

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE  
EVANGELICKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

**Duchovní vedení a psychoterapie jako cesty  
k uzdravení vnitřních zranění**

**BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

Autor:	Zdeněk Vít
Katedra:	filozofie a teologie
Vedoucí práce:	Mgr. Michael Martinek, Th.D.
Studijní program:	7502R Sociální práce
Studijní obor:	Sociální a pastorační práce
Přidělovaný akademický titul:	Bc
Rok odevzdání:	2007



## **Prohlášení**

1. Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci s názvem „Duchovní vedení a psychoterapie jako cesty k uzdravení vnitřních zranění“ vypracoval samostatně a výhradně s použitím uvedených pramenů a literatury.
2. Souhlasím s tím, aby byla zpřístupněna veřejnosti ke studijním účelům.

V Novém Městě nad Metují dne 7. 5. 2007.

Zdeněk Vít



## **Povinné údaje k práci (Obligatory data to the thesis):**

### **A. Překlad názvu práce do angličtiny**

#### **Translation of the title of the thesis into English**

*Duchovní vedení a psychoterapie jako cesty k uzdravení vnitřních zranění*

*The contribution of spiritual guidance and psychotherapy to recovery from inner injuries*

### **B. Anotace a klíčová slova v jazyce práce**

#### **Annotation and key words of the thesis**

##### ***Anotace***

Tato práce se zabývá vnitřním zraněním a procesem jeho uzdravení v duchovním vedení a v psychoterapii. Autor se pokouší objasnit zejména vztah vnitřního zranění k duchovnímu vedení a životu člověka.

V první části práce autor krátce představuje duchovní vedení a jeho oblasti. Následně se snaží zodpovědět, v čem spočívá vnitřní zranění a jak je možné ho vymezit. Téma vnitřního zranění nahlíží dvojím způsobem: z pohledu procesu duchovního zrání a z pohledu obecné psychoterapie a některých psychotherapeutických směrů. V závěru první části se autor pokouší o definici vnitřního zranění z pohledu psychoterapie a z pohledu duchovního vedení.

V druhé části autor stanovuje cíl uzdravení vnitřních zranění z pohledu psychoterapie a z pohledu duchovního vedení. Následně ukazuje, jak s vnitřním zraněním pracují vybrané terapeutické směry a jak vybraní duchovní vůdci a duchovní autoři. Proces uzdravení vnitřních zranění skrze duchovní růst sleduje autor dvojím způsobem. V prvním případě ukazuje, jakým způsobem vede duchovní vůdce duchovně vedeného a jak v důsledku tohoto vedení dochází ke změně. V druhém případě podrobně sleduje vnitřní proměnu a uzdravení člověka v procesu duchovního růstu. Závěrem této části autor přibližuje proces vnitřního uzdravení v duchovním vedení a učení velkých křesťanských osobností.

Třetí část práce ukazuje praktický způsob biblického duchovního vedení v podání zkušeného protestantského autora, který se věnuje duchovnímu uzdravení obětí sexuálního zneužití.

V závěru práce autor porovnává způsob práce s vnitřním zraněním v psychoterapii a v duchovním vedení. Zároveň se pokouší vymezit, jaké místo může psychoterapie zaujímat v procesu duchovní proměny člověka a jak může na této cestě pomáhat.

### ***Klíčová slova***

- vnitřní zranění
- uzdravení vnitřních zranění
- duchovní vedení
- psychoterapie
- duchovní růst

### **C. Překlad anotace a klíčových slov do angličtiny**

#### **Translation of the annotation and key words into English**

#### ***Annotation***

This work looks at inner injuries and the role of spiritual guidance and psychotherapy in their recovery. In particular the author attempts to highlight relations between inner injury and spiritual guidance and a life.

The first part to the thesis briefly introduces the field of a spiritual guidance. Subsequently the author endeavours to determine where the inner injury may lie and how to define it. The topic of inner injury is seen from two points of view: firstly as part of the process of spiritual maturation, and secondly from the perspective of general psychotherapy. At the end of the first part the author tries to form a definition of inner injury from the perspectives of psychotherapy and spiritual guidance.

In the second part of the thesis the author examines recovery of inner injuries

from psychotherapy and spiritual guidance point of view. Subsequently he illustrates the topic of inner injuries by examining some chosen therapeutic movements, spiritual leaders and spiritual writers and their ways of working within this field. The recovery process from inner injuries through spiritual growth has been seen in two parallel ways: firstly through techniques by which a spiritual leader guides the process of healing in a recipient, and the changes as a result of this spiritual guidance.

Secondly, the author observes in detail the inner transformation and healing of a man in the process of spiritual growth. In the final part, the author focuses on the historical process of inner healing through a spiritual guide and highlights the contribution of great Christian personalities.

The third part of the thesis is dedicated to a practical methods of biblical spiritual guidance presented by an experienced Protestant writer who devoted his work to victims of sexual abuse and their spiritual recovery.

At the very end of the thesis the author compares methods of working with inner injuries in psychotherapy and in spiritual guidance. At the same time he tries to delimit the boundaries of psychotherapy in the process of transformation of a human being from a spiritual point of view, and examine the role it can play together with a spiritual guidance in befriending.

***Key words:***

- inner injury
- recovery from inner injury
- spiritual guidance
- psychotherapy
- spiritual growth





## **Poděkování**

Chtěl bych poděkovat vedoucímu práce panu Mgr. Michaelu Martinkovi za jeho konstruktivní rady a cenné kritické připomínky k této práci, paní PhDr. Kristýně Marii Břichcínové za důležité počáteční impulsy pro psaní a v neposlední řadě své rodině za trpělivost a pochopení.



## Obsah:

1.	Úvod.....	1
2.	Co je to duchovní vedení.....	3
2.1.	Tradice duchovního vedení.....	3
2.2.	Duchovní vedení dnešní doby.....	4
2.3.	Oblasti duchovního vedení v dnešní době podle Augustyna.....	4
2.4.	Oblasti duchovního vedení podle dalších autorů.....	6
3.	Definice vnitřního zranění.....	10
3.1.	Vnitřní zranění z pohledu psychologie a psychoterapie.....	10
3.1.1.	Vnitřní zranění z pohledu obecné psychoterapie.....	10
3.1.2.	Vnitřní zranění z pohledu některých psychoterapeutických škol.....	12
3.1.2.1.	Rogersovská humanistická psychologie.....	12
3.1.2.2.	Psychoanalýza C.G. Junga.....	12
3.1.2.3.	Behaviorismus.....	13
3.1.2.4.	Logoterapie a existenciální analýza V.E. Frankla.....	13
3.1.2.5.	Franklův filozoficko teologický přesah.....	15
3.2.	Vnitřní zranění z pohledu duchovního vedení.....	16
3.2.1.	Pokus o definici vnitřního zranění na základě oficiálních církevních dokumentů.....	16
3.2.1.1.	Dokumenty II. Vatikánského koncilu.....	16
3.2.1.2.	Katechismus katolické církve.....	17
3.2.1.3.	Možná podoba definice vnitřního zranění.....	19
3.2.2.	Vnitřní zranění a emoční potřeby podle Keatinga.....	20
3.2.2.1.	Zraňující emoce z období instinktivních potřeb.....	20
3.2.2.2.	Cesta k falešnému já v období racionality a reflektivního sebeuvědomění.....	22
3.2.2.3.	Shrnutí podstaty zranění u Keatinga.....	22
3.2.3.	Podstata vnitřního zranění u Frielingsdorfa.....	23
3.2.3.1.	Teologické zakotvení vnitřního zranění.....	23
3.2.3.2.	Shrnutí podstaty zranění u Frielingsdorfa.....	24
3.2.4.	Vnitřní zranění u některých dalších autorů.....	24
3.2.4.1.	Zranění u Velly.....	24
3.2.4.2.	Augustynovo pojetí.....	25
3.2.4.3.	Pojetí podle Crabba.....	26
3.3.	Srovnání pohledů na vnitřní zranění.....	26
4.	Jak může vnitřně zraněnému člověku pomoci proces duchovního zranění.....	29
4.1.	Podstata vnitřního uzdravení v psychoterapii.....	29
4.1.1.	Cíle obecné psychoterapie.....	29
4.1.2.	Rogersovská humanistická psychoterapie.....	30
4.1.3.	Psychoanalýza C.G. Junga.....	30
4.1.4.	Behaviorální psychoterapie.....	31
4.1.5.	Logoterapie a existenciální analýza.....	32
4.2.	Uzdravení vnitřních zranění v procesu duchovního růstu.....	33
4.2.1.	Cíl uzdravení v duchovním vedení.....	33
4.2.2.	Uzdravení vnitřních zranění u Augustyna.....	35
4.2.2.1.	První kroky a podmínky procesu uzdravení.....	35

4.2.2.2.	Moment proměny v procesu změny .....	36
4.2.2.3.	Proměna způsobená pokáním .....	38
4.2.3.	Uzdravení vnitřních zranění u Keatinga .....	39
4.2.3.1.	Základní osvobození od falešného ‚já‘ a nezdravých emocí .....	39
4.2.3.2.	Období zvláštních zkoušek .....	40
4.2.3.3.	Duchovní plody noci smyslů .....	41
4.2.3.4.	Kontemplativní modlitba a její stupně .....	42
4.2.3.5.	Noc ducha a transformační svazek .....	43
4.2.4.	Charismatické pojetí vnitřního uzdravení podle Velly .....	45
4.2.4.1.	Základy uzdravení u Velly .....	45
4.2.4.2.	Přijetí reality .....	46
4.2.4.3.	Hřích a jeho kořeny .....	47
4.2.4.4.	Odpuštění .....	47
4.2.4.5.	Léčení vnitřních zranění po odpuštění .....	48
4.2.4.6.	Praktická ukázka Vellova směřování duchovně uzdravovaných .....	48
4.2.5.	Pohledy na vnitřní zranění u Grüna .....	49
4.2.5.1.	Vnitřní uzdravení ve spiritualitě zdola .....	49
4.2.5.2.	Modlitba a uzdravení .....	51
4.3.	Cesta k vnitřnímu uzdravení v duchovním vedení velkých křesťanských osobností .....	52
4.3.1.	Rozhodnutí pro Krista a cesty světců .....	52
4.3.2.	Cesta ke Kristu a nutnost uzdravení .....	53
4.3.3.	Proměna smyslové lásky u sv. Jana od Kříže .....	54
4.3.4.	Cesta radostného mysticismu u sv. Terezie z Avily .....	57
4.3.5.	Nemoc a svatost .....	58
5.	Praktické využití duchovního vedení v oblasti sexuálního zneužití u Allendera ...	61
5.1.	Podoba zneužití .....	61
5.2.	Reakce na zneužití .....	62
5.3.	Škody způsobené zneužitím .....	62
5.4.	Cesta k růstu a uzdravení .....	64
5.4.1.	Proces změny .....	65
5.4.2.	Srovnání obvyklé cesty ke změně a biblické cesty podle Allendera .....	65
5.4.3.	Biblická cesta ke změně podle Allendera .....	67
5.4.3.1.	Poctivost .....	67
5.4.3.2.	Pokání .....	69
5.4.3.3.	Smělá láska .....	71
5.4.4.	Odměna biblické cesty .....	73
6.	Závěr .....	75
6.1.	Srovnání práce s vnitřními zraněními v psychoterapii a v jednotlivých modelech duchovního vedení .....	75
6.2.	Psychoterapie a duchovní cesta člověka .....	77
	Seznam použité literatury: .....	81

