly položeny následovně:

- 3.a Myslíte si, že přítomnost prožitků ve smyslu transcendence (sebe-přesahu) lze očekávat při putování?
- 3.b Myslíte si, že přítomnost prožitků ve smyslu transcendence (sebe-přesahu) lze očekávat při turistice?
- 3.c Myslíte si, že intenzivní vnímání nenáboženské spirituality lze očekávat při putování?
- 3.d Myslíte si, že intenzivní vnímání nenáboženské spirituality lze očekávat při turistice?
- 3.e Myslíte si, že lze očekávat psychickou náročnost a zkoušku vůle při putování?
- 3.f Myslíte si, že lze očekávat psychickou náročnost a zkoušku vůle při turistice?
- 3.g Myslíte si, že lze očekávat fyzickou náročnost na cestě a namáhavost chůze při putování?
- 3.h Myslíte si, že lze očekávat fyzickou náročnost na cestě a namáhavost chůze při turistice?
- 3.i Předpokládáte absenci kontrolních stanovišť na trase v případě putování?
- 3.j Předpokládáte absenci kontrolních stanovišť na trase v případě turistiky?
- 3.k Předpokládáte absenci měření času a sledování pořadí v cíli v případě putování?
- 3.l Předpokládáte absenci měření času a sledování pořadí v cíli v případě turistiky?

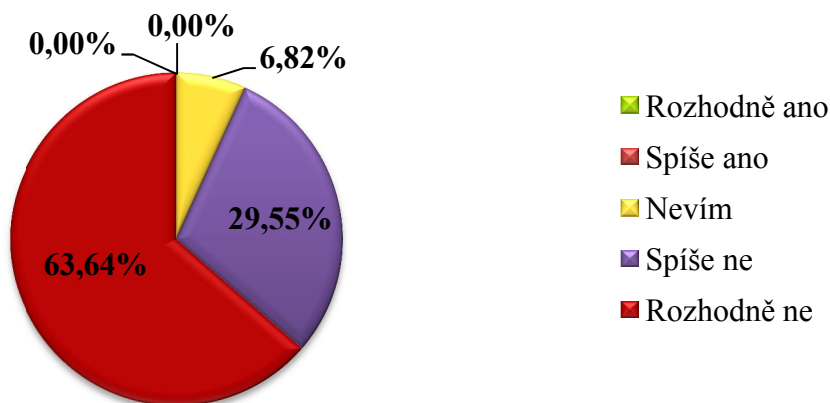
**Myslíte si, že přítomnost prožitků ve smyslu transcendence (sebe-přesahu) lze očekávat při putování?**



Graf 14. otázka č. 3.a Myslíte si, že přítomnost prožitků ve smyslu transcendence (sebe-přesahu) lze očekávat při putování?

První otázka ve třetí sekci nese název „Myslíte si, že přítomnost prožitků ve smyslu transcendence (sebe-přesahu) lze očekávat při putování?“ a vztahuje se k formě nenáboženského putování. Odpověď tří čtvrtin respondentů (33) zněla „rozhodně ano“, 7 dotázaných se vyjádřilo „spíše ano“. Pouze 2 respondenti označili odpověď „rozhodně ne“ a obě zbývající možnosti odpovědí označil shodně v obou případech pouze jeden respondent. Výsledkem je zjištění, že výrazně převažuje s více jak 90% podílem názor respondentů, kteří očekávají přítomnost prožitků ve smyslu transcendence u dálkového pochodu ve formě putování.

**Myslíte si, že přítomnost prožitků ve smyslu transcendence (sebe-přesahu) lze očekávat při turistice?**

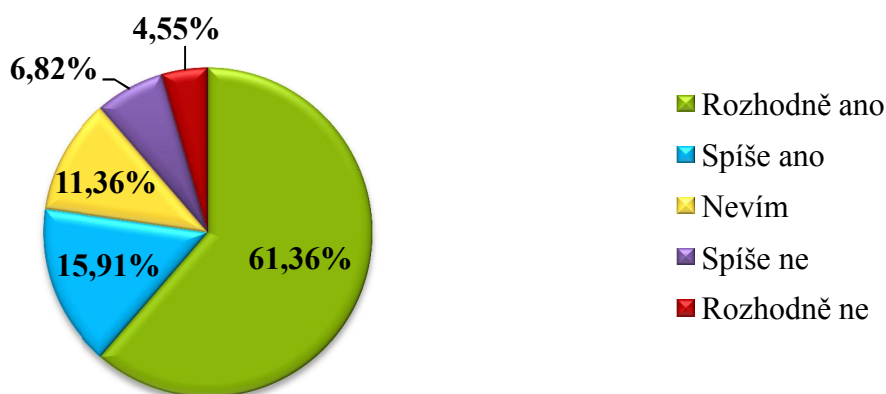


Graf 15. otázka č. 3.b Myslíte si, že přítomnost prožitků ve smyslu transcendence (sebe-přesahu) lze očekávat při turistice?



Ještě výraznější převaha odpovědí jedním směrem, než v předešlém případě, vyplynula z výsledků stejného tématu otázky, avšak zaměřeného na dálkový pochod jako formu turistiky. Zde se respondenti vyslovili „rozhodně ne“, či „spíše ne“ v součtu (41) s podílem přes 93% s očekáváním nepřítomnosti transcendentních prožitků v případě formy turistiky pojatého dálkového pochodu. Zbývající tři respondenti využili odpověď „nevím“ a obě kladné odpovědi neoznačil žádný z respondentů, což je v celé anketě ojedinělý případ. Zjištěné výsledky lze interpretovat také tak, že mezi respondenty dominuje názor, že u dálkových pochodů vnímaných ve formě turistiky nejsou přítomny prožitky ve smyslu transcendence.

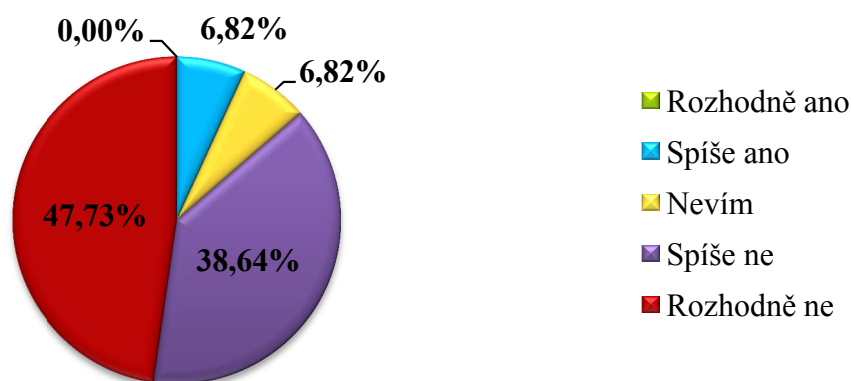
**Myslíte si, že intenzivní vnímání nenáboženské spirituality lze očekávat při putování?**



Graf 16. otázka č. 3.c Myslíte si, že intenzivní vnímání nenáboženské spirituality lze očekávat při putování?

V případě otázky 3.c nazvané „Myslíte si, že intenzivní vnímání nenáboženské spirituality lze očekávat při putování?“ rozhodovali respondenti nejprve ve vztahu k putování. Odpověď „rozhodně ano“ označilo 27 z celkového počtu 44 respondentů a „spíše ano“ 7 respondentů. V součtu odpovědí, je zjevný více jak tři čtvrtinový podíl dotázaných, kteří předpokládají přítomnost intenzivního vnímání nenáboženské spirituality u dálkového pochodu, pokud je ve formě putování. U záporných variant odpovědí označili 2 respondenti „rozhodně ano“ a 3 odpověděli „spíše ano“. U této otázky byl největší počet dotázaných v celé anketě, kteří označili odpověď „nevím“, a i přesto, že se jednalo pouze o 5 respondentů, stojí tato skutečnost za zmínku. Dle odpovědí respondentů lze konstatovat, že většina dotázaných je názoru, že při dálkovém pochodu ve formě putování je přítomno intenzivní vnímání nenáboženské spirituality.

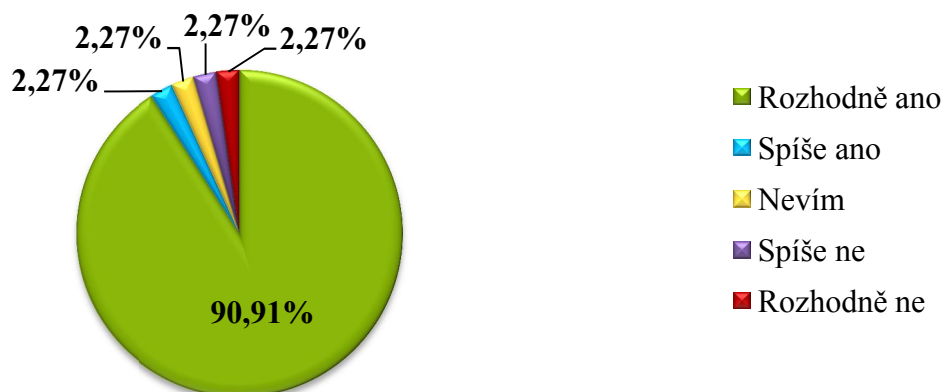
**Myslíte si, že intenzivní vnímání nenáboženské spirituality lze očekávat při turistice?**



Graf 17. otázka č. 3.d Myslíte si, že intenzivní vnímání nenáboženské spirituality lze očekávat při turistice?

U otázka 3.d, se shodným zněním, jako u otázky předešlé, která je zaměřena v tomto případě na turistiku, zaujme na grafickém znázornění (graf 17.) fakt, že žádný z respondentů neoznačil odpověď „rozhodně ano“. Odpověď „nevím“ využili 3 z dotázaných a taktéž 3 krát byla respondenty označena odpověď „spíše ano“. Významným podílem jsou zastoupeny záporné odpovědi „spíše ne“, kterou označilo 17 respondentů a „rozhodně ne“ 21 respondentů. Z výsledku, kdy přibližně 86% respondentů označilo záporné odpovědi, lze interpretovat zjištění, že většina dotázaných je názoru, že u dálkového pochodu ve formě turistiky lze s obtížemi očekávat intenzivní vnímání nenáboženské spirituality.

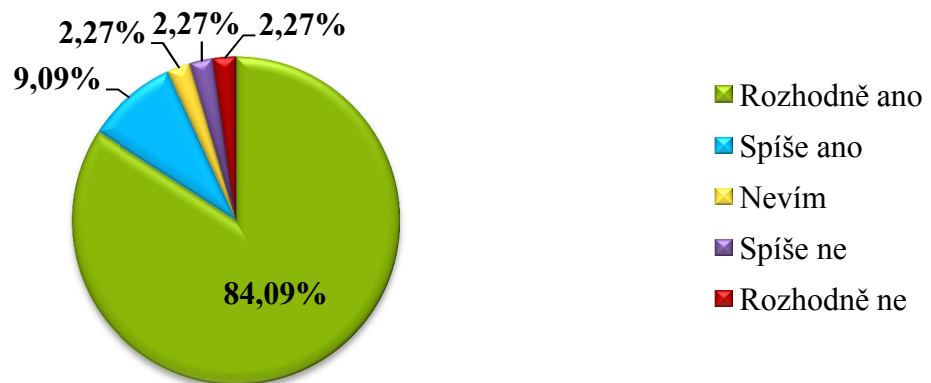
**Myslíte si, že lze očekávat psychickou náročnost a zkoušku vůle při putování?**



Graf 18. otázka č. 3.e Myslíte si, že lze očekávat psychickou náročnost a zkoušku vůle při putování?

Otázku 3.e zaměřenou na psychickou náročnost s názvem „Myslíte si, že lze očekávat psychickou náročnost a zkoušku vůle při putování?“ odpovědělo více než 90% respondentů (40) rozhodným souhlasem. Zbývající čtyři druhy odpovědí označilo po jednom respondentovi. Výsledek ilustruje psychickou náročnost dálkového pochodu, který by byl vnímán jako putování.

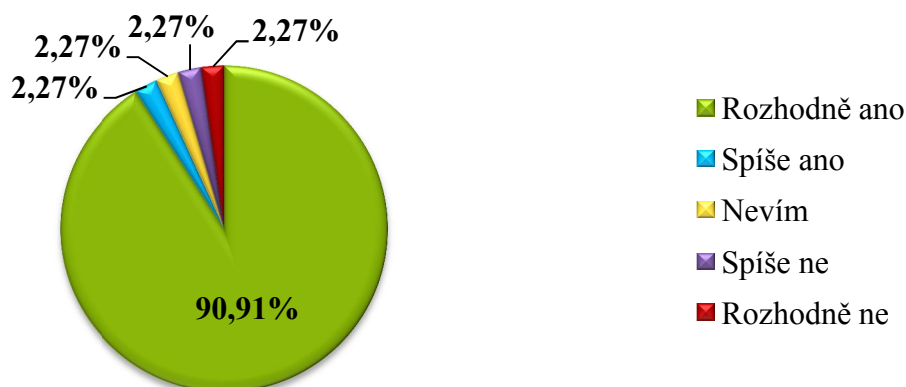
**Myslíte si, že lze očekávat psychickou náročnost a zkoušku vůle při turistice?**



Graf 19. otázka č. 3.f Myslíte si, že lze očekávat psychickou náročnost a zkoušku vůle při turistice?

U otázky 3.f jsou výsledky velmi podobné jako v případě předchozí otázky, shodného tématu vztáženého k putování. Rozdílem je zastoupení kladných odpovědí respondentů, kdy 37 dotázaných uvedlo odpověď „rozhodně ano“ a 4 z dotázaných „spíše ano“. Výsledky nejsou překvapivé, neboť pokud by respondenti vnímali dálkový pochod Špacír jako formu turistiky, nebo putování, samotný fakt obtížnosti trasy, náročné délky a limitního času beze sporu směřuje k vysoké psychické náročnosti, což se prokázalo.