# 1. Úvod

Duchovní vedení v současné době je záležitostí sice ne neznámou, ale ani příliš využívanou. Člověk, který nemá žádné závažné „vnitřní“ problémy, jež by mu znesnadňovaly život, nevnímá v důsledku toho potřebu vnitřní či duchovní proměny reflektované někým dalším. Pokud člověk „vnitřní“ problémy má, mohou pro něho být i důležitým a stálým impulsem k duchovnímu hledání a lidskému tazání. Pocítí-li však nutnost nebo potřebu je řešit, rozhodne se většinou pro specializovanou pomoc psychoterapie, často bez potřeby kontextu s jeho duchovním životem. Uzdravení vnitřních problémů připadá většině lidí nad síly a možnosti duchovního vedení a duchovního uzdravení.

V první části této práce, poté co si krátce představíme duchovní vedení, se budeme snažit zodpovědět, v čem spočívá vnitřní zranění a jak je možné ho vymezit. Objasníme si otázku, jaké místo zaujímá vnitřní zranění v procesu duchovního zrání a co je jeho podstatou. Abychom měli srovnání, zodpovíme si podstatu vnitřního zranění nejprve z pohledu obecné psychoterapie a některých psychoterapeutických směrů. Následně, pro větší objektivitu, si vymezíme vnitřní zranění na základě oficiálních církevních dokumentů a poté se jím budeme zabývat z pohledu význačných duchovních vůdců a duchovních autorů. Autory vybereme tak, aby pohled na vnitřní zranění zahrnoval širokou škálu pojetí duchovního vedení či procesu duchovního zrání. Na závěr této části se pokusíme o definici vnitřního zranění z pohledu psychoterapie a z pohledu jednotlivých duchovních osobností, případně církevních dokumentů. Zároveň tyto pohledy na vnitřní zranění mezi sebou porovnáme.

V druhé části navážeme na zjištěné skutečnosti a stanovíme cíl uzdravení vnitřního zranění z pohledu psychoterapie a z pohledu duchovního vedení. Následně budeme zjišťovat, jak v procesu vnitřního uzdravení pracuje s jednotlivými pojetími vnitřních zranění psychoterapie a některé vybrané psychoterapeutické směry a jak vybraní duchovní vůdci a duchovní autoři. Proces uzdravení vnitřních zranění skrze duchovní růst budeme sledovat dvojím způsobem. V prvním případě budeme sledovat, jakým způsobem vede duchovní

vůdce duchovně vedeného a jak v důsledku tohoto vedení dochází ke změně. V druhém případě budeme, v podání některých duchovních autorů, podrobně sledovat vnitřní proměnu a uzdravení člověka v procesu duchovního růstu. Závěrem této části se také pokusíme přiblížit si proces vnitřního uzdravení v duchovním vedení a učení velkých křesťanských osobností.

Třetí část práce je zaměřena prakticky. Podrobně si ukážeme způsob biblického duchovního vedení v podání zkušeného protestantského autora, který se věnuje duchovnímu uzdravení obětí sexuálního zneužití.

V závěru zhodnotíme práci s vnitřním zraněním v psychoterapii a v duchovním vedení a porovnáme přístupy a zkušenosti jednotlivých duchovních autorů. Zároveň se pokusíme vymezit, jaké místo může psychoterapie zaujímat v procesu duchovní proměny člověka a jak může na této cestě pomáhat.

## 2. Co je to duchovní vedení

Na začátku této práce se nejprve pokusíme vymezit, co je to duchovní vedení. Začneme od historického a biblického zakotvení a přejdeme až do současnosti. Rozlišíme, jakých podob může nabývat a čeho všeho se může týkat, ale zároveň uvedeme, co by duchovním vedením nazýváno být nemělo a jak by vypadat nemělo. V naší práci se budeme zabývat křesťanskou podobou duchovního vedení. Pojem duchovního vedení budeme používat zejména ve smyslu duchovního doprovázení, které je charakteristické, oproti duchovnímu vedení působícímu dojmem nepřiliš svobodné poslušnosti vůči autoritě, oboustranným vstřícným vztahem a vzájemným sdílením dvou osob, z nichž jedna je zpravidla v procesu duchovního růstu „dále“ než druhá – vedená.

### 2.1. Tradice duchovního vedení

Když mluvíme o křesťanském duchovním vedení, můžeme zároveň mluvit i o určité tradici duchovního vedení. Důležitým bodem v tradici duchovního vedení je přelom starozákonní a novozákonní doby v podobě působení Ježíše Krista. Z historického pohledu můžeme právě Krista označit jako prvního duchovního vůdce, který jakožto Boží Syn vedl a ukazoval svým učedníkům cestu k Bohu Otci. On sám nám předává poselství o tom, že ve své jedinečnosti je „tou cestou“ a že zároveň ve své trojjedinosti je i cílem, když odpovídá Tomášovi na jeho otázku, kam jdeš a jak bychom mohli znát cestu, slovy: „Já jsem ta cesta, pravda i život. Nikdo nepřichází k Otci než skrze mne. Kdybyste znali mne, znali byste i mého Otce. Nyní ho již znáte, neboť jste ho viděli“.<sup>1</sup> Na jiném místě v evangeliu odpovídá Filipovi: „Nevěříš, že já jsem v Otci a Otec ve mně?“<sup>2</sup> O tom, jak vypadalo duchovní vedení v apoštolské době, máme velmi dobrý příklad ve Skutcích apoštolů a v jednotlivých listech Nového zákona. Zejména apoštol Pavel je jedinečným příkladem duchovního vůdce tehdejší doby.

---

<sup>1</sup> Jan 14,5-7.

<sup>2</sup> Jan 14,10.

V období po apoštolu Pavlovi následovalo v církvi několik významných osobností, které byly zároveň i významnými duchovními vůdci. Některými z nich se ještě budeme zabývat, mezi mnohými můžeme jmenovat např. Klemense Alexandrijského, Jana Zlatoustého, Augustina (církvní otcové), Simeona Nového teologa (východní tradice), Benedikta, Bonaventuru, Tomáše Akvinského, Kateřinu Sienskou, Kempenského (středověký západ), Kalvína (protestantská reformovaná tradice), Ignáce z Loyoly, Terezií z Avily, Jana od Kříže (katolická reforma), a určitým způsobem i Terezií z Lisieux (světici moderní „neurotické“ doby, †1897).<sup>3</sup>

## **2.2. Duchovní vedení dnešní doby**

Křesťanské myšlení prošlo, od doby církevních otců, dlouhým a složitým vývojem a stejně složitým vývojem prošel i „svět“, který se z větší části posunul směrem k vědě, technice, materialismu, ateizmu a konzumnímu způsobu života. Duchovní vedení dnešní doby se tak musí nutně lišit od duchovního vedení doby apoštolské a středověké. Dnešní poznatky z oblasti psychologie, sociologie, biologie a ostatních věd staví před duchovního vůdce množství nových otázek a podnětů, které mu dávají nové možnosti přístupu k „vedenému“ na straně jedné, na straně druhé ho nutí tyto nové otázky a podněty poctivě zpracovat. Jednou z takových oblastí je oblast vnitřního zranění, kterou důkladně prozkoumala a nadále prozkoumává psychologie. Pro duchovního vůdce je velkou výzvou, protože velmi významně ovlivňuje duchovní život člověka. I touto problematikou se budeme zabývat v této práci. Než však přejdeme k oblasti vnitřních zranění, podíváme se, jakých oblastí se duchovní vedení v dnešní době může týkat, co všechno z života člověka může patřit do duchovního vedení.

## **2.3. Oblasti duchovního vedení v dnešní době podle Augustyna**

Podle Augustyna<sup>4</sup> je možné duchovní vedení rozdělit na „duchovní vedení“, „duchovní doprovázení“ a „duchovní otcovství“. „Duchovní vedení“ lze chápat

---

<sup>3</sup> viz. Lane, T. *Dějiny křesťanského myšlení*.

<sup>4</sup> viz Augustyn, J. *Vedení Bohem*. s. 20-22.



jako individuální duchovní pomoc poskytovanou člověku v procesu jeho vnitřního růstu. „Duchovní doprovázení“ zdůrazňuje oproti duchovnímu vedení možnost vzájemného sdílení a výměny individuální duchovní pomoci mezi dvěma osobami, které jsou ve vzájemném přátelském a vstřícném vztahu. „Duchovní otcovství“ je méně časté a zahrnuje moment předávání duchovního života.

Tentýž autor dělí ve své knize „Vedení Bohem“ duchovní vedení na několik oblastí:

- rozlišování v duchovním vedení,
- vnitřní uzdravení vztahu k rodičům,
- oblast sexuální problematiky,
- oblast modlitby,
- oblast na pomezí duchovního vedení a psychoterapie.

Oblast rozlišování je pro Augustyna klíčovou v oblasti duchovního života. Ignác z Loyoly nazývá tuto oblast rozlišováním dobrých a zlých duchů.<sup>5</sup> Pojem rozlišování duchů v sobě předpokládá, že člověk má v sobě protichůdné duchovní síly, dva duchy, síly dobra a zla, dobrého a zlého ducha. Je to terén duchovního boje a zápasu. Jak tato oblast souvisí s naším tématem vnitřního zranění, se dozvídáme z Augustynovy citace Jana Pavla II.: „dobrá psychologická příprava jistě usnadní poznat tajemství svědomí a odlišovat (...) činy v pravdě ‚lidské‘ neboli takové, za které člověk nese odpovědnost, od činů ‚člověka‘. Posledně zmíněné bývají podmíněny psychologickými mechanismy“.<sup>6</sup> Podle Augustyna je toto odlišení výlučně lidských činů od činů „člověka“ v duchovním vedení nepostradatelné, a to především v kontaktu s emocionálně zraněnými jedinci, jejichž mravní jednání často zabředá do četných psychologických mechanismů.<sup>7</sup>

---

<sup>5</sup> viz Ignác z Loyoly. *Souborné dílo*. s. 89-92.

<sup>6</sup> Augustyn, J. *Vedení Bohem*. s. 37. Citace z: Jan Pavel II. *Promluva k členům Apoštolské penitenciarie*, „*L'Osservatore Romano*“ (pol. vydání). 5-6/1993. s.44.

<sup>7</sup> viz Augustyn, J. *Vedení Bohem*. s. 37.

Oblast vnitřního uzdravení vztahu k rodičům je také velmi závažná, protože vnitřní zranění ve vztahu k rodičům bývají zásadním zdrojem emocionální nestability.<sup>8</sup>

Sexuální problematiku chápe Augustyn nejvíce v pojmu sexuální integrace, kterou pojímá jako „současnou“ jednotu fyzického rozměru sexuality s celou lidskou osobností, tzn. s emocionalitou i s duchovní oblastí. Úzké spojení s Bohem a intimní pouto s ním vnímá jako zásadní zdroj uzdravení v sexuální oblasti.<sup>9</sup>

Modlitba je pro Augustyna oblastí, kde dochází k rozhovoru s Bohem, k setkání člověka s Bohem, k intimnímu setkání dítěte s Otcem a je zároveň místem proměny. Vedení v této oblasti vnímá jako nezbytné z důvodu ochrany vedeného před subjektivismem, který často způsobuje, že se dotyčný při modlitbě řídí svými neuspořádanými emocemi.<sup>10</sup>

Rozhraní duchovního vedení a psychoterapie je širší otázkou, kterou se budeme zabývat samostatně.

## **2.4. Oblasti duchovního vedení podle dalších autorů**

Velmi podrobné členění a systematizaci duchovního vedení podle stupňů podává Sudbrack.<sup>11</sup> Jeho rozdělení duchovního vedení na stupně vychází z tradice postupné cesty k Bohu. Nejde však o nějaký lineární postup, všechny stupně se vzájemně prolínají a podpírají. Sudbrack rozděluje duchovní vedení na tyto stupně:

1. Somatický stupeň – uvedení do cvičení
2. Pedagogický stupeň – výchova k lidství
3. Psychologický stupeň – vypořádání se se sebou samým
4. Mystagogický stupeň – uvedení do víry jako vědění a zakoušení
5. Duchovní stupeň – provázení na duchovní cestě

---

<sup>8</sup> viz Augustyn, J. *Vedení Bohem*. s. 48-49.

<sup>9</sup> viz Augustyn, J. *Vedení Bohem*. s. 60.

<sup>10</sup> viz Augustyn, J. *Vedení Bohem*. s. 68.

<sup>11</sup> viz Sudbrack, J. *Duchovní vedení*. s. 28-54.

Vnitřního zranění se svým způsobem dotýkají všechny stupně, nejvíce však stupeň psychologický. Ten Sudbrack dále člení na:

- a) Nalezení a přijetí sebe samého – přijetí sebe samého je proces, pronikající celý život. Střízlivé doprovázení kotvící ve skutečnosti dovoluje promýšlet „nesprávné“.
- b) Přestup k druhému – přijetí sebe samého a starost o druhého se vzájemně podmiňují. Opravdová láska k bližnímu může růst, jen je-li člověk motivován, pak je možné se oprostít od sebe a svého egoismu. Základní zkušeností pro tuto motivaci je podle Sudbracka prostor důvěry a uznání, který může zprostředkovat duchovní vůdce.
- c) Skryté motivace – odhalení skrytých motivací je na cestě k sebenalezení a sebez překročení důležitou pomocí.
- d) Úloha dětských traumat a sexuality – pro každého člověka je integrace vlastní sexuality do celku osobnosti úkolem, který je pro život rozhodující. I u normálního, zdravého člověka se ve dnech intenzivního duchovního úsilí (např. exercicie) vynořují z hloubi podvědomí motivace spojené s oblastí sexuality.
- e) Základní vědomosti z psychologie a hlubinné psychologie – zde podle Sudbracka může platit „ignaciánská indiference“: „Člověk byl stvořen, aby chválil Boha, našeho Pána, aby mu prokazoval úctu a sloužil, a tak aby spasil svou duši; ostatní věci na povrchu Země byly stvořeny pro člověka, aby mu pomáhaly dosáhnout cíle, pro který byl stvořen.“ Psychologické poznatky patří mezi „ostatní věci na povrchu Země“.

Schaupp<sup>12</sup>, který čerpá především z ignaciánské tradice, upozorňuje, že proces duchovního růstu je třeba předpřipravit. Tři předpřípravné kroky zahrnují následující důrazy: dát prostor touze, získat vnímavé srdce a zacvičit se do pravého mlčení.

---

<sup>12</sup> viz Schaupp, K. *Doprovázení na duchovní cestě*. s. 5.

Na počátku doprovázení je důležité otevřít v lidském životě prostor touze, dát jí růst a „odklidit suť“, pod níž je pohřbena, sebrat odvalu se této touze otevřít. Bez této touhy není duchovní doprovázení možné. Tato touha je základním motivem, aby člověk měl potřebu duchovně růst a ruku v ruce s tím, potřebu nechat se doprovázet.<sup>13</sup>

Vnímavé srdce se utváří podle Schauppa jako odpověď vnitřnímu hlasu, který člověka volá, zpočátku nejasně a deformovaně, k tomu, aby otevřel oči k vidění, uši k slyšení a aby se stal bdělým člověkem. Duchovní doprovázení by mělo podporovat tuto bdělost, protože ta vede ke společenství s Bohem.<sup>14</sup>

Cvičení v mlčení je nutné podle Schauppa k tomu, aby se člověk naučil naslouchat tichému a jemnému Božímu hlasu. Mlčení vyžaduje úsilí a trpělivost, zároveň však působí radost.<sup>15</sup>

Duchovní doprovázení, které následuje po tomto předpřípravném období, zahrnuje podle Schauppa především: uvedení řádu do života vedeného, vnitřní poznání Krista, učení se rozhodování a vytrvalost na cestě s Kristem.

Merton ve svém podání duchovního vedení upozorňuje, že duchovní vedení není doprovázením člověka v jeho duchovní aktivitě, která je jednou z několika částí jeho života. Duchovní člověk je podle Mertona ten, jehož život je po všech stránkách a ve všech činnostech oduševněn působením Ducha svatého, ať už skrze svátosti nebo osobním a vnitřním pronikáním.<sup>16</sup>

Merton také uvádí,<sup>17</sup> že by se člověk měl zbavit ochuzené představy duchovního vůdce jako někoho, koho využije pro rádobu neomylné řešení svých morálních a asketických problémů. Duchovní vůdce je v tomto pojetí obdařen zvláštní, téměř zázračnou autoritou a má moc rozdávat správné recepty na požádání. Má „systém“ či, lépe řečeno, je odborníkem na procesy probíhající v systému někoho jiného.

---

<sup>13</sup> viz Schaupp, K. *Doprovázení na duchovní cestě*. s. 7-8.

<sup>14</sup> viz Schaupp, K. *Doprovázení na duchovní cestě*. s. 15-16.

<sup>15</sup> viz Schaupp, K. *Doprovázení na duchovní cestě*. s. 27.

<sup>16</sup> viz Merton, T. *Duchovní vedení a rozjímání*. s. 9.

<sup>17</sup> viz Merton, T. *Duchovní vedení a rozjímání*. s. 9.

Merton oblasti duchovního vedení systematicky nečlení a napříč formám zdůrazňuje,<sup>18</sup> že duchovní vůdce nemá učit ani podle sebe, ani určitému způsobu modlitby, ale má navádět vedené, aby oni sami našli svou vlastní cestu.

Část věnovanou možným oblastem duchovního vedení v dnešní době můžeme uzavřít zjištěním, že námi vyjmenované oblasti duchovního vedení velké části souvisejí s vnitřním zraněním člověka a vnitřní zranění tyto oblasti významným způsobem ovlivňují.

---

<sup>18</sup> viz Merton, T. *Duchovní vedení a rozjímání*. s. 13.

### **3. Definice vnitřního zranění**

V této kapitole si pokusíme vymezit, co je to vnitřní zranění, jak je chápáno z pohledu psychoterapie a psychologie a jak je chápáno z pohledu duchovního vedení. Zároveň si uvedeme, jak ovlivňuje život člověka, včetně jeho života duchovního. V případě psychoterapie a psychologie budeme nuceni vymezení tohoto pojmu značně zúžit a zobecnit, protože jenom nejzákladnějších psychoterapeutických směrů je několik a každý má svoji vlastní teorii vzniku a příčiny nemoci.

#### **3.1. Vnitřní zranění z pohledu psychologie a psychoterapie**

##### **3.1.1. Vnitřní zranění z pohledu obecné psychoterapie**

Jednou ze skutečností významných z hlediska etiopatogeneze poruch zdraví člověka je podle Vymětal<sup>19</sup> ‚psychotrauma‘ (řec. trauma- úraz, zranění), které patří v psychoterapii mezi nejstarší pojmy související s etiologií poruch zdraví. Psychotraumatem v psychoterapii se rozumí následek zcela neočekávané a silně negativně působící události, kterou jedinec není schopen přijmout a jež se promítne do jeho duševního a tělesného stavu. Může jím být např. věku nepřiměřená sexuální zkušenost, pocit bezmocnosti a strachu při přepadení, ale i závažné životní situace jako úmrtí někoho blízkého, rozchod s partnerem, ztráta zaměstnání apod. U těchto jedinců dochází, v situaci jakýmkoliv způsobem spojené s traumatickým zážitkem, k vyvolání strachu, případně jiného nežádoucího emočního náboje.