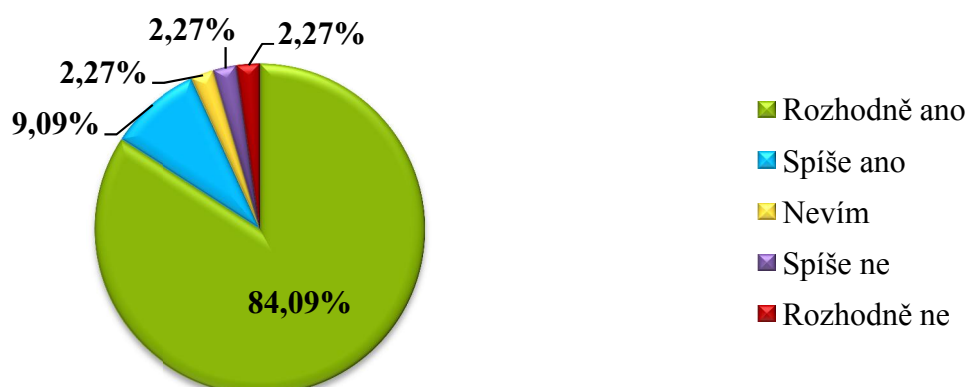
### Myslíte si, že lze očekávat fyzickou náročnost na cestě a namáhavost chůze při putování?



Graf 20 otázka č. 3.g Myslíte si, že lze očekávat fyzickou náročnost na cestě a namáhavost chůze při putování?

Následují otázky zaměřené na fyzickou náročnost. Otázka 3.g nazvaná „Myslíte si, že lze očekávat fyzickou náročnost na cestě a namáhavost chůze při putování?“ byla respondenty zodpovězena shodně, jako u předchozího tématu vztaženého k putování, psychické náročnosti. Respondenti v 90% označili odpověď „rozhodně ano“. Výsledkem je předpokládané zjištění, že chůze při dálkovém pochodu ve formě turistiky je fyzicky náročná pro převážnou většinu respondentů. I přesto jeden respondent vybral odpověď „rozhodně ne“ a jeden „spíše ne“.

### Myslíte si, že lze očekávat fyzickou náročnost na cestě a namáhavost chůze při turistice?



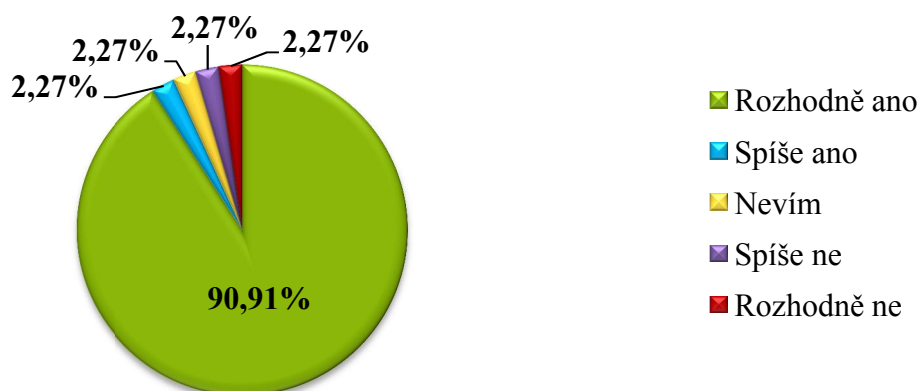
Graf 21 otázka č. 3.h Myslíte si, že lze očekávat fyzickou náročnost na cestě a namáhavost chůze při turistice?

Otázka 3.h má výsledky shodné s otázkou 3.f která řešila psychickou náročnost z pohledu turistiky. Podobně jako v předchozím případě otázky 3.g, také zde je převážná většina respondentů názorů, že fyzická náročnost chůze je vysoká. Odpověď „rozhodně ano“ byla respondenty označena v 37 případech, „spíše ano“ vybrali 4 dotázaní. Ostatní tři odpovědi byly označeny v každém případě jedním respondentem.

Dle našeho názoru není překvapivým výsledkem, že převážná většina dotázaných uvedla přítomnost psychické i fyzické náročnosti, jak u otázek směřovaných k turistice tak podobně k putování. Dálkový pochod Špacír je náročná akce s potřebou předchozí fyzické přípravy, a jak vyplývá z výsledků, je bezpochyby také psychická náročnost zkouškou odolnosti téměř každého jednotlivého účastníka dálkového pochodu Špacír.

Poslední dva typy otázek se vztahují k organizačním aspektům, z nichž byly vybrány v prvním případě kontrolní stanoviště na trase, ve druhém měření času a sledování pořadí účastníků.

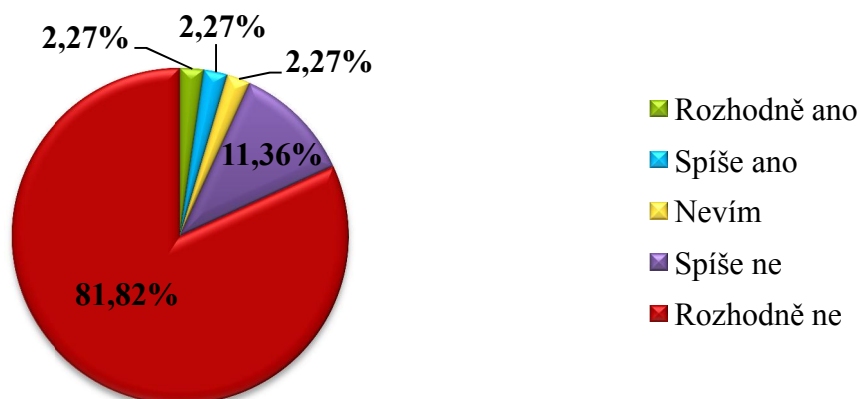
#### Předpokládáte absenci kontrolních stanovišť na trase v případě putování?



Graf 22 otázka č. 3.i Předpokládáte absenci kontrolních stanovišť na trase v případě putování?

Otázka 3.i s názvem „Předpokládáte absenci kontrolních stanovišť na trase v případě putování?“ byla z pohledu dálkového pochodu ve formě putování účastníky v převážné většině označena odpovědí „rozhodně ano“ (40). Čtyři zbývající odpovědi označil vždy jeden respondent. Z výsledků vyplývá, že více jak 90% dotázaných je názoru, že absence kontrolních stanovišť na trase náleží k dálkovým pochodům organizačně nastavených ve formě putování.

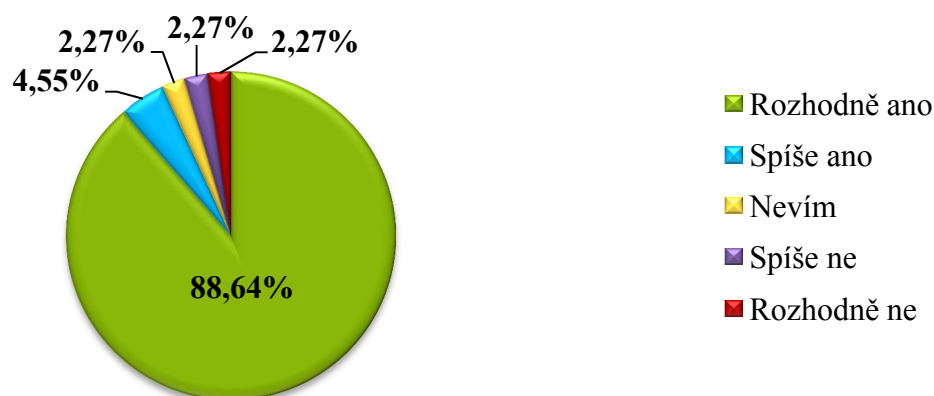
**Předpokládáte absenci kontrolních stanovišť na trase v případě turistiky?**



Graf 23 otázka č. 3.j Předpokládáte absenci kontrolních stanovišť na trase v případě turistiky?

Shodná otázka vztažená k pojetí turistiky označená 3.j, byla respondenty odpovězena v převážné většině případů (36) „rozhodně ne“, a celkem 5 respondentů označilo odpověď „spíše ne“. Zbývající odpovědi označil v každém případě jeden respondent. Dotazovaní účastníci dálkového pochodu Špacír ve většině vyjadřují nesouhlasné stanovisko s náležitostí absence kontrolních stanovišť v případě, kdy by vnímali dálkový pochod pojatý formou turistiky. Z výsledků vyplývá, že přítomnost kontrolních stanovišť na trase dálkového pochodu vnímaného ve formě turistiky předpokládá více jak 90% respondentů.

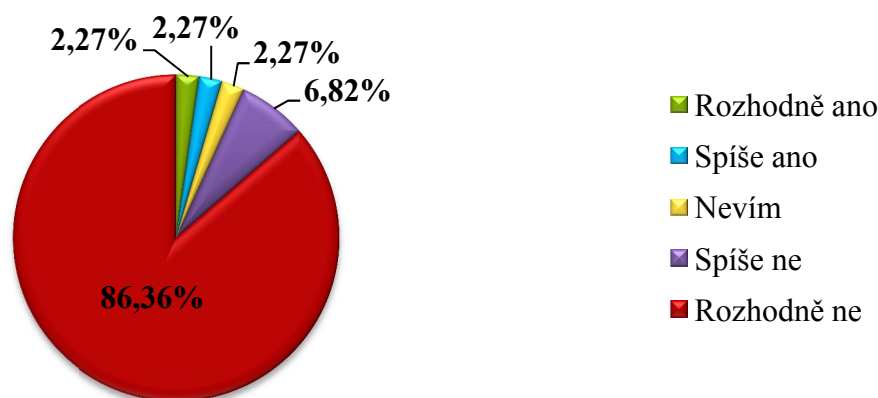
**Předpokládáte absenci měření času a sledování pořadí v cíli v případě putování?**



Graf 24. otázka č. 3.k Předpokládáte absenci měření času a sledování pořadí v cíli v případě putování?

Otázka označená 3.k s názvem „Předpokládáte absenci měření času a sledování pořadí v cíli v případě putování?“ jinými slovy zjišťuje nakolik účastníci považují za potřebné, vhodné či prospěšné měření cílových časů a sledování umístění účastníků v cíli. U této otázky se jedná o názor respondentů na pojetí dálkového pochodu ve formě putování. Jak je patrné z grafického znázornění odpovědí (graf 24.) převážná většina dotazovaných (39) uvedla odpověď „rozhodně ano“, odpověď „spíše ano“ se vyskytla ve dvou případech a zbývající typy odpovědí označilo po jednom respondentovi. Z výsledků pramení zjištění, že více jak 90% respondentů se přiklání k názoru, že měření času a sledování pořadí výsledků v cíli nenáleží k dálkovému pochodu, který je vnímán ve formě putování.

**Předpokládáte absenci měření času a sledování pořadí v cíli v případě turistiky?**

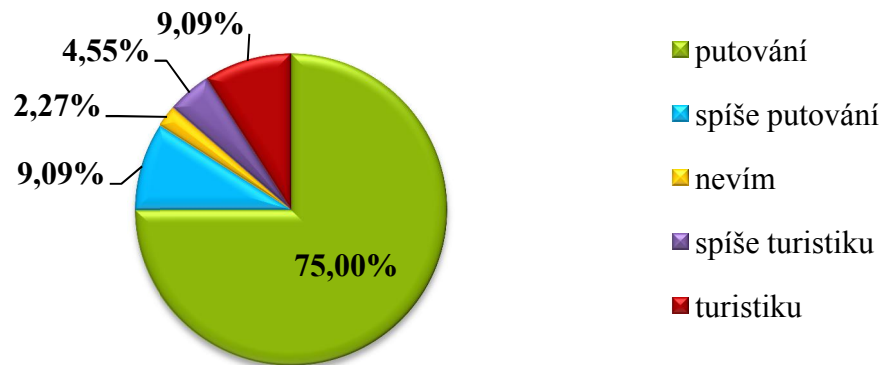


Graf 25. otázka č. 3.1 Předpokládáte absenci měření času a sledování pořadí v cíli v případě turistiky?

Poslední otázkou třetí sady označenou 3.1 je shodné téma, jako v otázce předcházející, v tomto případě vztažené k turistice. Jak je zřejmé z grafického znázornění (srov. graf 25. a graf 24.) odpovědi respondentů jsou téměř zrcadlově opačné v porovnání s výsledky u otázky 3.k. Z toho vyplývá, že v případě dálkového pochodu v turistické formě předpokládá převážná většina respondentů (39) přítomnost měření času a sledování pořadí účastníků v cíli.

Následující otázky již nejsou rozděleny na podotázky a vztahují se k předešlým otázkám ve snaze o konečné upřesnění a jasné vymezení. Poslední otázka byla vybrána s úmyslem zjistit zájem o účast v dalším ročníku a nepřímo vysledovat určitou spokojenost, která je pro organizátory akce žádoucí.

**Vnímáte absolvovaný dálkový pochod jako formu turistiky, nebo (nenáboženského) putování?**

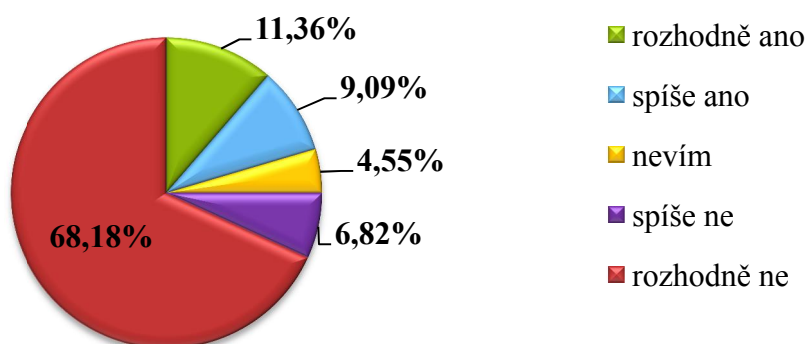


Graf 26. otázka č. 4 Vnímáte absolvovaný dálkový pochod jako formu turistiky, nebo (nenáboženského) putování?

Otázka č. 4 s názvem „Vnímáte absolvovaný dálkový pochod jako formu turistiky, nebo (nenáboženského) putování?“ je stěžejní otázkou 1. fáze anketního šetření a navazuje na rozebraná témata v předchozí sadě otázek. Z celkového počtu 44 respondentů zúčastněných v 1. fázi dotazníkového šetření se vyjádřilo 33 z nich odpovědí „putování“. Odpověď „spíše putování“ vybrali 4 z respondentů a v souhrnu podíl odpovědí, u kterých se dotazovaní přiklánějí v tomto ohledu k putování je přes 84%. Neutrální odpověď „nevím“ označil 1 respondent. Vyloženě jasnou odpověď „turistiku“, označili 4 dotazovaní a dva respondenti označili odpověď „spíše turistiku“. Pro turistiku se tak vyslovilo celkem 6 respondentů z celkového počtu 44, což činí podíl necelých 13% z celkového počtu odpovědí. Z výsledku této pro práci stěžejní otázky vyplývá zřetelné zjištění, že respondenti vnímají dálkový pochod Špacír jako nenáboženskou formu putování z více jak 84%.