Dalším z obecných pojmů obecné psychoterapie je ‚inkongruence‘ (neshodnost, nesouhlasnost, nepřiměřenost) neboli částečně uvědomovaný rozpor či nesoulad mezi sebepjetím a zkušenostmi, které nelze do sebepjetí zařadit. Např. může vzniknout u dítěte jako následek rozporu mezi bytostnou potřebou bezpodmínečného přijetí a kladného hodnocení ze strany rodičů a (×) selektivně hodnotícím rodičovským chováním vůči dítěti, které nakonec přijme, protože

---

<sup>19</sup> viz Vymětal, J. a kol. *Obecná psychoterapie*. s. 29-32.

potřebuje být rodiči přijaté a chválené. Následkem této inkongruence budou vnitřní rozpory, na jejímž základě budou vznikat další rozpory. Déletrvající inkongruence vede často k tenzi, která, je-li dlouhodobá, se transformuje v převážně psychické a psychosomatické symptomy a ústí v poruchu zdraví. Inkongruence se nejčastěji projevují zvýšenou úzkostí, strachem, depresivním prožíváním a myšlením, nižším sebevědomím, pocitem oslabení osobní identity, ale i únavou, bolestmi hlavy, chronickou bolestí apod.<sup>20</sup>

Zbývajícími dvěma základními pojmy obecné psychoterapie je ‚deprivace‘ a ‚přesycení‘.<sup>21</sup> Deprivací se rozumí déletrvající nedostatek v uspokojování některé z lidských potřeb. Pro psychoterapii je nejpodstatnější citová deprivace, která nastává tehdy, jestliže dítě přechodně a v horším případě trvale postrádá stabilní, neměnnou mateřskou postavu, která mu poskytuje hojně pozitivní náklonnosti. Zvláště těžké jsou následky citové deprivace v časném dětství (od 6 měsíců) na formování osobnosti a vztahové nastavenosti člověka. Jedinec, v dětství dlouhodobě citově deprivovaný, většinou nedokáže žít trvale v citově blízkém vztahu, neboť je nestálý a jeho citový život a prožívání jsou otupené. Dlouhodobá psychoterapie může následky této deprivace pouze mírnit. Přesycení oproti tomu znamená, že potřeby jedince jsou dlouhodobě uspokojovány nadměrným způsobem a ve svém důsledku škodlivým způsobem. ‚Přesycené‘ dítě se nesnadno odpoutává od rodičů, bývá nesamostatné, úzkostné, autocentrické, obtížně se zařazuje mezi vrstevníky, zvláště v prvních ročnících školní docházky. Následky této výchovy se přenášejí v určité podobě do dospělosti.

Psychotrauma, inkongruence, deprivace a přesycení tvoří základní rámec vzniku ‚vnitřního zranění‘, na kterém se většina základních psychoterapeutických škol shodne. Dalšími pojmy by mohly ještě být ‚frustrace‘, která má hodně společného s deprivací, ale je podstatně slabší a ‚konflikt‘, nejčastější téma experimentální a hlubinné psychologie, který je však možné zařadit jako typického představitele určitého typu inkongruence.

---

<sup>20</sup> viz Vymětal, J. a kol. *Obecná psychoterapie*. s. 29-32.

<sup>21</sup> viz Vymětal, J. a kol. *Obecná psychoterapie*. s. 29-32.

### 3.1.2. Vnitřní zranění z pohledu některých psychoterapeutických škol

Dříve než budeme stručně charakterizovat postoje některých psychologických směrů, bude na místě poznamenat, že tyto směry pracují s jedincem, který jejich pomoc vyhledá na základě potřeby řešení stavu, který je dlouhodobě neudržitelný a nepřijatelný. Tento stav se nejprve projevuje tzv. ‚symptomem‘, který je pozorovatelný sociálním okolím nebo samotným nositelem a vybočuje patologickým způsobem z normy.<sup>22</sup> Symptom je většinou člověku na překážku, bolí, znepríjemňuje život, omezuje lidskou aktivitu, prožívání světa a poškozuje interpersonální vztahy. Symptom chápe psychologie jako následek vnitřní nebo skryté příčiny, kterou je třeba odstranit, aby symptom zmizel.

#### 3.1.2.1. Rogersovská humanistická psychologie

Rogersovská humanistická psychologie spatřuje podle Marka<sup>23</sup> vnitřní a vnější konflikty jako pokroucení přirozené povahy člověka, které mu brání v uspokojení základních potřeb, kterými podle rogersovské humanistické psychologie jsou tendence uchovat se, rozvíjet a uplatňovat (souhrnně potřeby vlastní realizace). Zraňujícím můžeme říci, že je v tomto případě nemožnost vlastní realizace, která člověka naplňuje. Aby se člověk tomuto konfliktu vyhnul, vytvoří si tzv. obranné mechanismy.

#### 3.1.2.2. Psychoanalýza C.G. Junga

Jungovská psychoanalýza mluví o vnitřním zranění v souvislosti se ‚stínem‘. Greene<sup>24</sup> vidí vývojové formování ‚stínu‘ už v dětství prostřednictvím interakce s rodiči. Negativní reakce rodičů na dětskou spontaneitu, na tělesné funkce, na projevy odporu a autonomní impulsy mohou vážně ohrozit schopnost jejich pozdějšího vyjádření v dospělosti. Děti, od kterých se vyžaduje, aby byly hodné, poslušné, nikdy nebyly zlé, uražené, velmi rychle poznají, že se jim povede lépe, když rodičovskému světu nastaví šťastně vypadající tvář a odmítané instinktivní pudy a pohnutky skryjí. Brzy tyto pocity začne dítě skrývat i samo před sebou.

---

<sup>22</sup> viz Czech, J. *Psychoterapie a víra*. s. 71.

<sup>23</sup> viz Marek, A., M. *Psychologie*. s. 529.

<sup>24</sup> viz Moore, L., R. a kol. *C.G. Jung a křesťanská spiritualita*. s. 138-139.



Vnitřní zranění podle Junga si na základě ‚stínu‘ můžeme vymezit jako konflikt mezi personou a stínem, nebo ještě lépe, jak Greene dál píše: „Popřená energie stínu hledá, jak by se pomstila buď na člověku samotném, nebo na druhých“.<sup>25</sup>

### 3.1.2.3. Behaviorismus

Pravděpodobně nejdále od našeho tématu duchovního vedení stojí behaviorismus, jehož pojetí osobnosti je založeno na učení. Behaviorismus odmítl pojem osobnosti jako soustavy vnitřního prožitkového dění a převedl ho na pravidelnosti v pozorovaných vztazích mezi vnějšími podněty a vnějšími odezvami lidského jedince. Jeho základ stojí blízko člověku v podání L. Feuerbacha a jeho materialistické antropologii.<sup>26</sup> Člověk je zde souborem naučeného (učí se přizpůsobovat okolí, neboť je to nutné k přežití); a vrozeného (fyziologické vlastnosti organismu), projevujícího se v podobě podmíněných reflexů, které jsou spjaty se základními emocemi: hněvem a sexualitou.<sup>27</sup> Přínosem tohoto psychologického směru jsou zejména poznatky v oblasti léčení problémů typu fobie, a to pomocí přeučení chování v této situaci.

### 3.1.2.4. Logoterapie a existenciální analýza V.E. Frankla

Logoterapie a existenciální analýza založená V.E. Franklem je terapeutickým přístupem zaměřeným na duchovní stránku lidské existence. Existenciální analýza je spíše pohledem na člověka zevnitř, z hlediska vlastní, smysl hledající existence, kdežto logoterapie je více terapeutickým přístupem zvenčí, z hlediska objektivních hodnot, jejichž uskutečňováním činí člověk svůj každodenní život smysluplným, objektivně hodnotným. Existenciální analýza nese ve svém základu práci s člověkem v oblasti duchovního bytí. Pro určité pozdější srovnání proto bude dobré vymezit, jakým způsobem chápe život člověka.<sup>28</sup>

Životní dění a jeho vlastnosti rozděluje existenciální analýza do tří dimenzí. První dimenzí je oblast tělesného bytí člověka, ve které člověk směřuje ke svému

---

<sup>25</sup> Moore, L., R. a kol. *C.G. Jung a křesťanská spiritualita*. s. 139.

<sup>26</sup> srov. Feuerbach, L. *Podstata křesťanství*.

<sup>27</sup> viz Marek, A., M. *Psychologie*. s. 527-528.

<sup>28</sup> viz Vymětal, J. a kol. *Obecná psychoterapie*. s. 256-257.

uchování, k růstu, k obnovování rovnováhy uvnitř organismu a mezi ním a prostředím. Tělesné děje jsou objektivní, přírodovědecky zvnějšku pozorovatelné a měřitelné. Dynamika tělesných pochodů (biodynamika) spočívá ve výskytu nerovnováhy (potřeby), směřující k vyrovnání (naplnění).

Druhou dimenzí je duševní bytí člověka, jehož základním znakem je prožívání. V této dimenzi člověk směřuje k ovládnutí sebe a svého okolí, k získání převahy na úrovni poznání i na úrovni konání. Řídícím principem už není uchování, ale přizpůsobení. Duševní děje jsou pro nás subjektivní, přímo pozorovatelné jen zčásti a to jen pro jejich nositele samého zevnitř. Dynamika (psychodynamika) spočívá ve výskytu pohnutky (motivu) směřující prostřednictvím chování k uspokojení.

Třetí dimenzí je duchovní bytí člověka, jehož základním znakem je vůle. Duchovní volba směřuje k naplnění smyslu. Motivace žít svůj život smysluplně je hlavní zákonitostí v této dimenzi, hledání smyslu či cesty k jeho naplnění je vždy jedinečnou, nutnou skutečností v životě člověka. Řídící úlohu zde má objevná změna v pojmání sama sebe a v pojmání světa z hlediska smysl dávajících hodnot, neboli změna v osobním postoji k danostem. V tom je člověk svobodný, na danostech duchovně nezávislý. Dynamika duchovního jednání (noodynamika) spočívá ve stále přítomné „vůli ke smyslu“ s vědomím svobody a odpovědnosti, které směřují k volbě a uskutečnění hodnotných cílů v tom, co „jest“, a tím k dosažení toho, co „má být“.

Pojem smyslu lze v logoterapii chápat dvěma způsoby. V prvním významu označuje prožívanou smysluplnost každodenních činů a zkušeností, které člověk vnímá jako hodnotné. Ve druhém významu odkazuje tento pojem ke smyslu života vůbec, k otázce po jeho základní hodnotě a účelu (Frankl hovoří o nadmyslu). K tomu autor textu dodává: „K tomu může existenciální analýza říci pouze to, že jeho přítomnost je sice nezbytnou podmínkou, aby i prožívaná smysluplnost praktického života měla z čeho vyrůstat, avšak jeho nalézání již není v možnostech vědecké empirie, neboť smysl svého života jako takového můžeme uchopit pouze vlastním krokem víry.“<sup>29</sup>

---

<sup>29</sup> Vymětal, J. a kol. *Obecná psychoterapie*. s. 257.

### 3.1.2.5. Franklův filozoficko teologický přesah

Abychom vystihli, na jakém pomezí stojí logoterapie v původním Franklově smyslu, totiž na pomezí psychologie, filozofie a teologie, dokreslíme si to výstižnými slovy V.E. Frankla: „Dnes je však společnost jiná, a tak má dnešní psychoterapie daleko více co do činění s existenčním nenaplněním než se sexuálním neuspokojením (v pojetí Freuda): se snahou člověka najít životní cíl a účel bytí, jeho konkrétní úlohu a osobní povolání, tedy dnes máme co činit se zápasem o smysl svého bytí. Nietzsche jednou řekl: ‚Kdo ví, proč je na světě, snese každý způsob života‘. To znamená: kdo si je vědom smyslu svého života, tomu toto vědomí pomůže víc než cokoliv jiného překonat vnější překážky a vnitřní obtíže. Z toho vyplývá, jak je důležité také z terapeutického hlediska pomoci člověku, najít smysl jeho bytí a vůbec probudit v něm dřímající touhu po naplnění smyslu. Ovšem k tomu je třeba jiného obrazu člověka než takového, k jakému se dopracovaly staré školy léčby duše. Psychoanalýza nám ukázala vůli k rozkoši, z čehož jsme mohli pochopit princip rozkoše, a individuální psychologie nás seznámila s vůlí k moci, ve formě snahy o uplatnění; ale ve skutečnosti je člověk nejhluběji proniknut ‚vůlí ke smyslu‘. A praxe, -nejen ordinace a ambulance, ale nejtěžší ‚mezí situace‘ v jamách po bombách, v krytech, zajateckých táborech a koncentracích- tato praxe nám ukázala, že jen jedině člověka dělá schopným snášet to nejhorší a vydat poslední- a to je výzva po vůli ke smyslu a vědomí toho, že člověk je odpovědný za naplnění tohoto životního smyslu.“<sup>30</sup> A v jiném místě dodává: „Věříme, že teprve tehdy a jen tam, kde tato vůle ke smyslu zůstane nenaplněna, jen tehdy a právě tam se člověk pokouší omámit tuto vnitřní nenaplněnost a opojit se o to více pudovým uspokojením. Jinými slovy: vůle ke slasti se dostává ke slovu až tehdy, když člověk vyjde se svou vůlí ke smyslu naprázdno; pak člověk začne být podřízen principu slasti ve smyslu psychoanalytickém. Jen v existenciálním vakuu se rozmáhá sexuální libido!“<sup>31</sup>

---

<sup>30</sup> Frankl, V.E. *Psychoterapie pro laiky*. s. 30-31.

<sup>31</sup> Frankl, V.E. *Psychoterapie pro laiky*. s. 77-78.

## 3.2. Vnitřní zranění z pohledu duchovního vedení

K vymezení pojetí vnitřního zranění z pohledu duchovního vedení použijeme oficiální církevní dokumenty, kterými jsou české vydání Katechismu katolické církve a Dokumenty II. Vatikánského koncilu. Definici vnitřního zranění z pohledu katolické církve v nich sice nenajdeme, ale určitou představu o vnitřním zranění si z těchto dokumentů udělat můžeme. Následně uvedeme pojetí vnitřního zranění z pohledů různých „škol“ duchovního vedení, které čerpají z odlišných historický i sociokulturních pramenů.

### 3.2.1. Pokus o definici vnitřního zranění na základě oficiálních církevních dokumentů

#### 3.2.1.1. Dokumenty II. Vatikánského koncilu

Podle dokumentu ‚Gaudium et spes‘ člověk už na počátku zneužil z návodu „Zlého“ své svobody, povstal proti Bohu a zatoužil dosáhnout svého cíle mimo Boha. Ačkoliv poznal Boha, jeho pošetilé srdce se zatemnilo a sloužil spíše tvoru než Tvůrci. Když často odmítal uznat Boha jako svůj původ, rozrušil tím také povinné zaměření ke svému poslednímu cíli i celý řád vztahů vůči sobě, jiným lidem a všem stvořeným věcem.<sup>32</sup> Uchovává si touhu po dobru, ale jeho přirozenost je zraněna dědičným hříchem.<sup>33</sup> „Proto je člověk sám v sobě rozdělen. To je také důvod, proč se nám celý lidský život, individuální i kolektivní, jeví jako dramatický zápas mezi dobrem a zlem, mezi světlem a tmou.“<sup>34</sup> Dále se v Gaudium et spes uvádí, že lidská osoba získává mnoho ze společenského života, aby dostala svému povolání, včetně náboženského, ale nelze zároveň popřít, že společenské prostředí, v němž lidé žijí a jímž jsou od malička obklopeni, je často odvádí od konání dobra a navádí ke špatnosti. Podle Gaudium et spes poruchy, tak často vyskytující se ve společenském pořádku, zčásti pocházejí z napětí v hospodářských, politických a sociálních strukturách. Ale jejich hlubší kořen je lidská pýcha a sobectví, jež rozvracejí i společenské prostředí. Kde je řád věcí postižen následky hříchu, člověk, rodící se již

---

<sup>32</sup> viz GS 12-13.

<sup>33</sup> viz *Katechismus*. čl. 1707.

<sup>34</sup> GS 13.

s náklonností ke zlému nalézá nové podněty k hříchu; ty může překonat jen s rozhodným úsilím a s pomocí milosti.<sup>35</sup> Kladným protipólem těchto konstatování je v *Gaudium et spes* vědomí církve, která „velmi dobře ví, že její poselství je v plném souladu s nejskrytějšími tužbami lidského srdce, neboť hájí vznešenost povolání člověka a vrací naději těm, kdo už přestali doufat ve svůj vyšší úděl. Její poselství nejen v ničem člověka nezkracuje, nýbrž poskytuje mu světlo, život a svobodu k jeho rozvoji; mimo ně nemůže lidské srdce nic uspokojit“.<sup>36</sup> „Stvořil jsi nás pro sebe, Pane, a neklidné je naše srdce, dokud nespočine v tobě.“<sup>37</sup>

### 3.2.1.2. Katechismus katolické církve

Katechismus mluví v souvislosti s vnitřním zraněním o přirozeném zákoně a svědomí. Abychom si tyto pojmy mohli objasnit vyjdeme z definice hříchu podle Katechismu: „Hřích je provinění proti rozumu, pravdě a správnému svědomí; je to přestupek proti pravé lásce k Bohu a bližnímu způsobený zvráceným lpěním na určitých věcech. Hřích zraňuje lidskou přirozenost a vážně narušuje lidskou solidaritu. Byl definován jako ‚slovo, skutek nebo touha proti věčnému zákonu.‘<sup>38</sup> „<sup>39</sup> Dále uvádí, že hřích strhává ke hříchu a opakování týchž skutků plodí neřest. Z toho vyplývají zvrácené náklonnosti, které zatemňují svědomí a zkreslují konkrétní hodnocení dobra a zla.<sup>40</sup>

Proti hříchu stojí ‚přirozený zákon‘, který je přítomný v srdci každého člověka a je zakotvený v jeho rozumu, je všeobecný ve svých příkazech a jeho závaznost se týká všech lidí.<sup>41</sup> Katechismus cituje dva velikány církve, kteří o přirozeném zákoně říkají toto: „Kde jsou tedy vepsána tato pravidla, ne-li v knize onoho světla, které se nazývá Pravda? V ní je zaznamenán každý spravedlivý zákon, z ní přechází do srdce člověka, který koná spravedlnost- ne že

---

<sup>35</sup> viz GS 25.

<sup>36</sup> GS 21.

<sup>37</sup> GS 21. Citace z: Sv. Augustin. *Confess.*

<sup>38</sup> *Katechismus*. čl. 1849. Citace z: Sv. Augustin. *Contra Faustum manichaeum*.

<sup>39</sup> viz *Katechismus*. čl. 1849.

<sup>40</sup> viz *Katechismus*. čl. 1865.

<sup>41</sup> viz *Katechismus*. čl. 1956.

by do něj přesídlil, ale zanechá v něm svůj otisk, tak jako pečeť, která přechází z prstenu do vosku, aniž by však opustila prsten.<sup>42</sup> a „Přirozený zákon není nic jiného než světlo rozumu vlité do nás Bohem. Díky jemu poznáváme, co máme dělat a čemu je nutno se vyhnout. Toto světlo nebo tento zákon daroval Bůh lidským tvorům.“<sup>43</sup>

Kotva přirozeného zákona je ve svědomí člověka, v němž se ozývá mravní zákon vedoucí člověka k tomu, aby miloval, konal dobro a vyhýbal se zlu.<sup>44</sup> Svědomí je potřeba vychovávat, což je celoživotní úkol. Podle Katechismu je dítě už od prvních let vedeno skrze mravní svědomí k poznání a praktickému uplatňování vnitřního zákona. Moudrá výchova učí ctnostem, chrání před strachem a léčí z něho, léčí také ze sobectví, pýchy, z hořkých pocitů viny a z hnutí samolibosti, která pocházejí z lidských slabostí a chyb. Výchova svědomí umožňuje svobodu a přináší pokoj v srdci.<sup>45</sup> O člověku, který je zraněný hříchem, protože nezakusil plody moudré výchovy a byl vystaven strachu, pocitům viny apod., říká Katechismus, že i on tento zákon v sobě nese, ale jeho rozlišení je zamlžené. Nedobrovolná nevědomost může zmírnit, až zrušit odpovědnost za těžkou vinu. Smyslnost, vášně, vnější nátlak nebo patologické poruchy mohou oslabit dobrovolný a svobodný ráz viny.<sup>46</sup> Přičitatelnost a odpovědnost za nějaké jednání může být také snížena nebo potlačena neznalostí, roztržitostí, násilím, strachem, návyky, bezuzdnými vášněmi a jinými psychickými nebo sociálními činiteli.<sup>47</sup> Přesto se však předpokládá, že každý člověk zná zásady mravního zákona, které jsou vepsány do jeho svědomí.<sup>48</sup>

Na jiném místě Katechismus dále uvádí, že člověk, který je ve své přirozenosti zraněný prvotním hříchem, podléhá omylu, je nakloněný ke zlému v užívání své svobody<sup>49</sup> a není pro něho jednoduché uchovat mravní rovnováhu.<sup>50</sup>

---

<sup>42</sup> *Katechismus*. čl. 1955. Citace z: Sv. Augustin. *De Trinitate*.