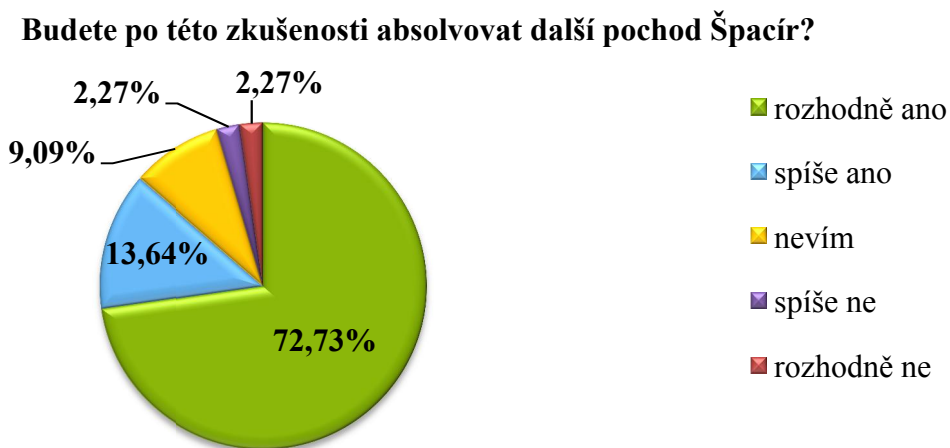


### Vnímáte spojitost, či nějaké společné znaky absolvovaného dálkového pochodu a náboženské poutě?



Graf 27. otázka č. 5 Vnímáte spojitost, či nějaké společné znaky absolvovaného dálkového pochodu a náboženské poutě?

Otázka č. 5 s názvem „Vnímáte spojitost, či nějaké společné znaky absolvovaného dálkového pochodu a náboženské poutě?“ je otázkou doplňující, abychom si ověřili vztah účastníků dálkového pochodu Špacír k fenoménu náboženské pouti. Vzhledem ke skutečnosti, že dle výsledků se respondenti vyjádřili, že vnímají dálkový pochod jako nenáboženské putování je vyhodnocení otázky č. 5 s názvem „Vnímáte spojitost, či nějaké společné znaky absolvovaného dálkového pochodu a náboženské poutě?“ zajímavé. Celkem 30 dotázaných respondentů se vyjádřilo odpovědí „rozhodně ne“. Odpověď „spíše ne“ vybrali 3 respondenti a v souhrnu činí podíl záporných odpovědí 75%. Neutrální odpověď „nevím“ označili 2 dotázaní a 3 respondenti označili odpověď „spíše ne“. Odpověď „rozhodně ano“ využilo 5 respondentů a „spíše ano“ označili 4 dotázaní. Z výsledku vyplývá zjištění, že tři čtvrtiny respondentů nevnímá nějakou spojitost, či společné znaky absolvovaného dálkového pochodu Špacír s náboženskou poutí.



Graf 28. otázka č. 6 Budete po této zkušenosti absolvovat další pochod Špacír?

Závěrečná otázka 1. fáze výzkumu označená jako otázka 6. nesla název „Budete po této zkušenosti absolvovat další pochod Špacír?“. Celkem 32 dotázaných odpovědělo „rozhodně ano“ a 6 dotázaných označilo odpověď „spíše ano“. V souhrnu činí zájem respondentů o další ročníky dálkového pochodu Špacír přibližně 86%. Čtyři dotázaní využili odpověď „nevím“ a odpověď „spíše ne“ a „rozhodně ne“ označilo po jednom respondentovi. Zde je patrné, že i přes vysokou náročnost, která je kladena na fyzickou přípravu a psychickou odolnost během pochodu, má dálkový pochod své nadšené příznivce.

### 3.2. Řízený rozhovor

Ve druhé fázi výzkumu byl uskutečněn řízený rozhovor (structured interview) se čtyřmi respondenty, kteří se zúčastnili první fáze výzkumu (anketní šetření). Respondenti byly vylosováni z 26 účastníků, kteří se vyslovili v první fázi výzkumu, že absolvovali tři a více dálkových pochodů a souhlasili se zařazením do 2. fáze výzkumu. Tito respondenti byly kontaktováni elektronickou poštou a telefonicky pro upřesnění podrobností konání 2. fáze výzkumu.

V úvodu byly respondentům předloženy na připravených pomocných kartičkách pojmy s jejich významy, které se budou objevovat v rozhovoru. Tak byl usnadněn jejich přehled v pojmech. Rozhovoru se zúčastnily dvě ženy a dva muži, konkrétní jména byla pro zachování anonymity upravena a zní následovně: Petr M., Hana K., Jan. P a Eva. N.. Druhá část rozhovoru obsahuje také odpovědi na otázky, které uvedl autor této práce,

neboť byl sám účastníkem zkoumaného dálkového pochodu Špacír. Odpovědi respondentů předkládáme tak jak byly zapsány v průběhu rozhovoru.

### **Otázka č. 1 Proč jste se rozhodl/a absolvovat DP Špacír?**

Petr M.: „Miluju pohyb, jsem běžec, to je pro mě droga, prostě musím. A mám za sebou několik Moraviamenů, takže 226 kiláků v kuse. Plavání, kolo, maraton. A jsem si chtěl zkusit, jaké to je neběžet, ale takovou sadu prostě ujít. Neváhal jsem, když jsem zjistil, že se tohle jde. Já to беру jako zvláštní, jako něco jiného než běžně dělám. Takové vybočení z trasy ve smyslu Feng-Shuei, aby se energie hýbala.“

Hana K.: „Rozhodovala jsem se dlouho, není to snadné takovou trasu jít bez spánku. Bylo to rozhodnutí vychutnat si přírodu jinak, proto jsem šla. Trošku běhám a ráda chodím. Vnímám přírodu a její vůni. Tady mi to vonělo moc, jaro je nádherné.“

Jan P.: „Chodím rád, dost u toho přemýšlím a nejraději jdu sám. Je to únik a tady jsem sám fakt dlouho a fakt to prožívám. Nohy neřeším, bolet to asi musí, taky to není procházka.“

Eva N.: „Přemluvila mě kolegyně, měla jsem čas místo zrušené dovolené. Místo válení na pláži jsem tak nějak vyšla do tmy, chápete, neznámo. Nikdy jsem nešla tolik, nejvíc 65 (kilometrů) na celý den, ale to jsem šla už víckrát a šlo to, akorát se nešlo přes noc.“

Autor DP.: „Mé rozhodnutí vyplynulo z výběru tématu mé diplomové práce, a kdybych se neúčastnil, nikdy bych nemohl vidět do pocitů druhých. Ta možnost mít vlastní prožitky je nenahraditelná a dle mého názoru nezbytná pro celkový rozbor.“

Ačkoliv se respondenti včetně autora plně neshodují v záměru absolvovat dálkový pochod Špacír, v jednom se shodují. Jedná se o možnost prožitku. Ať už se jedná o pobyt v přírodě, vytržení z každodennosti či touha poznat něco doposud nepoznaného.

### **Otázka č. 2. Potkala Vás krize během pochodu, kdy jste přemýšlel o tom, jaký smysl pro Vás má to, co právě děláte?**

Petr M.: „To ne. Ale tak krize asi nemine nikoho. Vyjít na 100 kilometrů chůzi bez předešlé chodecké přípravy je bez diskuze sebevražedné. Musím chtít nechtě

přiznat, že jsem ale byl po absolvování víc zničený než po šestihodinovce běhu. A hlavně třeba ve srovnání s běžecou šestihodinovkou tak tenhle pochod je záběr na dno. Celá tahle legrace trvala skoro 24 hodin, Ujítou vzdálenost GPS ukázala 103 kilometrů, trochu jsem si v noci zašel mimo trasu. V tomhle je běh zlatý! Ale vím, proč to dělám, i když to může vypadat jako nesmysl, pro mě to má smysl“.

Hana K.: „Ta krize byla, že se mi chtělo spát a bolely mě nohy. Byly chvilky cestou do kopce a v bahně, kdy jsem měla myšlenky na to, že to je víc než sem chtěla. Jako horší. Ale pro mne to bylo celé o velké zkoušce, jestli vydržím. Krizi jsem měla několikrát a bylo to únavou. Nepřemýšlela jsem, že bych to vzdala, šla jsem svoji první stovku a vím, že bych ušla i dále, prostě nabíjí mě chůze přírodou duševně, i když tělíčko bolí.“

Jan P.: „Ano. Loni jsem stovku absolvoval poprvé a cítil jsem ji mírně ještě po dvou měsících. Letos jsem po Špacíru dostal i teplotu a několik epizod zimnice. Krize je slovo, které si každý musí zohlednit sám. Já jsem ji měl, a kdybych nepřemýšlel o smyslu, vzdal bych, což nedělám.“

Eva N.: „To rozhodně. Největší krize byla někdy na 80–85 kilometru. Tak nějak přestanou sloužit nohy nebo jiné kusy těla. Hlavu nepočítám, odolnost v psychice je taky neskutečně moc důležitá. Má to pro mě smysl a pro mě je v tom, že jdu přesto, že tělo nechce. Srdečně děkuji, skvělý nápad a těším se už na další ročník!“

Autor DP.: „Ačkoliv jsem trénoval dle doporučených rad v literatuře, byla tato cesta pro mě nesmírně náročná fyzicky i psychicky. Únava a bolest se navyšovaly a bylo to otázkou mé psychiky, abych došel do konce. Jednou věcí je mít cíl dojít do cíle a druhou je být přítomen ve stavu unaveného těla, bez spánku a v hlavě si ujasnit, zda takové masochistické trýznění má nějaký smysl. Ten spánek, který chyběl, byl pro mě nejvíce stresující. Bylo více okamžiků, kdy jsem se vnitřně obviňoval, že jsem si vybral takovou nelehkou cestu výzkumu.“

Všichni účastníci zmiňují fyzickou únavu, což je zcela v souladu s parametry akce a vázáno k obtížím zmiňovaného hledání smyslu. Přes motivaci na počátku pochodu se objevuje v průběhu pochodu krize, která poznamenává na odhodlání pokračovat a snášet útrapy. Zde je patrně zlom, jenž dělí účastníky, kteří pochod dokončili a ostatní, pro které byly obtíže nad jejich síly a odhodlání vytrvat. Mohla to být ztráta smyslu proč jít dál.

### **Otázka č. 3 V čem jste hledal/a smysl, abyste dál pokračoval?**

- Petr M.: „Vědomí, že krize odezní. Krize je vždycky, to prostě neřeším, jak přijde tak odejde a nepodléhám tomu. Bez krize se člověk nikam neposune. Kdybych neviděl smysl toho, co dělám, tak to nedělám. Smysl je v tom, že prostě jdu dopředu a nic mě nezlomí. Na pochodu se střídají pozitivní pocity s pocity, kdy má člověk pocit, že už to bude jenom horší. Potom se hodí myšlenky typu: ‚Bolest je dočasná. Může trvat minutu, hodinu, den nebo rok, ale nakonec odezní a nahradí ji něco jiného. Pokud ale něco vzdám, trvá to navždy.‘ Lance Armstrong‘.“
- Hana K.: „Příroda je taková jaká je a posuzovat to podle naší rozmazlenosti nemá smysl. Zvířata tohle asi neřeší. Pro mě byl smysl v tom, brát věci takové jaké jsou, to mi pomohlo jít dál. Touha po poznání, co se skrývá za dalším horizontem. Začalo svítit sluníčko a došla jsem do úseku, který jsem dobře znala a věděla jsem, že teď to bude na chvíli zase v pohodě. Chtěla jsem se dostat co nejdál“
- Jan P.: „Smysl mělo vůbec vše. Kolísala mi psychika a hledal jsem se v tom. Ty pocity byly zvláštní. Vztek na sebe, pak na okolí, pak nějaký útlum a nakonec tunel, nebylo co řešit, jenom zvedat nohy a jít dopředu. Pro mě mělo smysl to dokončit, to byl cíl. Při dálkovém pochodu nejsem fanaticky motivován vidinou cíle, ale spíše vnitřním odporem k vzdávání čehokoliv a také silnou vnitřní disciplínou. Takže i když v poslední části pochodu nevnímám cíl jako něco, co mě "přitahuje", vidina několika kilometrového pochodu k nejbližší civilizaci mě "odpuzuje" daleko více. A stejně, prostě to nevzdat, když to zvládlo tolik hadrářů přede mnou; navrch skupina mladistvých nabuzených špacírnic za zády. Prostě ješitnost. Stručná odpověď tedy zní: odpor k neúspěchu“
- Eva N.: „Proklínala jsem to, že sem se nechala přemluvit. Ten vztek mi pomáhal, ale pak jsem to neřešila, nešlo to změnit a vztekem bych si ubírala energii. Takže jsem si jaksi uvědomila, že musím přijmout se vším všudy vše, že jdu, protože jsem se rozhodla jít. Pomohl mi ale taky přítel, zamyšlení se nad problémem, bylo mi jasné, že když se na to vykašlu, nakonec mě to bude mrzet, protože fyzických sil bylo ještě dost. Nebyla jsem na tom zas tak špatně a řekla jsem si, že když už jsem tu a tak daleko, tak to dojdu, navíc smáli by se mi v práci“

Autor DP.: „Smysl jsem hledal v tom, že dělám něco, co nikdo přede mnou neuskutečnil a můžu být první, kdo to prozkoumá. A pokud se týká překonávání útrap, v tomto směru pro mne byla nezastupitelným příkladem zkušenost Viktora Frankla, kterou popsal v díle A přesto říci životu ano. To co jsem musel prožít během pár hodin, bylo ve srovnání se zkušeností Frankla jen procházkou. Když jsem měl na zřeteli toto, věděl jsem, že dojít musím, protože je to snadné.“

Respondenti hledali smysl v příkladech jiných, kteří překonali utrpení. Bolest a únavu psychickou odolností s odhodláním dojít do cíle i navzdory bolesti. Smysl proč pokračovat i přes obtíže zmiňují v odhodlání dosáhnout vytyčeného cíle. Při analýze výsledků této otázky, byly pro nás obohacující některé pasáže uváděné respondenty, jako například citace Armstronga.

**Otázka č. 4 Vnímali jste během pochodu nějaké pocity spirituality ve smyslu posvátna (náboženské)? Pokuste se popsat své pocity.**

Petr M.: „Spíš ani ne. Tyhle ty věci spirituální jako náboženské jsou mimo mě. Já věřím v sílu člověka, my jsme tvůrci, strůjci. Vím, že někdo vyvolává duchy, někdo vzývá modly, samé berličky. Jsem ve hmotě, i kdybych byl nějaký duch, mám ruce, nohy, hlavu. Takže myslím, dělám a jdu dopředu. Posvátné je pro mě vše co člověk dokázal, kromě toho co zničil. To myslím jako všechno to dobré co člověk udělal a co ho pozvedlo nad zvíře, které v sobě máme. A během pochodu je úctyhodné to, že ten kdo došel, že došel. Ne jako že měl výkon, ten je nezbytný, ale že musel překonat sebe, tak jsem to vnímal a tak to беру, ono to bolí a musíš se vzepřít jít přes tělo dál ukázat vůli. Co je na tom posvátného? Myslím, že vůle překonat tělo je spirituální, ale náboženské posvátno ne.“

Hana K.: „Mě přijde spirituální ta cesta, že to je o překonávání toho, co by asi normálně člověk nedělal. Spiritualita přírody se všemi dary, od vzduchu po déšť a vodu. Tohle si někdo vůbec neuvědomuje. Takový ten vnitřní pocit, že jsme malí, a že příroda by tu bez nás byla. My bez ní sotva. Cítila jsem, že jsem byla součástí přírody, krásné povznášející pocity splynutí s přírodou v přírodě to bylo víc než jen v hlavě. Posvátno jako náboženské asi ne, věřím v něco

velkého nad námi, ale není to nic o náboženství a po cestě jsem to nijak vnímala.“

Jan P.: „Tady musím říct, že jsem vnímal něco, co jde vnímat asi jen, když si člověk sáhne na dno sil. Tady je k tomu příležitost a čas. To myslím v tom, že se člověk rozhodoval v hlavě a myslet na to mohl celých 24 hodin. Nohy neřešily, jestli půjdou, ty by to vzdaly sami za sebe. Tady nevím, jestli by nějaké náboženství poručilo, mě určitě ne. Vnímám jsem něco jako vnitřní netělesný element, který nemá s mozkem nic co dělat, poručí, aby člověk šel přes to, že nemusí. Mozek říká, že nohy bolí, nelikviduj se. Myslím, že je to ta spiritualita, jak jsem ji pochopil, že jsme lidé, kteří si řídí kroky za tu bariéru, kde nedosáhne mozek. Byl jsem si vědom, že chci prožít, co to obnáší. Mluvím o svém mozku, do jiných nevidím. U Špacíru jsem taky nevnímám a nevidím v tom nic posvátně náboženského.“

Eva N.: „Spirituálně jsem cítila všechno, co jsem prožila. Hlavně ty procesy ve mně, a to co mi dalo dění v přírodě, jak jsem to viděla. Nikdy jsem nezažila něco takového, asi to ani nejde někde v teple a pohodlí. To právě možná nábožensky jít jen ve dne pro nějaké vidění ostatků svatých a spát v noci. Tady není nic posvátného, jen obyčejná lidská vůle. Vyrvat z kořenů to není správný obrat, ale je to ocitnout se někde jako úplně mimo běžně známý prostor. I čas běžel jinak, třeba v noci ale to jsem nevnímala posvátně. Noc je přirozená, ale člověk většinou spí a nejde přírodou.“

Autor DP.: „Spiritualitu teď po pochodu vnímám jako osobní cestu ke svému středu. Každý si vybírá svůj směr, každý svůj cíl. Nezapomenutelné pro mne bylo, že jsem měl možnost proniknout hlouběji do sebepoznání. Mohl jsem v tomto být s někým, ale vybral jsem si to tak, abych v tom byl sám, neovlivňovaný. Odpoutaný od všeho co běžně znám a prožívám. Byla to pro mne meditace v neustálém pohybu, kdy únava mi poskytla možnost se posunout nad fyzické. Nikdy bych nemohl cítit posvátno náboženského, spojuji náboženství a církev. Tady nebyla žádná povinnost, najít v sobě sílu, kterou jsem nikdy takto hledat nemusel, abych došel do cíle. Bylo inspirující jít a uvědomovat si, že z donucení, by bylo mnohem obtížnější pochod ujít. Ta míra spirituality s prožitkem pokory a sounáležitosti nejen s přírodou, ale i celým nehmotným. Když mě bolí nohy, to je hmota a nehmotné nutí hmotu jít. To je má zkušenost bez posvátna.“

Všichni respondenti se shodují ve skutečnosti, že posvátno náboženského charakteru během dálkového pochodu Špacír nevnímali. Popisují spiritualitu v nenáboženském pojetí či transcendenci. Zmiňují inspiraci, hloubku sebepoznání, odhodlání vůle, či splynutí s přírodou.

**Otázka č. 5 Máte pocit, že právě během dálkového pochodu jste vnímal přírodu intenzivněji než obvykle? Pokuste se popsat své pocity**

Petr M.: „Vnímám jsem především stoupaní a při klesání taky intenzivně bahýnko. Jinak jsem cestou viděl kopy zvířat, co už dlouho ne, třeba larvu mloka asi na třicátém kilometru. Hlavně jsem poznal krásu nočního pochodu! Příroda se probouzí, člověk si víc všímá zpožděného příchodu světla do lesa. Kouknu se na nějaký kopec, který je sotva vidět v dálce a vím, že tam půjdu. Vzdálenosti už jsou i v chůzi o něčem jiném. A příroda se mění kontinuálně ve větším počtu. Třeba při 20 km je příroda stále stejná. Ale když se ujede takováhle vzdálenost, tak člověk už vidí více změn a stále je bere za jeden plynulý celek. Ještě k té noci. Člověka baví ta fantazie, kterou vyvolávají stíny a jak by člověk odpřisáhl, že vidí něco konkrétního až do posledních metrů, kdy se odhalí pařez. Baví mě pátrat světlem po značkách a možných odbočkách. Připadám si jako průzkumná jednotka. Člověk se na noční výpravu do hor nevydá, protože by přišel o pěkné denní výhledy. Taky je to v ceně všechno. Díky Ti za tuhle otázku.“

Hana K.: „Ještě teď jsem toho plná. Jeleni, všude samí jeleni... ..i když jsem tak nějak tušila, že nemůže jen tak stát vedle mě a koukat na mě...  
Užívala jsem si každičkový kousek přírody... ..ačkoliv jsem mnohdy viděla nemožné a nereálné. Po té dlouhé zimě, bylo nádherné zase vnímat obrovské plochy luk a rozkvetlých stromů a hlavně nikdy žádný panelák! Vůbec se mi potom nechtělo zpět do reality.“

Jan P.: „Vnímám jsem pohyb přírodou v noci, zahlobání se do sebe, svítání a probouzení do nového dne.... Viděl jsem pohyb neživých věcí. Vnímám přírodu tak intenzivně, že místo ležících kamínků jsem viděl na zemi pobíhající malé ptáčky - to je solidní halucinace. Jsem rád, že mi příroda dala vodu v podobě kapek na vzrostlé trávě, když jsem ji nejvíce potřeboval... Geniální, krásné neuvěřitelně silné, nevyhovitelné, nesdělitelné zážitky.“



Eva N.: „Je to docela složité popsat slovem. Intenzivní vjem surové tmy a drastického ticha. Přerušen vkrádavým svítáním, začínajícím štěbetáním ptactva a probouzejícím se životem v okolí, působícím jako balzám a zároveň nová míza ve strastiplném putování. Neskutečná volnost, svoboda a volnomyšlenkářství a skvělé pozitivní pocity“

Autor DP.: „Uvědomoval jsem si tu neuvěřitelnou moc počasí. Pokud by se počasí zhoršilo, bylo by mnohem těžší pochod dokončit. Nijak zřetelně jsem nevnímal okolí, kromě rozednění. Byl jsem hodně pohroužen do sebe. Koncentrace. Utrpení. Meditace. To vše mi poskytla tato cesta přírodou, každým krokem.“

Všichni respondenti popisují hojné prožitky v přírodě, které vnímali během dálkového pochodu. Zmíněny jsou také halucinace a intenzivní prožívání noci. Účastníci měli během dálkového pochodu Špacír bohaté a intenzivní prožitky v přírodě.

#### **Otázka č. 6 Vnímáte absolvovanou cestu v podobě sebe-přesahu, například jako prostředku osobního rozvoje?**

Petr M.: „Bylo to hodně jiné než cokoliv, co jsem doposud znal. To ponoření, bylo nevyhnutelné, nebylo před sebou kam utéct, spíš naopak. Když běhám tak si vyčistím hlavu. Tady jsem u pochodu naopak hodně řešil. Nemyslím bolest, únavu, to znám. Víím, jak moje tělo reaguje. Ale takové ty otázky, zevnitř, člověk vnímá svět jaksi jinak. Řešil jsem, co vidím a jak to vidím, protože jsem viděl některé věci úplně jinačím pohledem než běžně. Asi bych řekl z prostředku sebe ale jakoby něco co neznám a je vlastně mimo mě. Asi to neumím popsat, ale je to hodně silná zkušenost a mě to dalo, dost, to jsem nečekal.“

Hana N.: „Vnímám rozdíl mezi tím, jaká jsem byla na startu a jaká v cíli. Je to určitě rozdíl v tom, že mě to změnilo pohled na svět. Teď víím, že když budu chtít něco dokázat, tak to dokážu, pokud to nevzdám. Dřív jsem měla z věcí před sebou obavy. Toto mi pomohlo. Když jsem udělala něco, o čem jsem pochybovala, jestli dokážu. To vidím, jako to o přesahu.,,

Jan P.: „V každém případě je to nezapomenutelný a transcendentální zážitek, či spíš incident. To myslím jako střet se sebou. Každá krize člověka posune, osobně se s ní musí poprat. Tady nehrozí, že by krize nepřišla, a když ji člověk překoná, vždy se posune a pozná něco ze síly v sobě.“

Eva N. „Je to zvláštní pocit, jak si člověk po jednom takovém zážitku uvědomí, že až doposud lpěl na úplných zbytečnostech. Najednou vidím, že mít dvě zaměstnání a celý rok se honit jen kvůli tomu, abych si mohla dopřát dvě dovolené za rok, není smyslem života. Ty pocity jsou ale hodně osobní, a to pochopí jen ten, kdo si tím projde. Běžný den a noc se skutečně prožívá jinak, tady to je osobní posun a nevyhnutelný.“

Autor DP.: „Tato absolvovaná cesta byla pro mne něčím, co mi umožnilo poznat ne své hranice, ale svůj obsah. Hranice považuji jako něco co mne vymezuje od okolí. Já jsem se nevymezoval od okolí, ponořoval jsem se hlouběji ke středu, nebo k sobě, potkával se tam sám se sebou. Tady by to bez té vnitřní síly nešlo. Ten prožitý osobní přesah je pro můj život velkým osobním posunem.“

Všichni respondenti se shodují, že cesta dálkového pochodu Špacír jim přinesla určitý posun v osobním vnímání buď sebe samých, nebo okolí. Zmiňují sebe–přesah jako prožitek, který může vést k osobnímu rozvoji.

Následující otázku jsme položili jako doplňující a současně navazující na otázku následující, která směřuje k nenáboženské formě putování.

#### **Otázka č. 8 Absolvovali jste už někdy náboženskou pout’?**

Petr M.: „Ne nikdy a určitě se nechystám“

Hana K.: „Byla jsem na pouti ze Štípy na Hostýn, ale je to už přes deset let.“

Jan P.: „Ne, to jsem nešel, ale zvažuji Svatojakubskou, uvidíme.“

Eva N.: „V tomto směru bych to asi nebrala nikdy nábožensky, ani kdybych šla, a nešla jsem nikdy.“

Jak je patrné z odpovědí, pouze Hana K. má zkušenost s náboženskou poutí, kterou absolvovala před více jak deseti lety. Ostatní respondenti se vyjádřili, že náboženskou pout’ neabsolvovali, Petr N. a Eva N. dodávají, že tento krok nemají v úmyslu ani v budoucnu. Jan P. se naopak zamýšlí nad úvahou, podniknout v budoucnu Svatojakubskou pout’ do Santiaga de Compostela.