<sup>43</sup> *Katechismus*. čl. 1955. Citace z: Sv. Tomáš Akvinský. *Collationes in decem praeceptis*.

<sup>44</sup> viz *Katechismus*. čl. 1713.

<sup>45</sup> viz *Katechismus*. čl. 1784.

<sup>46</sup> viz *Katechismus*. čl. 1860.

<sup>47</sup> viz *Katechismus*. čl. 1735.

<sup>48</sup> viz *Katechismus*. čl. 1860.

<sup>49</sup> viz *Katechismus*. čl. 1714.

### 3.2.1.3. Možná podoba definice vnitřního zranění

U obou dokumentů můžeme vysledovat určitý model geneze vnitřního zranění. Je spojený s dějinným vývojem člověka, jak ho popisuje Písmo Starého a Nového Zákona, a s jeho vzdalováním se od Boha. Základním prvkem, na kterém stojí vnitřní zranění, je hřích, stojící proti naplnění člověka v lásce. Hřích je spojen se svobodnou volbou mezi dobrem a zlem. Toto rozhodnutí mezi dobrem a zlem je nám umožněno pomocí ‚přirozeného zákona‘, který má člověk vepsán od Boha ve svém srdci a na jehož základě je schopen rozlišit, co je dobré a co je zlé. V této podobě by pak rozhodování bylo jednoduché. Člověk, který by se na základě toho rozhodoval trvale k dobru, byl by neustále všemi svými činy blíže Bohu a přirozenými plody této blízkosti by byly pokoj srdce a naplnění v lásce. Tuto jednoduchost nám znemožňuje deformace svědomí, které je, jak uvádí Katechismus, nejtajnějším středem a svatyní člověka; ve které je člověk sám s Bohem, jehož hlas mu zaznívá v nitru. Toto svědomí, které je základním a určujícím impulsem ‚přirozeného zákona‘, prochází během vývoje člověka určitou formací i deformací. Je ovlivněno výchovou v dětství, výchovou v průběhu života a mnohými jinými psychickými a sociálními činiteli. Tím, že je člověk vychováván s přítomností dědičného hříchu, je tak do svědomí už v útlém dětství vložen rozpor a nejasnost mezi tím, co je dobré a co zlé. Zamlžené svědomí tak člověka odděluje od jednoznačného rozhodování pro Boha, vzdaluje ho od nejzákladnější potřeby, která vyplývá z přirozeného zákona, a již je podobnost Kristu. Přirozenými plody podobnosti Kristu jsou pokoj srdce, naplnění v lásce a blaženost, kterou můžeme mimo jiné chápat na základě novozákonních blahoslavenství jako zdravé prožívání sebe, druhých, vnitřních i vnějších okolností apod. podle Božího záměru a plánu. Definice vnitřního zranění by pak mohla znít např.: Člověk je vnitřně zraněn v důsledku utrpěného zla. Utrpěné zlo - poškození hříchem druhých - zamezuje člověku správně rozlišovat ve svědomí přirozený zákon a na jeho základě se rozhodovat vždy pro dobro, pro Boha. Člověk je tím vzdálen Bohu a prožívání života s ním a toto mu znemožňuje žít svůj život plně podle božího plánu. Součástí tohoto plánu je

---

<sup>50</sup> viz *Katechismus*. čl. 1811.

i dokonalá podoba zdraví a prožívání člověka, jak byla Bohem zamýšlena a odpovídající plně dobru člověka. Nebo jednodušeji v duchu sv. Augustina: Zraněné je naše srdce (bytí), dokud opět nespočineme (nežije plně) v tobě.<sup>51</sup>

### 3.2.2. Vnitřní zranění a emoční potřeby podle Keatinga

Keating se ve své knize zabývá spirituální cestou založenou na kontemplativní modlitbě, jejíž základy nejvíce čerpá z děl sv. Jana od Kříže. Uvádí, že kontemplativní modlitba byla, během prvních šestnácti století církevní historie, uznávaným cílem křesťanské spirituality kněží i laiků.<sup>52</sup> S naším tématem definice vnitřního zranění souvisí velmi úzce, protože jak uvádí Keating: „Kontemplativní modlitba se zabývá aktuálním lidským údělem; léčí citová životní traumata a dává nám možnost prožít již na tomto světě splnutí s Kristem, k němuž nás vyzývá evangelium.“<sup>53</sup> Na jiném místě ji chápe jako jakousi „božskou terapii“, která spouští ozdravný proces. Keating, vzhledem k jeho velkému psychologickému přesahu, popisuje vnitřní zranění současně jazykem spirituálním i psychologickým. Vnitřní zranění popisuje pomocí tzv. emočních programů k dosahování štěstí.

Vývoj emočních programů k dosahování štěstí popisuje Keating pomocí vývojových etap lidského života. Jeho vývojový model je dosti rozsáhlý, proto se pokusíme jednotlivé etapy zúžit a shrnout.

#### 3.2.2.1. Zraňující emoce z období instinktivních potřeb

Období do dvanácti let je možné nazvat obdobím ‚instinktivních potřeb‘.<sup>54</sup> Člověk, zvláště v prvních letech života, kdy si není vědom svého já, pociťuje potřeby a emočně na ně reaguje. Už v té chvíli si člověk ve svém mozku vytváří ‚emoční program‘, jak dojít k uspokojení těchto potřeb. Toto období lze také rozdělit na několik podetap.

V prvním roce jsou rozhodujícími instinktivními potřebami přežití a pocit bezpečí. Rozhodující úlohu má v tomto období zejména vazba s matkou, ale

---

<sup>51</sup> srov. GS 21. Citace z: Sv. Augustin. *Confess.*

<sup>52</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 9.

<sup>53</sup> Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 13.

<sup>54</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 14.



i ostatní podněty a lidé, na nichž je možné stavět pocit bezpečí. Pociť bezpečí zároveň dítěti umožňuje zdravý rozvoj citového života. Pokud tato biologická potřeba není naplněna, projeví se její nepřítomnost i v pozdějším věku, zejména emočním strachem při přijímání života a jeho nových výzev. Člověku chybí základní pocit bezpečí při prožívání života.

V druhém roce se rozšiřuje paleta emocí a dítě prožívá potřebu náklonnosti, potěšení a ocenění, ale také potřebu moci a rozhodování. Tyto potřeby jsou přítomny v dítěti již v časnějším stadiu života, ale v tomto období začíná dítě prožívat samo sebe jako bytost odlišnou od ostatních. V tomto období potřebuje dítě podle Keatinga silněji než jindy vřelou náklonnost a přijetí rodičů a rodiny. Pokud je totiž dítě v období prvních dvou let života v rozsáhlé míře připraveno o lásku, nedokáže rozpoznat příčinu a může se orientovat pouze pomocí pocitů. Pociťovně ví, že není milováno a toto citové strádání v něm může hluboce zakořenit pocity nepřátelství a strachu.

Emoční program si zde můžeme přiblížit následovně.<sup>55</sup> Pokud člověk v raném dětství prožíval nedostatek bezpečí, nabudou pro něj obrovské přitažlivosti určité symboly zabezpečení, které jsou vlastní kultuře, v níž vyrůstal. Protože programy k dosahování štěstí se v člověku vyvíjejí dříve, než mohou být korigovány racionálním myšlením, jsou zcela neohraňované. Je-li pak touha po zabezpečení frustrována nějakou událostí a člověk nemůže získat tento symbol zabezpečení, po kterém touží, okamžitě prožívá bolestné emoce v podobě zármutku, hněvu, žárlivosti apod. Tyto emoce důsledně vycházejí z hodnotového systému, vyvinutého v raném dětství ke zvládnutí velmi nepříjemných situací. „Emoční programy k dosahování štěstí vycházejí z potřeb, přerůstají do požadavků a nakonec se z nich mohou stát normy. Od svých bližních potom očekáváme, že budou naše nereálné požadavky respektovat.“<sup>56</sup>

Během socializačního období od čtyř do osmi let přebírá dítě nekriticky hodnoty svých rodičů, učitelů a vrstevníků a svou identitu odvozuje z názoru, který na ně mají členové skupiny k nimž patří. To klade na dítě nároky, aby bylo

---

<sup>55</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 16-17.

<sup>56</sup> Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 16-17.

na výši jejich očekávání. Tím se stávají emoční programy k dosahování štěstí, které jsou od věku tří až čtyř let plně vyvinuty, mnohem složitějšími.

### 3.2.2.2. Cesta k falešnému já v období racionality a reflektivního sebeuvědomění

Když se dítě ve věku dvanácti let dostává do období racionality a plného reflektivního sebeuvědomění, nachází se v nejzranitelnější fázi svého vývojového procesu. Lidské srdce je naprojektováno na štěstí bez hranic - na neomezenou lásku a pravdu - a nic menšího je nemůže uspokojit. Proto musí dítě, a později i dospělí, potlačit zoufalý a neuspokojený hlad po štěstí, poněvadž naše emocionální programy jsou vyvinuty již od raného dětství a naše hledání štěstí v dospělosti je tak víceméně naprogramováno dětskými očekáváními, která lze jen těžko splnit.<sup>57</sup>

Podle Keatinga<sup>58</sup> je symptomem přerůstání emočních programů k dosahování štěstí v motivační zdroje, které nabývají na složitosti socializačním procesem a posilují se přemrštěnou identifikací s kulturním zázemím, „falešné já“. Keating tak definuje podobu „falešného já“, které se projevuje na všech úrovních lidského chování - běžnými myšlenkami, reakcemi a pocity. Toto „falešné já“ je příčinou duchovního boje, mezi tím, co člověk dělat chce a co cítí, že by dělat měl, a naší neschopností své záměry realizovat. Probíhá zde duchovní boj, jaký popisoval už sv. Pavel: „Objevuji tedy takový zákon: Když chci činit dobro, mám v dosahu jen zlo. Ve své nejvnitřnější bytosti s radostí souhlasím se zákonem Božím; když však mám jednat, pozoruji, že jiný zákon vede boj proti zákonu, kterému se podřizuje má mysl, a činí mě zajatcem zákona hříchu, kterému se podřizují mé údy.“<sup>59</sup>

### 3.2.2.3. Shrnutí podstaty zranění u Keatinga

V čem spočívá vnitřní zranění, jak ho vidí Keating, je v tuto chvíli asi dostatečně zřejmé, přesto si jeho představu pro pozdější srovnání trochu shrneme. Každý člověk, i když prožil sebelepší dětství se sebelepšími rodiči, tzn. s tím

---

<sup>57</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 17.