**Otázka č. 8 Vnímáte absolvovaný pochod jako formu nenáboženského putování, nebo turistiku? Popište své důvody, na základě kterých absolvovaný DP Špacír rozlišujete.**

Petr M.: „Já běhám, už jsem dálkové pochody odběhl, to je ale jiná laťka. Je to rychlejší a celkově v kratším čase když běžíte. Tam se dá i odpočívat. Turistiku mám rád na horách, miluju hory. Ale tenhle pochod prostě člověk jde a nemůže sedět, pokud chce dojít do těch 24 hodin. Nevěřím v nic, jako lidi v Boha, tohle vzývání modly je alibismus. Jsem celý nenáboženský. Každý je tu sám za sebe a všechno si musí odmakat. Pro mě to byl prostě zážitek universa, geniality přírody, fakt krásné pouto pohroužení do sebe, putování je asi to slovo, turistika je podle mě jiná, tam se dívám víc okolo a míň do sebe. Turistiku vidím, jako když jdu a moc nepřemýšlím, spíš vnímám okolí. Tady jsem přemýšlel hodně.“

Hana K.: „Myslím, že jsem poutník, tak vnímám, poutník v přírodě. Turistiku co já znám, tak je o hlídání jestli někdo nešvindluje, musím mít razítka a pak ho ukázat. Tady když nechci, nejdu a taky nic nezažiju. Ani nevím, kolik lidí dokončilo, musím se podívat. Já věřím, že příroda je božský princip, ale také jsem chodila do kostela, už nechodím. Podle mě tento pochod turistický není, chybí tu kontroly a nic se nehodnotí. Co jsem šla jiné dálkové pochody, co byli sice kratší, tam se ale měřil i čas všem, kontrolovalo se. Jsem pro to putování bez náboženství, které v tom nevidím.“

Jan P.: „Nenáboženské putování. Něco jsem o tom četl, že to je cesta s transcendencí a to se tady řeší. Jestli to nějak můžu hodnotit za sebe, mě to přesáhlo celé mé tělo a psychiku a dostalo až někam, kde jsem nikdy nebyl. Přemístil jsem se jakoby uvnitř. Mám pocit, že jsem putoval cestu skrze svoje překonávání. Islám tomu myslím říká Džihád, když se člověk povznes nad své tělo žádostivé, které mi říkalo, už toho nechej, měj rozum. Tak to bylo asi za rozumem, něco víc, dál, hloub. Doputoval jsem blíž k sobě a božstvo nepotřebuju. Tahle cesta, pochod s náboženskou poutí a světci to nemá co dělat. Dálkových pochodů jsem šel víc a všude se kontrolovalo, a tady Vás nechají jít, opravdu putovat. Proč by mě kdo kontroloval? Razítka patří turistům, a tu mě přijde rozdíl.“

Eva N.: „Jsem turistka tělem i duší. Chodit mi přijde přirozené. Nikdy jsem se nezabývala náboženstvím. Putování vidím jako dlouhou cestu s překážkami.“

Tak když dálkový pochod je cesta taky, a dlouhá, tak je to putování. To mi vychází logicky. Moje trasy co chodívám, jdu ve dne, takže bych to viděla jako turistiku ve dne a putování i přes noc do druhého dne. Turistika navíc není tak náročná, to беру jako pěšky chodit a rozhlížet se. Tady jsem viděla víc a zabývala jsem se sebou, když jsem měla krizi hlavně s otázkama proč jít a nepřestat. Je to tedy mimo normální pochody turistiky tohle. Boha v tom nevidím a putování to je.“

Autor DP.: „Bezpochyby nepovažuji DP Špacír za turistiku. Jednoznačně můžu za turistiku označit vše, co bylo součástí mé přípravy na DP. Tam jsem sledoval kilometry, časy, to jsem musel mít přehled. Tady už jsem nic z uvedeného neřešil, věděl jsem, že musím jít pořád. Nic mě nehnalo, ale hlavně před cílem se zastavit, by pro mě znamenalo konec. Takhle jsem nemusel sledovat čas, věděl jsem, že když stále půjdu, musím to stihnout v limitu. Tady jsem opravdu nasál něco z toho, co jsem nikdy zatím neprožil. To putování vnímám nenábožensky, bylo do mého středu, a to díky této cestě.“

Otázka „Vnímáte absolvovaný pochod jako formu nenáboženského putování, nebo turistiku? Popište své důvody, na základě kterých absolvovaný DP Špacír rozlišujete“ se vztahuje k hlavnímu cíli a výsledkem šetření je dle výpovědí respondentů, že všichni jednotně považují dálkový pochod Špacír za nenáboženskou formu putování. To podporuje již získané výsledky v první fázi výzkumu.

Účastníci dálkového pochodu Špacír považují za nežádoucí měření času a sledování výsledků pořadí v cíli pokud by pochod měli vnímat jako formu putování, což naopak očekávají v případě, kdy by tato akce byla vnímána jako forma turistiky. V případě psychické a fyzické náročnosti se respondenti shodují, že nezáleží na pojetí v jaké formě, je dálkový pochod vnímán. Vyslovují se, že psychická náročnost a vůle, stejně jako fyzická náročnost a chůze, je přítomná a nezávisí na pojetí, zda je dálkový pochod Špacír vnímán jako forma turistiky, nebo putování. Zmíněné lze interpretovat způsobem, kdy psychická náročnost spojená s vůlí a fyzická náročnost chůze je parametrem, který je obecně zastoupen v dálkových pochodech bez ohledu na jejich formu.

Ačkoliv existují práce, které se věnují turistice, putování, či spiritualitě, dle našeho zjištění, práce na téma dálkových pochodů v tomto pojetí dosud chybí.

## 4 DISKUSE

Pokud bychom vnímali dálkový pochod v pojetí turistiky, pak spatřujeme tužby k prožitkům orientovaným na výkonnost, kdy měření vzdáleností, času, převýšení, nám dává jasné výsledky směrem k výkonům jedince. Domníváme se, že takové by se dalo označit za profánní způsob existence na cestě. V případě dálkových pochodů s kontrolami, stanovišti, mnohdy také možnostmi získávání ocenění za výkony, i zde nalézáme profánní prvky prožívání shodné s turistikou. Rozdílným vnímáním dálkových pochodů, kde je absence kontrolních stanovišť, měření času a jediným kritériem je překonání sebe samého, se dostáváme k putování. Výsledky výzkumu předkládají názor respondentů, že dálkový pochod Špacír považují za formu putování. Z hlediska religiózně laděného účastníka by pak bylo možno v pojetí náboženství vnímat pochod v jeho posvátné rovině, jak popisuje Eliade (1994) a takto projevené posvátno bychom označili jako hierofanii. Nereligiózně ladění účastníci pak cestu vnímají spirituálně v nenáboženském kontextu. Pokud se zaměříme na vnímání spirituality účastníků dálkového pochodu Špacír, bylo prokázáno, že většinově považují tento pochod za formu putování. Z výsledků se nám jeví patrná přirozená spiritualita, jak ji popisuje v univerzalitě Benner (1988) a vztahující se k přírodě, kterou předkládá Reich (2000).

V nemalé míře je nezbytná motivace pro absolvování pochodu. Pokud máme uvažovat o úspěšnosti, motivace cestu dokončit je zásadní. Účastníci uvádějí téměř jednotně přítomnost krize během pochodu, což jistě není nic neobvyklého při tomto typu dálkového pochodu. Domníváme se, že rozhodujícím více než sama motivace se nám jeví naladění účastníků. Z výsledků je dle našeho mínění patrné, že je možné považovat za podstatnější než motivaci, zejména samo poutníkově naladění a jeho autentický přístup k cestě jak popisuje Jirásek (2007). Překonávání krize se sebou přináší hledání smyslu, proč pokračovat dál. Najít v sobě sílu a především vůli. Absolvování dálkového pochodu může mít vliv na pozitivní změny a vliv v osobním rozvoji.

Výsledky výzkumu v práci Saunderson (2014) nazvané *Steps toward chase: Personal transformation through long-distance walking* ukazují na pozitivní změny v rozvoji osobnosti po absolvování dálkového pochodu. Za zmínku stojí zejména vliv na sebehodnocení a s tím spojenou schopností více si důvěřovat při stanovování cílů. Podobně autor hovoří o uvolnění stresů absolventů dálkových pochodů a vyšší odolnost při překonávání životních krizí. Účastníci dálkového pochodu Špacír ve shodě s naznačenou studií odpovídali v anketě většinově souhlasně v otázce odpoutání se od každodennosti prostřednictvím absolvování

dálkového pochodu. A podobně také v případě otázek vnímání dálkového pochodu jako duševní očisty. Výsledky otázky na účastníky dálkového pochodu Špacír věnující se v anketě osobnímu rozvoji se přiklánějí k výsledkům studie, kterou předložili Crust, Keegan, Piggott a Swann (2011) v níž prokazují pozitivní vliv dálkového pochodu na osobní růst. V rozhovorech je toto více rozvedeno, kdy se účastníci Špacíru zmiňují o ponoření do sebe a změně proti sebehodnocení na startu a v cíli.

Transformace, ve smyslu osobního duchovního rozvoje, byla v této práci dotazována s výsledkem nadprůměrného souhlasu. Breejen (2007) dospěl k podobným závěrům, kdy dálkový pochod vnímají dotazovaní jako prostředek ke změně, transformaci svého života, ačkoliv ve své studii se zaměřuje zejména na motivaci účastníků dálkového pochodu.

Dálkový pochod Špacír se nám jeví ve světle výsledků, jako spirituálně prožitkový. Rozměr života s ohledem na překonání nejen svých tělesných obtíží, ale zejména zapojení vůle k překonání oné přirozené míry pohybu, za kterou by bylo možno považovat běžné turistické pochody. Jak Bursík at al. (1977) i Zajíček a Caletka (2000) považují stokilometrové pochody za královskou disciplínu mezi pochody. Onu majestátnost spatřujeme z pohledu prožité zkušenosti autora, jako něco, co se může zjevit jen při něčem neobyčejném. Při vytržení z běžně známého života, ve kterém známe své role, zažité stereotypy do prostoru zcela vybočujícího z této zkušenosti. Jak účastníci Špacíru popisují, byli často ponořeni do svého středu. Můžeme se pokusit dálkový pochod přirovnat k poutnictví. Poutníková cesta do Santiaga de Compostela je však náboženského charakteru. Jeden z účastníků se při zamyšlení zmínil také v úvaze pro absolvování této cesty. Shodné je zde to, že poutník překonává vzdálenost, bez kontrolních stanovišť a prožívá cestu. Paolo Coelho (2002) popsal takovou cestu ve své světoznámé knize Poutník–Mágův deník. My se však neopíráme o náboženský cíl. Zmíněný autor jako svoji prvotinu vydal také knihu Alchymista v níž Coelho (1999) popisuje jako hrdinu andalusského pastýře, jenž následuje svůj sen. Opustí domov, aby ušel stovky kilometrů za pokladem. Dva různé příběhy s různými motivy. Oba spojuje dlouhý pochod, překonávání překážek a vnitřní posun na základě autentického prožívání. Muž, který sázel stromy je příběhem muže, který se vydal do Alpského podhůří, aby putováním našel smysl, který postrádal. Byl hluboce osloven mužem, který nachází smysl v sázení stromů v místech, kde krajina stromy postrádá. Ilustrace vnímání přírody je zde patrná ve spojení s nalezením smyslu (Giono, 2012).

Cílem této práce bylo zejména zjistit, jak vnímají účastníci dálkový pochod Špacír. Nabízenými možnostmi byla forma turistiky, jak jsou dálkové pochody obecně vnímány, či forma putování v nenáboženském kontextu. Dle našeho zjištění, téma dálkových pochodů

v tomto pojetí nebylo dosud zpracováno. Předkládanou studii je možno považovat za pilotní a současně bychom rádi zdůraznili, že tato práce se neuchází o tvorbu teorie, která je zakotvena v datech. Jedná se spíše o prvotní průnik do problému dálkových pochodů v tomto kontextu. Z námi dostupných informací nebyla dosud dálkovým pochodům věnována širší pozornost v kontextu chůze a prožitku. Z našeho zjištění vyplývá, že dálkový pochod Špacír je natolik odlišný, že v ČR ani v zahraničí neexistuje podobná práce, s níž by bylo možno srovnávat. Existuje ale možnost, že podobně jako Špacír jsou také dálkové pochody, které nemedializují své aktivity v zájmu zachování autentické atmosféry se snahou o vzepření se masovosti. Domníváme se, že dálkové pochody jsou u nás, doposud ve většině vnímány jako závody. Tím nechceme tvrdit, že během závodu nemohou být přítomny hlubší prožitky. Domníváme se však, že se jedná o prožitky rozdílného charakteru.

Otázky, které byly položeny respondentům, zahrnovali vedle turistiky a dálkového pochodu také pojmy nenáboženská spiritualita, sebe-přesah, putování, ale také ne zcela související termíny, jako je náboženská pouť, duševní očista. Okrajové téma duševní očisty, bylo zvoleno s přihlédnutím k jeho souvislosti k vytržení z každodennosti a očekávanou hloubkou ponoření se do sebe v prožitcích dálkového pochodu. Organizátoři akce se vyslovili pro zachování tohoto tématu, a proto zůstalo ponecháno, ačkoliv jsme původně od tématu duševní očisty chtěli upustit.

Z obou fází výzkumu je možno vysledovat nenáboženské naladění účastníků. Patrné je to zejména u rozhovoru, kdy respondenti přímo vyjadřují postoj k náboženství. Ačkoliv s rozlišením mezi pojetím dálkového pochodu ve formě turistiky či putování to přímo nesouvisí, tento fakt se nám jevil jako usnadňující výzkumné šetření. Původně jsme měli v úmyslu výběr rozdělení respondentů podle víry, od čehož jsme následně upustili. Díky zmíněnému nenáboženskému postoji respondentů, snáze chápali nenáboženské vnímání spirituality, což bylo přínosem pro výzkum.

Dálkový pochod Špacír je svým pojetím bez kontrol, měření času a výsledného pořadí v cíli pochodem, vymykajícím se formě turistiky, jak se vyjadřovali v souvislosti s pojetím akce respondenti. Tento názor je podpořen také zkušeností autora, jako neregistrovaného účastníka a zúčastněného pozorovatele. Dálkový pochod je obecně vnímán jako turistická akce a ta je spjata s kontrolními stanovišti, výsledkovou listinou, měřením času v cíli a sledováním pořadí účastníků. Zde je akcent zaměřen na dosažení výkonu a porovnávání s ostatními na cestě. Dálkový pochod Špacír je ojedinělý svým pojetím. Vedle nápaditosti průvodních aktivit kolem celé akce, které souvisejí s tematikou, výzdobou, nebo způsobem zahájení, nejsou na trase žádná kontrolní stanoviště a není primárně kladen důraz na sledování

pořadí účastníků v cíli. Pevnými kritérii je daná trasa, sto kilometrová vzdálenost a limit absolvování pochodu 24 hodin. Ovšem i přes nedodržení časového limitu, je každý, kdo absolvuje trasu vítězem. Nejde o soupeření, které považujeme za plýtké vzhledem k vnímání spirituality. Jedná se o hloubku vnitřního prožitku, taková je osobní zkušenost účastníků i autora práce. V případě Špacíru se nejedná o závod, jako v mnoha případech v současnosti realizovaných dálkových pochodů, ale o možnost jít přírodou po stanovené trase mezi pevně daným startem a cílem. Na této cestě bez kontrol či nutných razítek, je člověku dána možnost setkat se sám se svými možnostmi, limity, ale zejména vnímat okolí jinak než je běžně dostupné v každodenním životě, či při turistické akci. Důležité je držet směr a je otázkou vnitřního naladění každého jedince, jak silný bude jeho prožitek v hloubce a intenzitě.

Mé vlastní prožitky během dálkového pochodu Špacír, byly velmi podobné, jako u účastníků, kteří byli součástí výzkumu. Ta podobnost vnímání zejména v procítění sebe-přesahu, vnímání spirituality bez náboženského kontextu je klíčová. Bylo pro mne velmi neobvyklé jít nočním lesem a po noci strávené chůzí v přírodě být na vrcholu kopce svědkem rozednění s východem slunce. Tyto prožitky popisují také respondenti výzkumu a váže nás pocit společného vnímání. I když jsem šel sám, vnímal jsem vnitřní pocit, jako bychom byli propojeni sítí a napojeni na sebe. Přesto jsem šel sám rád a cítil jen své vlastní pocity, únavu a bolest. Prožíval jsem svůj svět, který byl ovlivněn okolím, námahou, terénem, ale zejména svým vlastním postojem k tomu co dělám, proč to dělám a jaký tomu dávám smysl ve své vlastní přítomnosti.

Pokud se zamyslíme nad hledáním smyslu, pak prostředkem zde může být sebezpřekonávání, vlastní prožitek utrpení a úsilí o překonání obtíží. Čím hlouběji budeme ponořeni do svého středu, tím autentičtěji můžeme prožívat. Tyto vnitřní stavy prožitků jsou vnímány respondenty jako náležející při dálkovém pochodu k formě putování, nikoliv k formě turistické. Také turistická forma dálkového pochodu bezesporu přináší vysokou míru fyzické i psychické náročnosti, kterou respondenti popisovali jako prostředek k ponoření do sebe. V rámci turistiky, jak se respondenti u daných otázek vyjádřili, je však obtížné hluboké ponoření do sebe a spíše než vnitřní pocity je sledováno okolí na trase.

Přítomné prožívání může být spojeno právě s obtížemi, či překážkami, kterým jsme vystaveni a nuceni jim čelit. Toto může nabývat na intenzitě, pokud jsme vytrženi ze známého prostředí a z každodennosti. Čím hlouběji jsme schopni, či nuceni, se ponořit do okamžiku přítomnosti, tím hlubší a intenzivnější mohou být naše prožitky. Také vnímání duševní očisty ve smyslu jakési psychohygieny, je zde vnímáno kladně. Vyčistit si hlavu takřikajíc



od problémů, však jistě lze i nedlouhou procházkou v lese. Domníváme se, že o zcela jinou duševní očistu se jedná v případě opravdového vytržení z civilizace v kopcovité krajině Beskyd s prožitky souvisejícími například s pochodem v noci. Myslíme si, že obtížnost a délka trasy související s pohybem v přírodě spojeným s fyzickou a psychickou náročností přispívá k mnohem hlubšímu prožitku. Je to spojeno, zdá se, s obtížemi, které je na cestě dálkového pochodu Špacír nutno překonávat. Zda je možno přirovnat krajinu Beskyd ke krajině západního Skotska nedokážeme rozpoznat, avšak shledáváme podobnost v jistém smyslu, jak popisuje Breejen (2007) u účastníků dálkového pochodu transformaci v osobní rovině.

S obtížemi pak souvisí také hledání smyslu. Každá krize, kterou procházíme, v nás může vyvolávat otázky ke smyslu svého konání. Hledání smyslu zda podstoupit obtíže, překonat sám sebe nebo to vzdát nás potkává i v každodenním životě. Dálkový pochod zde může poskytnout možnost hlubokého prožitku, hledání smyslu, a to také v alegoriích k problémům běžného života. Na základě vlastní zkušenosti a také výpovědi některých respondentů (např. Eva N.) může prožitek překonávání obtíží, stejně jako prožitek sebe-přesahu autenticky ovlivnit také vlastní vztah k hodnotám a životním postojům. V závislosti na prožitcích, jak vyplývá z výsledků výpovědi respondentů i názoru autora, by nebylo možno prožívat zmíněné v případě dálkového pochodu Špacír, který by byl pojat turistickou formou.

## **5 ZÁVĚRY**

Na základě výsledků provedeného šetření obou fází výzkumu v kapitole č. 3 je možno konstatovat několik závěrů, které souvisejí s výzkumnými otázkami a navazují na zvolené cíle. Hlavním cílem bylo rozlišit formu dálkového pochodu Špacír, jak ji vnímají sami účastníci, což se nám podařilo naplnit. V průběhu výzkumného šetření se nám podařilo získat odpovědi na všechny předložené výzkumné otázky, které souvisejí s hlavním cílem i cíli dílčími.

### **Odpovědi na výzkumné otázky:**

1. Vnímají dotazovaní úspěšní absolventi DP Špacír absolvovaný pochod jako formu turistiky nebo (nenáboženského) putování? Dálkový pochod Špacír je většinou účastníků vnímán jako forma putování. V první fázi výzkumu byly výsledky vypovídající většinovým

podílem 85% pro tuto formu dálkového pochodu. Ve druhé fázi výzkumu, byla otázka účastníky popsána a rozebrána. Také druhá fáze potvrzuje tento závěr stejným výsledkem.

2. Vnímali úspěšní absolventi intenzivně prožitky v přírodě? Závěrem je zjištění, že účastníci vnímali silné prožitky v přírodě, spojené například s pochodem během noci, nebo s přicházejícím jarem.

3. Vnímali dotazovaní úspěšní absolventi dálkového pochodu Špacír během dálkového pochodu spiritualitu nenáboženského charakteru? Účastníci vnímaly hluboké prožitky, které spojovali se spiritualitou bez náboženského kontextu.

4. Co ovlivňuje, podle předem určených kritérií na dálkovém pochodu Špacír, rozlišování účastníků na dálkový pochod ve formě turistiky či putování? Účastníci rozlišují podle organizačních kritérií, kterými jsou kontrolní stanoviště na trase a měření času se sledováním pořadí v cíli. Dále rozlišují dle přítomnosti prožitků ve smyslu transcendence a intenzivního vnímání spirituality. Nerozlišují dle psychické náročnosti spojené s vůlí a fyzické náročnosti spojené s chůzí.

Po vyhodnocení šetření obou fází výzkumu jsme dospěli k jednoznačnému závěru, že dálkový pochod Špacír je účastníky vnímán z většiny jako forma putování. Účastníci při určení, zda se jedná o formu turistiky či putování v případě dálkového pochodu Špacír rozlišují dle předem daných kritérií. Ta se vztahují k subjektivnímu vnímání hloubky prožitků. Konkrétně se jedná o zvolená kritéria přítomnosti prožitků ve smyslu transcendence a intenzivního vnímání spirituality. Dále dle kritérií náročnosti, kde jsme dospěli k očekávanému závěru, že účastníci nerozlišují podle psychické a fyzické náročnosti. Je patrné, že vzdálenost a časový limit u dálkového pochodu Špacír, jsou samy o sobě náročné psychicky i fyzicky, ať už by se jednalo o formu turistiky či putování. Nakonec v oblasti organizace se jedná konkrétně o měření času a sledování pořadí výsledků v cíli. Můžeme také konstatovat, že účastníci nevnímají posvátno spirituálního charakteru během dálkového pochodu Špacír. V kontrastu s uvedeným však vnímali hluboké prožitky spojené se spiritualitou, kdy uváděli zejména chůzi v noci a také rozednění a východ slunce. Objevili se také případy, kdy zřejmě vlivem únavy pociťovali, dle svého tvrzení, někteří účastníci stavy halucinací. V průběhu dálkového pochodu účastníci vnímali také intenzivně přírodu. Všechny prožitky je nutno považovat za subjektivní vnímání reality každého účastníka. Vzhledem k většinové shodě, která je patrná z výsledků výzkumného šetření lze považovat dálkový pochod Špacír za putování v nenáboženském pojetí.

V dnešní přetechnizované společnosti je nejen výlet do přírody s možností relaxace, ale také náročný pochod noční krajinou možností k hlubokým prožitkům. Svítání a východ slunce, kdy se rodí den, může být prožitkem spirituality s přítomnými pocity transcendence, či možností vytržení z každodennosti, jak prokazuje výše zmíněná práce Saunders (2014). To může přispět k utříbení myšlenek či posunu v osobní rovině v závislosti na hloubce prožitku, vnímání transcendence a spirituality i bez religiózních prvků. Jak uvádí Jirásek (2014a, 2014b), Němečková (2015) je také spiritualita v posledních letech zmiňována více v nenáboženském pojetí. Předložená práce shrnuje výsledky vztahující se k ojedinělé disciplíně, kterou jsme se pokusili prozkoumat z dosud, dle našeho názoru, nezkoumaného pohledu. Za přínosný pro práci považujeme také osobní prožitky autora.

Práce je využitelná pro organizátory závodu, kteří se vyjádřili pro jedinečnou možnost získání informací o prožitcích a naladění účastníků jimi pořádané akce. Současně se zmínili, že po vzoru některých dálkových pochodů s letitou historií (např. Pochod Praha–Prčice; Lužická padesátka) by rádi navázali na tradici zmínky o jimi organizovaném dálkového pochodu. Současně mohou výsledky práce posloužit jako prvotní průzkum v oblasti dálkových pochodů.

Věříme, že se nám podařilo naplnit smysl této práce, která spočívala v získání poznatků o dálkovém pochodu Špacír a současně ve snaze věnovat se tématu turistiky a zejména putování.

## **6 SOUHRN**

Práce nese název Dálkový pochod jako forma turistiky a putování a zabývá se dálkovým pochodem Špacír. Jedná se o dálkový pochod absolvovaný na vzdálenost 100 kilometrů v limitu 24 hodin, kterého se zúčastnil také autor práce. Hlavní výzkumnou metodou je dotazování.

V teoretické části je popsána oblast turistiky a dálkových pochodů spolu s charakteristikou XVI. ročníku dálkového pochodu Špacír. Dále je pojednáno o nenáboženském pojetí putování, kde jsou představeny pojmy jako spiritualita, transcendence a posvátno.

V metodické části jsou popsány výzkumné metody, výzkumné nástroje a jejich použití v praktické části výzkumu. Také je popsán výzkumný vzorek (úspěšní absolventi dálkového

pochodu Špacír), výzkumná laboratoř, sběr dat a jejich analýza. V práci je použito dvou fází výzkumu, anketního šetření a řízeného strukturovaného rozhovoru.

Výsledková část práce předkládá na základě dvou fází výzkumu odpovědi respondentů. V první fázi se anketního šetření zúčastnilo 44 respondentů z celkového počtu 61 úspěšných absolventů dálkového pochodu Špacír. Z analyzovaných dat anketního šetření vyplývá, že respondenti vnímají absolvovaný pochod z více jak tříčtvrtinové většiny jako nenáboženské putování. Mezi předloženými kritérii, na základě kterých se rozhodují, jsou: absence kontrolních stanovišť na trase, absence měření času a sledování pořadí účastníků v cíli, přítomnost prožitků ve smyslu transcendence a intenzivní vnímání nenáboženské spirituality. Ve druhé fázi se na podkladě řízeného rozhovoru potvrdilo zkoumané zjištění z první fáze a respondenti popisovali své osobní prožitky z absolvovaného dálkového pochodu. Důležitým prvkem v této práci je také osobní vhléd autora, který se zúčastnil dálkového pochodu.

Nejpodstatnějším výsledkem práce je zjištění, že téměř 85% účastníků dálkového pochodu Špacír vnímají akci jako formu nenáboženského putování. Analyzovaná data poslouží organizátorům akce Špacír, pro větší porozumění účastníkům a mohou být vodítkem k organizaci budoucích ročníků. Vzhledem ke zjištění, že dálkové pochody nebyly doposud hlouběji zkoumány, může být práce užitečná jako prvotní průzkum pro další zkoumání dálkových pochodů. Z důvodu specifčnosti nastavení a organizace dálkového pochodu Špacír, však nelze výsledky zobecňovat pro výkonově nastavené turistické dálkové pochody.

## 7 SUMMARY

The name of the thesis is “Long distance walk as a form of hiking and pilgrimage” and it deals with the long distance walk “Špacír”. This is a long distance walk that has 100 kilometers to go in 24 hours. Author of the thesis participated in “Špacír” as well.

The theoretical part describes hiking and long distance walks along with the characteristics of the XVI. year of long distance walk “Špacír”. Non-religious interpretation of pilgrimage and concepts as a spirituality, transcendence and sanctity are discussed further bellow.

The methodical part describes the research methods, research tools and their application in the practical part of the research. There is also described a research sample (participants who had successfully gone 100 kilometres of long distance walk “Špacír”

in 24 hours), research laboratory, data collection and their analysis. The work used two phases of research: questionnaire survey and controlled form of a structured interview. On the base of two phases of research the result part of the thesis presents answers of respondents

44 respondents from the total 61 successful participants of long distance walk “Špacír” participated in the first phase of the questionnaire survey. Analysis of the survey data showed that more than three quarters of respondents perceived the long distance walk as a non-religious pilgrimage.

Among the presented criteria, the basis on which the respondents decide, there are: the absence of check points along the route, no time measuring and monitoring the order of participants at the finish line, the presence of experience within the meaning of transcendence and intense perception of non-religious spirituality. Structured interviews from the second phase of the research confirmed surveyed results from the first phase and respondents described their personal experience from the completed long distance walk. An important element in this thesis is also a personal insight of the author, who participated in the long distance walk.

The most important result of the thesis is the discovery that nearly 85% of participants of long distance walk “Špacír” perceive the event as a form of non-religious pilgrimage. Analyzed data will help the organizers to better understand the participants of the event and it can be a guideline for organizing future years.

Because of the fact that long distance walks haven't been yet deeply studied, the thesis can be useful as an initial survey for further exploration. Due to the specificity of the long distance walk “Špacír” the results can't be generalized for long distance walks aimed in performance.