<sup>58</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 19.

<sup>59</sup> Řím 7,21-23.

nejlepším emočním naprogramováním, kterého se mu mohlo dostat, je vlivem dědičného hříchu, který je přítomen v rodičích i v sociálním okolí, naprogramován vždy špatně. Správné naprogramování by totiž znamenalo naprostou shodu emočních programů k dosahování štěstí s přirozeným zákonem, který do srdce člověka vložil Bůh<sup>60</sup>, neboli úplné naprogramování na Krista a tím zároveň neexistenci „falešného já“. Z tohoto pohledu by pak měl ozdravným procesem projít každý, ať jsou u něj přítomna závažná traumata (která jsou tak závažná, až patologická, že člověk vybočuje z normality v psychologickém smyslu) nebo žádná taková traumata neutrpěl. Člověk je na tom tím lépe, čím víc se shodují emoční programy k dosahování štěstí s přirozeným zákonem, který do srdce člověka vepsal Bůh.

### **3.2.3. Podstata vnitřního zranění u Frielingsdorfa**

V pojetí Frielingsdorfa<sup>61</sup> si rozšíříme naše vymezení vnitřního zranění o pohled autora, který se zabývá pastorální psychologií. U Frielingsdorfa obdobně jako u církevních dokumentů můžeme vyjít z definice hříchu a sice hříchu dědičného.

#### **3.2.3.1. Teologické zakotvení vnitřního zranění**

Frielingsdorf popisuje dědičný hřích ve vztahu k plnosti lidského života takto: Každý člověk se rodí do individuální a kolektivní porušené situace, aniž by osobně zhřešil, tzn. osobně se rozhodl proti Bohu a jeho životu. Tento dědičný hřích je příčinou, že neexistuje prvotně neporušený člověk, že každý člověk už v dětství učiní základní zkušenost popírající život a vykazuje deficit a že každý člověk potřebuje uzdravení a vykoupení. Mimo sociální hříchy a strukturální spoluviny, které jsou důsledkem dědičného hříchu, jsou všichni lidé už od početí vydáni destruktivním a negativním silám. Tyto život ohrožující síly se výrazně projevují ve fyziologické, psychické a duševní oblasti, zvláště během těhotenství, při narození a v prvních letech života. Malý člověk není schopen se jim bránit.<sup>62</sup> I když navzdory dědičnému hříchu zůstávají v každém člověku bez újmy i nadále

---

<sup>60</sup> srov. *Katechismus*. čl. 1955. Citace z: Sv. Augustin. *De Trinitate*.

<sup>61</sup> viz Frielingsdorf, K. *Falešné představy o Bohu*. s. 9.

<sup>62</sup> viz Frielingsdorf, K. *Falešné představy o Bohu*. s. 9.

se uplatňující zásadně pozitivní vlohy a životní energie, zaujímá již v prvních letech života negativní klíčovou pozici, neboli nevědomý negativní základní postoj vůči životu. Následky těchto zranění popisuje Frielingsdorf velmi výstižně takto: Negativní základní postoj vůči životu „se projevuje jako ‚radikální‘ životní pocit i v dospělosti – obzvláště v zátěžových situacích – a zhusta vede k psychickým poruchám a ochromení života. Tyto negativní klíčové pozice, které jsou většinou prožívány s velkými úzkostmi, mají obvykle původ v destruktivních klíčových signálech matky a otce (např. odmítnutí). V souvislosti s touto klíčovou pozicí, která se dá shrnout do jednoho, vyvíjí malé dítě strategie přežití, aby získalo životně důležitou náklonnost a uznání. Tyto strategie a životní vzory utvářejí také náboženský vývoj a obzvláště vznik představ o Bohu.“<sup>63</sup>

### 3.2.3.2. Shrnutí podstaty zranění u Frielingsdorfa

Dítě je už od početí vystaveno vlivu dědičného hříchu (např. odmítnutí) a vlivu jiných, Frielingsdorfem blíže nespecifikovaných, destruktivních a negativních sil. Na základě tohoto působení se v člověku vytváří klíčová pozice k životu, na jejímž základě si člověk vytvoří kladný nebo záporný životní koncept (přístup k životu). I sebelepší životní koncept však potřebuje uzdravení a vykoupení.

### 3.2.4. Vnitřní zranění u některých dalších autorů

#### 3.2.4.1. Zranění u Vella

Vella uvádí čtyři dimenze, ve kterých člověk potřebuje uzdravení.<sup>64</sup> První dimenzí je tělesné uzdravení, druhou dimenzí je duchovní uzdravení, které se dotýká hříchu a jeho kořenů, třetí dimenzí je uzdravení oblastí ovládaných zlým duchem (zde Vella varuje před extrémním přístupem) a čtvrtou dimenzí je emocionální uzdravení, které je úzce spjato s ostatními dimenzemi.

V jedné z definicí vnitřního zranění se Vella odkazuje na citát psychiatra Williama Glassera, který říká, že „všechny psychické problémy, počínaje slabým neurotickým strachem z výšek a konče nejtěžší formou psychotické schizofrenie,

---

<sup>63</sup> Frielingsdorf, K. *Falešné představy o Bohu*. s. 10.

<sup>64</sup> viz Vella, E. *Ježíš- lékař těla i duše*. s. 32-33.

jsou příznaky, jejichž hloubka a trvání naznačuje hloubku a trvání nedostatku naší lásky k sobě.<sup>65</sup> V jiném místě Vella říká,<sup>66</sup> že toto nepřijetí nás samých má kořeny v nepřijetí nás ze strany rodičů a okolí. To vede v dospělosti ke strachu, že nás lidé, podobně jako kdysi rodiče, nepřijmou takové, jací jsme. Tento strach sebou nese osamělost a ta zase zavržení, odmítnutí sebe, nelásku k sobě a hněv.

V širším pohledu jsou podle Velly v našem podvědomí uloženy bolestné zážitky a vzpomínky z minulosti, které se vzájemně spojují a prolínají. Působí v nás negativní silou. Nahromaděná negativní energie se v nás projevuje jako negativní přístup, negativní zvyk nebo chorobný stav. Tato tmavá a podvědomá část našeho já se stává domovem pro vinu, strach, pro tendence k sebezničení, ale i pro drobnější problémy, kterými jsou problémy intelektuální nebo citové, fyzické nebo duchovní, vztahové problémy, psychosomatické nemoci apod.<sup>67</sup>

#### 3.2.4.2. Augustynovo pojetí

V souvislosti s vnitřním zraněním mluví Augustyn o emocionální nezralosti, která se projevuje především v mravním jednání člověka - ve hříchu. Cesta duchovního života je podle Augustyna provázena očištěním, neboli uznáváním vlastní hříšnosti. U značně emočně nezralých jedinců nedochází většinou z jejich strany k rozlišení jejich stavu, který se projevuje především sebestředností a strachem. Obrannými mechanismy jsou podle Augustyna především racionalizace a zdůvodnění. Nedostatek sebestřednosti, projevující se mimo jiné právě popíráním strachu a sebestředností, je většinou příčinou neschopnosti uznat svoji hříšnost a vinu (to je okamžik, od kterého je podle Augustyna, možné pracovat na změně). Tento proces je většinou spojen s nenávisí k sobě, jež je spjata s nezdravými pocity viny. Tyto pocity o to více člověka noří do strachu, obav a nepřijetí sebe i druhých. Zraněný člověk odmítající přijmout zodpovědnost za svůj nelehký úděl se současně sám stává tím, kdo ubližuje. Augustyn uvádí, že tzv. lidé na okraji společnosti sami nejprve utrpěli zranění (převážná většina), než začali zraňovat druhé.<sup>68</sup>

---

<sup>65</sup> Vella, E. *Ježíš- lékař těla i duše*. s. 89. Citace z: zdroj neuveden.

<sup>66</sup> viz Vella, E. *Ježíš- lékař těla i duše*. s. 32-33.

<sup>67</sup> viz Vella, E. *Ježíš- lékař těla i duše*. s. 141-142.

<sup>68</sup> viz Augustyn, J. *Vedení Bohem*. s. 38-39.

### 3.2.4.3. Pojetí podle Crabba

Vymezení vnitřního zranění ještě obohatíme o pohled protestantských autorů Crabba a Allendera. Crabb, který se ve své knize<sup>69</sup> zabývá otázkou podvědomí a tím, co se za ním skrývá, uvádí, že se v tomto ‚proudu podvědomí‘ objevuje jednoduchá osnova: „lidé mají jednu základní psychologickou potřebu, která ke svému uspokojení vyžaduje dvě ‚vstupní veličiny‘. Nejzákladnější potřebou je pocit vlastní hodnoty, přijetí sebe samého jako neporušeného, skutečného člověka. Těmi dvěma vstupními veličinami jsou ‚význam‘ (smysluplnost, účel, důležitost, vliv) a bezpečí (láska – bezpodmínečná a důsledně vyjadřovaná; stálé přijetí)“.<sup>70</sup> Crabb dále uvádí, že si každý z nás vytváří nějaký ‚mylný předpoklad‘ o tom, jak dosáhnout naplnění svých potřeb. Crabb také uvádí, že Allender tento základní předpoklad nazývá ‚řídící iluzorní představou‘ člověka, nepravdivou představou, která určuje většinu našeho chování a pocitů.<sup>71</sup> Na jiném místě definuje fungování nevědomé části mysli člověka jako zásobník základních předpokladů, které lidé pevně a emocionálně zastávají v otázce, jak uspokojit své potřeby významu a bezpečí.<sup>72</sup> Klíčovým prvkem, který se skrývá za většinou příznaků (např. neuróz a depresí), je překážka, která brání dosažení cíle (uspokojení potřeby významu a bezpečí), který si daný člověk vybral. Tyto potřeby podle Crabba mohou být plně uspokojeny pouze v Kristu.<sup>73</sup>

## 3.3. Srovnání pohledů na vnitřní zranění

Pohledy na vnitřní zranění jednotlivých psychoterapeutických škol a námi vybraných autorů, zabývajících se problematikou duchovního vedení, jsou od sebe velmi odlišné, často už od základů. Abychom je mohli porovnat použijeme velkou míru zobecnění, založenou na charakteristických rysech jednotlivých směrů i autorů. Porovnání si můžeme rozdělit do tří, vzájemně se prolínajících

---

<sup>69</sup> viz Crabb, L. *Osobnost člověka*. s. 54.