## 8 REFERENČNÍ SEZNAM

- Anderson, L. S., Curcio, E. P., Feldman, J. A., Kahn, J. H., Mitchell, P., Rebholz, C. M. & White, L. F. (2009). The Impact of Footwear and Packweight on Injury and Illness Among Long-Distance Hikers. *Wilderness and Environmental Medicine*, 20(3), pp. 250–256.
- Belás, M. & Roučková, M. (2015). *Letné športy v prírode*. Bratislava: Metodicko-pedagogické centrum.
- Benner, D. G. (1988). *Psychotherapy and the spiritual quest*. Grand Rapids, MI: Baker Book House.
- Boštiková, S. (2004). *Vysokohorská turistika*. Praha: Grada Publishing.
- Breejen, D. L. (2007). The experiences of long distance walking: A case study of the West Highland Way in Scotland. *Tourism Management*, 28(6), pp. 1417-1427.
- Bursík, J., Cach, S., Daněk, K., Domanický, I., Moser, F., Prusík, K., Průša, J. & Zajíček, J. (1977). *Dálkové pochody: aneb, zdraví došli*. Praha: Olympia.
- Bollnow, O. F. (1990). *Mensch und Raum*, (6th. ed.). Stuttgart: Kohlehammer.
- Coelho, P. (1999). *Alchymista*. Praha, Argo.
- Coelho, P. (2002). *Poutník – mágův deník*. Praha, Argo.
- Crust, L., Keegan, R., Piggott, D. & Swann, C. (2011). Walking the walk: a phenomenological study of long distance walking, *Journal of Applied Sport Psychology*, 23(3), pp. 243-262.
- Dobratz, M. C. (2013). All my saints are within me: Expressions of end-of-life spirituality, *Palliative and Supportive Care*, 11(3), pp. 191–198.
- Eliade, M. (1994). *Posvátné a profánní*, Praha: Česká křesťanská akademie.
- Eliade, M. (2004). *Iniciace, rituály, tajné společnosti*, Brno: Computer Press.
- Elkins, D. N., Hedstrom, L. J., Hughes, L. L., Leaf, J. A. & Saunders, C. (1988). Toward a humanistic-phenomenological spirituality. *Journal of Humanistic Psychology*, 28(4), pp. 5-18.
- Ezzy, D. (2002). *Qualitative Analysis: Practice and innovation*. Crows Nest: Allen & Unwin.
- Frankl, V. E. (1996). *A přesto říci životu ano: psycholog prožívá koncentrační tábor*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství.
- Frankl, V. E. (2006). *Lékařská péče o duši*. Brno: Cesta.
- Giono, J. (2012). *Muž, který sázel stromy*. Praha: Vyšehrad.
- Grün, A. (2002). *Spiritualita zdola*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství.

- Heler, J. & Mrázek, M. (1988). *Nástín religionistiky: Uvedení do vědy o náboženství*. Praha: ÚCN – Kalich.
- Hendl, J. (2005). *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál.
- Hlaváček, M. et al. (1955). *Metodika turistiky*. Praha: Státní tělovýchovné nakladatelství.
- Hlavinka, P. (2005). O putování člověka. *Gymnasion, časopis pro zážitkovou pedagogiku*, 3, pp. 60-62.
- Chlumský, V. (2009). *Tělo, jáství a svět. Psychologicko–filosofický esej*. Praha: Dybbuk.
- Jiříčková, J. (1977). Dálkové pochody a jazyková tvořivost. *Naše řeč*, 60(5) pp. 243-246.
- Jandourek, J. (2003). *Úvod do sociologie*. Praha: Portál.
- Jeřábek, H. (1992). *Úvod do sociologického výzkumu*. Praha: Karolinum 1992.
- Jirásek, I. (2005). *Filosofická kinantropologie – setkání filosofie, těla a pohybu*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Jirásek, I. (2007). *Ideové podloží rekreologie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Jirásek, I. (2014a). Fenomén putování jako symbol duchovního rozměru osobnostního rozvoje v diskursu zážitkové pedagogiky. *Pedagogická orientace*, 24(1), pp 5-21.
- Jirásek, I. (2014b). Pilgrimage–tourism kontinuum once again: matrix of sacred, spiritual and profane connectedness to authenticity. *IDO MOVEMENT FOR CULTURE: Journal of Martial Arts Anthropology*, 14(4), pp. 46-53.
- Jirásek, I. & Jirásková, M. (2014). Winter Wandering on Snow Shoes as a Non-Religious pilgrimage, *IDO MOVEMENT FOR CULTURE: Journal of Martial Arts Anthropology*, 14(2), pp. 47-51.
- Junger, J., Husovská, L., Paučír, L. & Zuzková, K. (2002). *Turistika a športy v prírode*. Prešov: Fakulta humanitních a prírodných vied, Prešovská Univerzita v Prešove.
- Kabat-Zinn, J. (1996). *Vědomí přítomnosti: Meditace bdělosti v každodenním životě*. Olomouc: Votobia.
- Kádnerová, J. (2014). *Fenomén dálkových pochodů. Osobní fond Jana Zajíčka*. SDRUK, 16. kolokvium slovenských, moravských a českých bibliografů. Ostrava: Sdružení knihoven ČR.
- Kane, E. (1985). *Doing Your Own Research*. London-New York: Marion Boyars.
- Katolická církev (2012). *Katechismus katolické církve (365)*. 2. ed., Vatikán: Libreria Editrice Vaticana.
- Keenan, W. F. J. (2016). The Sacramental Thought-World of Implicit Religion. *Implicit religion*, 19(1), pp. 11–47.
- Khandl, L., Liška, B. & Štolc, S. (2006). *Turistika a zdravie*. Bratislava: KST.

- Klička, J. & Sedláček, J. (2007). *Kolébka české turistiky – Pohorská jednota Radhošť a počátky turistiky a lyžování v Beskydech*, Nový Jičín: Muzeum Novojičínska.
- Kompán, J. & Görner, K. (2007). *Možnosti uplatnenia turistiky a pohybových aktivít v prírode v sponse života mladej populácie*. Banská Bystrica: Fakulta humanitných vied, Univerzity Mateja Bela.
- Koukolík, F. (2016). *Rozhodování*. Praha: Karolínium.
- Längle, A., Orglerová, Ch. & Kundi, M. (2001). *ESK – Existenciální škála*. Praha: Testcentrum.
- Längle, A. (2002). *Smysluplně žít: Aplikovaná existenciální analýza*. Brno: Cesta.
- Louka, O., Cihlář, D., Černá, L., Hnízdil, J., Kostlněk, J., Nosek, M., Škopek, M., Valter, L. & Vaněčková, J. (2010). *Základy turistiky a sportů v přírodě*. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně v Ústí nad Labem.
- Moser, F. (1981). *Pěší turistika*. Praha: Olympia.
- Nash, D. (1996). *Anthropology of tourism*. New York: Pergament.
- Nemček, D., Antošovská, D. & Labudová, J. (2008). *Nordic walking: učebné texty pre trénerov, cvičiteľov Športu pre všetkých a študentov študijného odboru Šport a zdravie*. Bratislava: Slovenský zväz rekreačnej telesnej výchovy a športu.
- Němečková, K. (2015). *Nenáboženská spiritualita v postmoderní době. Spiritualita a nové paradigma*. Disertační práce. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Filosofická fakulta
- Neuman, J. (2011). *Úvodní kapitoly pro teorii a metodiku kurzů výchovy v přírodě*. Praha: Projekt Odysea.
- Neuman, J., Brtník, J., Ďoubalík, P., Šafránek, J., Vomáčko, L. & Vomáčková, S. (2000). *Turistika a sporty v přírodě: přehled základních znalostí a dovedností pro výchovu v přírodě*. Praha: Portál.
- Newman, A. B., Boudreau, R. M., Brach, J. S., Harris, T. B., Kritchevsky, S. B., Naydeck, B. L., Nevitt, M. C., Pahor, M., Satterfield, S., Simonsick, E. M. & Studenski, S. A. (2006). Association of Long-Distance Corridor Walk Performance With Mortality, Cardiovascular Disease, Mobility Limitation, and Disability, *Journal of the American Medical Association*, 295(17), pp. 2018-2016.
- Ohler, N. (2002). *Náboženské poutě ve středověku a novověku*. Praha: Vyšehrad.
- Průša, J. (1976). Příprava jednotlivce na dálkový pochod. *Metodické listy pro pobyt v přírodě a turistiku 1-2*, pp. 12-14.
- Punch, K. F. (2008). *Základy kvantitativního šetření*. Praha: Portál.



- Reich, K. H. (2000). What characterizes spirituality? A comment on Pargament, Emmons and Crumpler, and Stifoss-Hansen. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 10(2), pp. 125-128.
- Roundtree, K. (2002). Godees pilgrims as tourist: inscribing the body through sacred travel. *Sociology for Religion*, 63(4), pp 475-496.
- Ryglová, K. (2009). *Cestovní ruch – soubor studijních materiálů*. 3. ed. Ostrava: Key Publishing.
- Rudestam, K. E. & Newton, R. R. (1992). *Surviving your dissertation: a comprehensive guide to content and process*. Newbury Park, SAGE Publications.
- Rux, J. (2014). *Dějiny turismu, vysokoškolská skripta*. Jihlava: VŠPJ.
- Říčan, P. (2002). *Psychologie náboženství*. Praha: Portál.
- Říčan, P. (2006). Spiritualita jako klíč k osobnosti a lidským vztahům, *Československá psychologie*, 50(2), pp. 119–137.
- Saunders, R. E. (2014). Steps towards change: *Personal transformation through long-distance walking*. PhD thesis. Melbourne, VIC, Monash University.
- Solnit, R. (2000). *Wanderlust: A History of Walking*. 2. ed., New York: Penguin Books.
- Turner, V. (2004.) *Průběh rituálu*. Brno: Computer press.
- Turner, V. & Turner, E. (1978). *Image and Pilgrimage in Christian Culture: Anthropological Perspectives*. New York: Columbia University Press.
- Vachon, M., Fillion, L. & Achille, M. (2009). A Conceptual Analysis of Spirituality at the End of Life. *Journal of palliative medicine*, 12(1), pp. 53–59.
- Van Gennepe, A. (1996). *Přechodové rituály*. Praha: Lidové noviny.
- Vollmar, M. (2002). *Anmerkungen zu Wander-Exkursion*. Marburg: Philipps-Universität.
- Vyškovský, J., Bedřich, L., Hansgut, V., Hedvábný, P., Hurychová, A. & Krejčí, J. (1997). *Turistika a sporty v přírodě*. Brno: Masarykova univerzita.
- Zajíček, J. & Caletka, J. (2000). *Dálkové pochody – naše láska*. Mníšek pod Brdy: Educo.
- Žídek, J., Kováčová, S., Kutlík, D., Petrovič, P., Švajda, Š., Zaťko, J. & Žiškay, J. (2004). *Turistika : História turistiky. Obsah, druhy a formy turistiky. Ochrana prírody*. Bratislava : Peter Mačura – PEEM.

## Internetové zdroje

- Asociace turistických oddílů mládeže. Retrieved 13.6.2016 from the World Wide Web: <http://www.a-tom.cz/asociace-tom/co-je-asociace-tom>
- Bible. Písmo svaté Starého a Nového zákona. (2 Kor 11,25-27) Retrieved 16.8.2015 from the World Wide Web: <http://www.biblenet.cz/b/Cor2/11>
- Brněnské okruh vokolo štatlu. Retrieved 7.9.2016 from the World Wide Web: <http://bvvs.vyskovnice.cz/kostra.php?obsah=vysledky>
- Československá tisícovka. Retrieved 27.8.2016 from the World Wide Web: <http://cs-1000.webnode.sk/>
- Československá tisícovka. Retrieved 27.8.2016 from the World Wide Web: <http://cs-1000.webnode.sk/kalendar-akcii/>
- Dálkové pochody. Retrieved 11.9.2015 from the World Wide Web: [www.dalkovepochody.cz](http://www.dalkovepochody.cz)
- Dálkový pochod Moravským Slováckem. Retrieved 8.3.2016 from the World Wide Web: <http://www.sokol.cz/sokol/?action=zobrazakci&id=1376998616>
- Dobročinný cestovatelský projekt Pěšky pro matěje. Retrieved 16.6.2016 from the World Wide Web: <http://www.zivotnacestach.cz/dobrocinnny-cestovatelsky-projekt-pesky-pro-mateje/>
- Domanský, I. (2008). Už jen z tribuny: Na úsvitu dálkových pochodů. Retrieved 23.9.2015 from the World Wide Web: <https://www.behej.com/clanek/1696-uz-jen-z-tribuny-na-uvitu-dalkovych-pochodu>
- Halada, V. (2013). Proměna – hledání iniciace Retrieved 27.9.2015 from the World Wide Web: <http://www.gymnasion.org/archive/article/promena-hledani-iniciace-0>
- Klub českých turistů. Retrieved 13.6.2016 from the World Wide Web: <http://www.kct.cz/cms/o-organizaci-klubu-ceskych-turistu>
- Putování, poutnictví a poutníci. Retrieved 16.1.2016 from the World Wide Web: <http://www.ultreia.cz/svatojakubska-cesta/historie/putovani-poutnictvi-a-poutnici>
- Scheinpflugová, O. Databáze knih. Retrieved 27.12.2015 from the World Wide Web: <http://www.databazeknih.cz/citaty/olga-scheinpflugova-4564>
- Slovník latisko–český. Retrieved 21.12.2015 from the World Wide Web: <https://cs.glosbe.com/la/cs/limen>
- Špacír aneb 100 km za 24 hodin. Retrieved 13.2.2015 from the World Wide Web: <http://naspacir.eu>

Špacír aneb 100 km za 24 hodin. Retrieved 13.2.2015 from the World Wide Web:  
<http://naspacir.eu/o-spaciru/>

Špacír aneb 100 km za 24 hodin. Retrieved 13.2.2015 from the World Wide Web:  
<http://naspacir.eu/o-spaciru/trasa/>

Urbancová, Z. (2015). Jak se připravit na pražskou stovku. Retrieved 3.9.2016 from the  
World Wide Web: <http://www.trailove.cz/jak-se-pripravit-na-prazskou-stovku>

Žižlavský, R. (2012). Retrieved 3.9.2016 from the World Wide Web: ([https://psychologie  
.cz/rozcesti-duchovni-pouti/](https://psychologie.cz/rozcesti-duchovni-pouti/))

## Seznam tabulek

Tabulka 1 Česko–Slovenská tisícovka .....	19
Tabulka 2 Přehled registrovaných účastníků XVI. ročníku dálkového pochodu Špacír .....	27
Tabulka 3 Přehled registrovaných účastníků, kteří dokončili XVI. ročník dálkového pochodu Špacír .....	27
Tabulka 4 Přehled výsledků XVI. ročníku dálkového pochodu Špacír .....	27

## Seznam grafů

Graf 1. Výsledky dálkového pochodu .....	28
Graf 2. Rozlišení respondentů podle pohlaví .....	43
Graf 3. Rozlišení respondentů podle věku .....	44
Graf 4. otázka č. 1.a Absolvujete dálkový pochod Špacír poprvé? .....	47
Graf 5. otázka č. 1.b Kolik jste absolvoval dálkových pochodů? .....	48
Graf 6. otázka č. 1.c Jak dlouhý je obvykle pochod, který absolvujete během jednoho dne? .....	48
Graf 7. otázka č. 1.d Vnímali jste dálkový pochod Špacír jako výzvu? .....	49
Graf 8. otázka č. 2.a Byl pro Vás dálkový pochod Špacír příležitostí k odpoutání se od každodenního života? .....	50
Graf 9. otázka č. 2.b Považujete zkušenost z dálkového pochodu Špacír jako možnost	

osobního duchovního rozvoje? .....	50
Graf 10. otázka č. 2.c Vnímáte absolvovaný pochod také ve smyslu duševní očisty? .....	51
Graf 11. otázka č. 2.d Vnímáte absolvovaný pochod také ve smyslu nenáboženské spirituality? .....	52
Graf 12. otázka č. 2.e Vnímá/a jste začátek nového dne a východ slunce, jako spirituální prožitek?.....	52
Graf 13. otázka č. 2.f Máte pocit, že díky absolvování cesty jste si více uvědomil existenci něčeho co Vás přesahuje? (příroda, vesmír...) .....	53
Graf 14. otázka č. 3.a Myslíte si, že přítomnost prožitků ve smyslu transcendence (sebe-přesahu) lze očekávat při putování? .....	55
Graf 15. otázka č. 3.b Myslíte si, že přítomnost prožitků ve smyslu transcendence (sebe-přesahu) lze očekávat při turistice? .....	55
Graf 16. otázka č. 3.c Myslíte si, že intenzivní vnímání nenáboženské spirituality lze očekávat při putování? .....	56
Graf 17. otázka č. 3.d Myslíte si, že intenzivní vnímání nenáboženské spirituality lze očekávat při turistice? .....	57
Graf 18. otázka č. 3.e Myslíte si, že lze očekávat psychickou náročnost a zkoušku vůle při putování? .....	57
Graf 19. otázka č. 3.f Myslíte si, že lze očekávat psychickou náročnost a zkoušku vůle při putování? .....	58
Graf 20. otázka č. 3.g Myslíte si, že lze očekávat fyzickou náročnost na cestě a namáhavost chůze při putování? .....	59
Graf 21. otázka č. 3.h Myslíte si, že lze očekávat fyzickou náročnost na cestě a namáhavost chůze při turistice? .....	59
Graf 22. otázka č. 3.i Předpokládáte absenci kontrolních stanovišť na trase v případě putování? .....	60
Graf 23. otázka č. 3.j Předpokládáte absenci kontrolních stanovišť na trase v případě turistiky? .....	61
Graf 24. otázka č. 3.k Předpokládáte absenci měření času a sledování pořadí v cíli v případě putování? .....	61
Graf 25. otázka č. 3.l Předpokládáte absenci měření času a sledování pořadí v cíli v případě turistiky? .....	62
Graf 26. otázka č. 4 Vnímáte absolvovaný dálkový pochod jako formu turistiky, nebo (nenáboženského) putování? .....	63

Graf 27. otázka č. 5 Vnímáte spojitost, či nějaké společné znaky absolvovaného dálkového pochodu a náboženské poutě? .....	64
Graf 28. otázka č. 6 Budete po této zkušenosti absolvovat další pochod Špacír? .....	65

### **Seznam použitých zkratk**

A-TOM – Asociace turistických oddílů mládeže

apod. – a podobně

atp. – a tak podobně

atd. – a tak dále

CS–1000 – Československá tisícovka

ČR – Česká republika

ČSTV – Československý svaz tělesné výchovy a sportu

DP – dálkový pochod

GPS – Global Positioning System (satelitní navigační systém)

KČST – Klub československých turistů

KČT – Klub českých turistů

SVČ – Středisko volného času

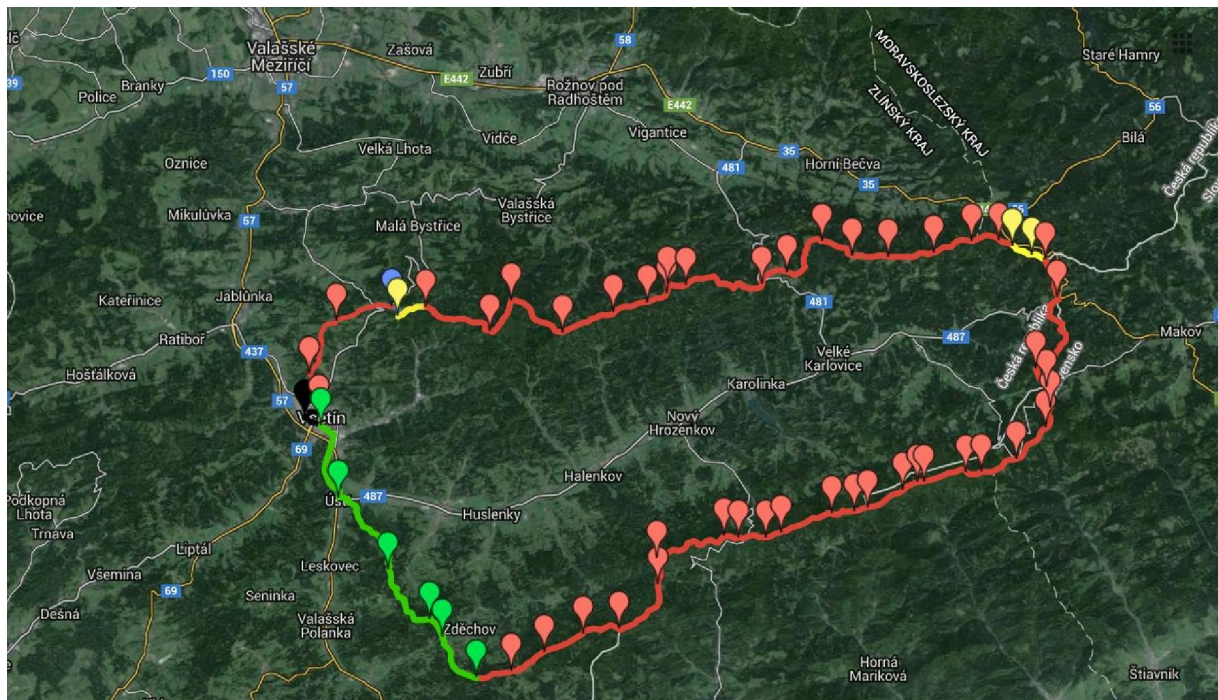
TOM – Turistické oddíly mládeže

tzv. – tak zvaný

## 9 PŘÍLOHY

### Příloha č. 1

#### Mapa trasy XVI. ročníku DP Špacír



Zdroj: [www.naspacir.eu](http://www.naspacir.eu)

### Příloha č. 2

#### Průvodní kartička XVI. ročníku DP Špacír



Zdroj: [www.naspacir.eu](http://www.naspacir.eu)

### Příloha č. 3

#### Informační leták pro úspěšné absolventy DP Špacír

Vážení špacírníci,

svým odhodláním, nezlomnou vůlí a nemalou dávkou psychické odolnosti jste příkladem všem, kteří mají snahu něčeho dosáhnout. Dosáhli jste cíle ve stanoveném limitu 24 hodin. Dámy si tvrdě vybojovaly na celý rok titul Valašská lezůňka a pánové Valašský lezůň. Napadá Vás, proč se Vám do ruky dostal tento letáček? Jak Vám bylo představeno při zahájení akce, Ti z Vás, kteří úspěšně dokončili Špacír v limitu 24 hodin, se mohou zúčastnit výzkumu na téma **Dálkový pochod jako forma turistiky a putování**. Zajímá Vás odpověď na otázku, zda je dálkový pochod Špacír spíše formou turistiky, nebo **putování**? To můžeme spolu vyzkoumat. Slovo **turistika** nikoho nepřekvapí. Putování je slovíčko více významů. My zde máme na mysli putování bez náboženství, ne tedy náboženské poutě. Chůzi, při které můžete zažít více než jen pohled na okolní krajinu. Například pochod, při němž můžete mít hlubší prožitky, vnímání něčeho co je **sebe-přesahující**, a také vnitřní **spiritualitu** každého z Vás. Spiritualita může být nenáboženská, s tím co člověka přesahuje, co je za hranicí každodennosti a obyčejnosti. Toho jste možná na cestě prožili hodně. Někdo mohl cítit **posvátno**, které je **náboženského** charakteru. Jiný vnímal naopak spiritualitu, třeba jako podobu autentického, povznášejícího, hlubokého osobního prožitku uvnitř, který může být **nenábožensky** duchovní. Povznášet může i náboženská pout', my ale zkoumáme putování jako nenáboženský fenomén a turistiku (pěší), kterou jistě dobře znáte s kontrolami, nebo měřením času, jak je obvyklé.

Na internetová adrese [www.naspacir.eu](http://www.naspacir.eu), kterou jistě znáte, najdete odkaz na elektronický dotazník. Vyplňování Vám nezabere myslím více než 10 minut a dotazník je zcela anonymní. Prosím Vás o vyjádření svých vnitřních prožitků, vjemů a všeho co Vás obohatilo. Výsledky výzkumu jsou určeny pro diplomovou práci a právě Vaše prožitky a vše, čím jste si „prošli“, jsou pro její vypracování nezbytné.

Děkuji Vám za spolupráci

Martin Očadlík, student Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci,  
obor Rekreatologie (věnující se aktivnímu pohybu ve volném čase)

## Příloha č. 4

### Seznam otázek ankety

1.a Absolvujete dálkový pochod Špacír poprvé?

Ano                      Ne

1.b Kolik jste absolvoval dálkových pochodů?

Dva                      Tři                      Čtyři                      Pět                      Více jak pět

1.c Jak dlouhý je obvykle pochod, který absolvujete během jednoho dne?

Do 15 km      15–30 km      30–50 km      50–70 km      70–90 km      90 a více km

1.d Vnímáte dálkový pochod Špacír jako výzvu?

rozhodně ano              spíše ano              nevím              spíše ne              rozhodně ne

2.a Byl pro Vás dálkový pochod Špacír příležitostí k odpoutání se od každodenního života?

rozhodně ano              spíše ano              nevím              spíše ne              rozhodně ne

2.b Považujete zkušenost z dálkového pochodu Špacír jako možnost osobního duchovního rozvoje?

rozhodně ano              spíše ano              nevím              spíše ne              rozhodně ne

2.c Vnímáte absolvovaný pochod také ve smyslu duševní očisty?

rozhodně ano              spíše ano              nevím              spíše ne              rozhodně ne

2.d Vnímáte absolvovaný pochod také ve smyslu nenáboženské spirituality?

rozhodně ano              spíše ano              nevím              spíše ne              rozhodně ne

2.e Vnímáte/a jste začátek nového dne a východ slunce, jako spirituální prožitek?

rozhodně ano              spíše ano              nevím              spíše ne              rozhodně ne

2.f Máte pocit, že díky absolvování cesty jste si více uvědomil existenci něčeho co Vás přesahuje? (příroda, vesmír...)

rozhodně ano              spíše ano              nevím              spíše ne              rozhodně ne

3.a Myslíte si, že přítomnost prožitků ve smyslu transcendence (sebe-přesahu) lze očekávat při putování?

rozhodně ano              spíše ano              nevím              spíše ne              rozhodně ne

3.b Myslíte si, že přítomnost prožitků ve smyslu transcendence (sebe-přesahu) lze očekávat při turistice?

3.c Myslíte si, že intenzivní vnímání nenáboženské spirituality lze očekávat při putování?

rozhodně ano              spíše ano              nevím              spíše ne              rozhodně ne



3.d Myslíte si, že intenzivní vnímání nenáboženské spirituality lze očekávat při turistice?

rozhodně ano      spíše ano      nevím      spíše ne      rozhodně ne

3.e Myslíte si, že lze očekávat psychickou náročnost a zkoušku vůle při putování?

rozhodně ano      spíše ano      nevím      spíše ne      rozhodně ne

3.f Myslíte si, že lze očekávat psychickou náročnost a zkoušku vůle při turistice?

rozhodně ano      spíše ano      nevím      spíše ne      rozhodně ne

3.g Myslíte si, že lze očekávat fyzickou náročnost na cestě a namáhavost chůze při putování?

rozhodně ano      spíše ano      nevím      spíše ne      rozhodně ne

3.h Myslíte si, že lze očekávat fyzickou náročnost na cestě a namáhavost chůze při turistice?

rozhodně ano      spíše ano      nevím      spíše ne      rozhodně ne

3.i Předpokládáte absenci kontrolních stanovišť na trase v případě putování?

rozhodně ano      spíše ano      nevím      spíše ne      rozhodně ne

3.j Předpokládáte absenci kontrolních stanovišť na trase v případě turistiky?

rozhodně ano      spíše ano      nevím      spíše ne      rozhodně ne

3.k Předpokládáte absenci měření času a sledování pořadí v cíli v případě putování?

rozhodně ano      spíše ano      nevím      spíše ne      rozhodně ne

3.l Předpokládáte absenci měření času a sledování pořadí v cíli v případě turistiky?

rozhodně ano      spíše ano      nevím      spíše ne      rozhodně ne

4 Vnímáte absolvovaný dálkový pochod jako formu turistiky, nebo (nenáboženského) putování?

putování      spíše putování      nevím      spíše turistiku      turistiku

5 Vnímáte spojitost, či nějaké společné znaky absolvovaného dálkového pochodu a náboženské poutě?

rozhodně ano      spíše ano      nevím      spíše ne      rozhodně ne

6 Budete po této zkušenosti absolvovat další pochod Špacír?

rozhodně ano      spíše ano      nevím      spíše ne      rozhodně ne