<sup>70</sup> Crabb, L. *Osobnost člověka*. s. 54.

<sup>71</sup> viz Crabb, L. *Osobnost člověka*. s. 83.

<sup>72</sup> viz Crabb, L. *Osobnost člověka*. s. 82.

<sup>73</sup> viz Crabb, L. *Osobnost člověka*. s. 114, 174.

oblastí: psychoterapie versus duchovní vedení, jednotlivé psychoterapeutické směry navzájem a pohledy jednotlivých duchovních autorů navzájem.

V psychoterapii i v duchovním vedení zraněný člověk, úměrně velikosti svého zranění, vybočuje z normy. Velmi významný rozdíl v chápání vnitřního zranění psychoterapií a duchovním vedením se nachází právě na základě toho, kdo je „normální“ zdravý člověk a co je lidská normalita (žádoucí stav z pohledu psychoterapie nebo duchovního vedení). Lidská normalita se odráží zejména v pojetí přirozenosti člověka. Vnitřním zraněním dojde k narušení přirozenosti člověka. Přirozenost člověka se v psychoterapii pohybuje od pojetí, které se opírá o přirozené pudy a instinkty, přes pojetí založené na normalitě spočívající v psychosociálním začlenění a fungování v nějaké širší sociální skupině, až po pojetí zabývající se smysluplností nebo dokonce smyslem lidského života. Oproti tomu námi citovaní autoři zabývající se duchovním vedením vycházejí ze společného křesťanského základu a opírají se o písmo Starého a Nového Zákona. V pojetí katolické církve je představitelem směřování k normalitě „přirozený zákon“, vycházející v tradici církve od sv. Augustina a sv. Tomáše Akvinského.

Jestliže jednotlivé psychoterapeutické a psychologické směry pojmem jako určité životní filozofie, které, každá po svém, chápou zranění člověka na základě určitého hlubšího porozumění člověku, ve smyslu, na čem stojí tělesné, sociální a duševní blaho člověka<sup>74</sup>, pak uvedené autory, věnující se duchovnímu vedení, by bylo možné zahrnout pod jeden „filozofický směr“ nebo pod jednu „terapii“, v rámci které se autoři liší svou osobností, zkušenostmi, poznatky, vzděláním, a v důsledku toho trochu jiným úhlem pohledu na v základu společně chápaný jev, vnitřní zranění člověka.

Pokud to shrneme, pro psychologii je nenormální (vnitřně zraněný) člověk, ten který vybočuje ze společenského normálu, a to hlavně v patologickém smyslu. Společensky nenormálním můžeme nazvat člověka, který nezvládá žít podle společensky uznávaných norem a není schopen se bez následků přizpůsobit nějaké sociální skupině, v rámci které by zdravě fungoval, byl pracovně i jinak aktivní, v rámci které by prožíval svůj život smysluplně, mohl se realizovat apod., podle toho, co je pro daný psychoterapeutický směr normální a co nenormální.

---

<sup>74</sup> Definice zdraví podle WHO, zdroj neznámý.

Pro duchovní vedení je normalitou a normou život v plnosti Boží. Život na začátku duchovního vedení, i když se může jevit jako společensky normální, je zraněn hříchem a potřebuje neustálé uzdravování. V procesu uzdravování skrze duchovní vedení se člověk může přiblížit životu v plnosti Boží. K životu v plnosti Boží ovšem patří i zdravé fungování v rámci nějaké sociální skupiny, zdravá míra určité životní realizace a mnohé další oblasti, v nichž se „Kristova boží filozofie“ a „filozofie daného terapeutického směru“ setkávají.



## **4. Jak může vnitřně zraněnému člověku pomoci proces duchovního zrání**

V této části, která bude zaměřena více prakticky, se zaměříme na proces změny v životě člověka.

Nejprve se procesem změny budeme zabývat z pohledu obecné psychoterapie a jednotlivých terapeutických směrů. U jednotlivých psychoterapeutických směrů si vytyčíme cíl a budeme sledovat, jakým způsobem k němu chce psychoterapie dospět. Obdobně jako v 3. části, se psychoterapii budeme věnovat stručně a tento exkurz nám bude sloužit především pro pozdější obecné srovnání: „jak pomáhá terapie a jak duchovní vedení“.

Pro duchovní vedení si stanovíme společný cíl hned na začátku. Vzhledem k našemu zjištění v závěru předchozí části (3.3.) by se cíle jednotlivých pohledů na duchovní vedení lišily pouze v dílčích cílech, během procesu změny, ale ne v cíli základním. Sledovat budeme především způsob, jakým v rámci duchovního vedení vedou vybraní duchovní vůdci duchovně vedené v procesu duchovního růstu a jak dochází v průběhu tohoto procesu k uzdravení vnitřních zranění.

### **4.1. Podstata vnitřního uzdravení v psychoterapii**

#### **4.1.1. Cíle obecné psychoterapie**

Obecná psychoterapie vymezuje dvě definice cíle, ke které by měl terapeut směřovat. První definicí je: „změna v osobnosti a organismu, chování a sociálních vztazích pacienta, přičemž tyto změny jsou předem stanoveny a v procesu terapie dosahovány psychologickými prostředky (vztahem a komunikací s terapeutem, korektivní zkušeností a zabudováním těchto zkušeností do osobnostní struktury a vývoje). Cíl má být tedy předem jasně daný, racionálně zdůvodněný a průběžně sledovaný.“<sup>75</sup>

Druhou definicí je: „Psychoterapeutická změna je tedy změna osobnosti ve směru osvobození se od patologií, dále pak představuje nahrazení

---

<sup>75</sup> Vymětal, J. a kol. *Obecná psychoterapie*. s. 42.

nepřízpůsobeného zvládnání situace pacientem zvládnáním kompetentním, které odpovídá realitě a umožňuje pacientův osobnostní růst.“<sup>76</sup>

#### **4.1.2. Rogersovská humanistická psychoterapie**

Podle Junkové je cílem psychoterapeutického procesu zdraví klienta, tj. jeho změna či růst ve směru již výše naznačeného posunu, k tzv. plně fungujícímu člověku, jemuž jsou vlastní určité charakteristiky.<sup>77</sup> Obrazem takové plně fungující osobnosti je poslední stadium terapeutického procesu. V tomto stadiu podle Junkové „člověk prožívá bezprostředně, bohatě a detailně, ví, kdo vlastně je, co chce a jaké má postoje. Přijímá sebe, důvěřuje svému vnitřnímu tělesnému prožívání, uvědomuje si ho a dokáže jej přesně vyjádřit a řídit se jím“<sup>78</sup>.

Terapeutická změna je chápána jako změna osobnostní struktury individua na povrchnějších i hlubších úrovních směrem k integraci, zralejšímu chování, menším vnitřním konfliktům a větší energii pro život. Dochází také ke změně sebezpojetí, prožívání, orientaci na vnitřní subjektivní rámec klienta.<sup>79</sup> Podle Marka by se dala změna také popsat jako cesta k vlastní realizaci a plnému prožívání.<sup>80</sup>

Pro Rogersovskou terapii je velmi důležitá osobnost terapeuta. Terapeutická změna není založena na technikách nebo dovednostech terapeuta, ale na přítomnosti jeho jasně vymezených postojů a na přítomnosti jeho vztahu.<sup>81</sup>

#### **4.1.3. Psychoanalýza C.G. Junga**

Jung popisuje cíl analýzy dvěma jazyky. Jazykem psychologickým říká, že vědomé „Já“ musí navázat vztah s archetypem bytostného „Já“, těžiště osobnosti se má posunout od vědomého „Já“ k bytostnému „Já“. Jazykem náboženským pak říká: „Mezi mými pacienty, kteří překročili první polovinu života, se nenašel jediný, jehož konečný problém by se nedal definovat jako nalezení náboženského

---

<sup>76</sup> Vymětal, J. a kol. *Obecná psychoterapie*. s. 48.

<sup>77</sup> viz Vymětal, J. a kol. *Obecná psychoterapie*. s. 224.

<sup>78</sup> Vymětal, J. a kol. *Obecná psychoterapie*. s. 214-215.

<sup>79</sup> viz Vymětal, J. a kol. *Obecná psychoterapie*. s. 214.

<sup>80</sup> viz Marek, A., M. *Psychologie*. s. 529.

<sup>81</sup> viz Vymětal, J. a kol. *Obecná psychoterapie*. s. 216.

pohledu na život ... a žádný z nich se nevyléčil, pokud neobjevil svůj náboženský náhled.<sup>82</sup>

Jungova cesta změny, kterou nazývá ‚procesem individuace‘ nebo také ‚stáváním se sebou samým‘, je cestou určité seberealizace, cestou k ‚jáství‘. Je procesem objevování, zkoumání, naslouchání onomu rozměru lidské bytosti, který se nazývá psychikou. Prostřednictvím tohoto hledání člověk přichází k sobě a stává se sám sebou, což se děje jako důsledek objevení přemíry smyslu mimo rozumové chápání. Oblasti tohoto jednání jsou u Junga především dvě: vědomé ‚Já‘ a persona, a vědomé ‚Já‘ a kolektivní nevědomí.<sup>83</sup>

#### 4.1.4. Behaviorální psychoterapie

Obecně lze říci, že cílem behaviorální terapie je změna konkrétního chování, které brání nezávislému fungování člověka. Může jít o změnu chování na úrovni fyziologické, emoční, kognitivní i motorické. Obecným cílem může být zmírnění chování, které působí problémy pacientovi nebo jiným lidem, vytvoření nových dovedností pacienta, růst chování, které je v repertoáru pacienta, ale tím, že není dostatečně využíváno, působí problémy.<sup>84</sup>

Cestou ke změně jsou pro behaviorální terapii metody, kterých je několik<sup>85</sup>: ‚Metoda (technika) operantního podmiňování‘ se pokouší vytvářet chování nová, ‚expoziční terapie‘ vede pacienta k tomu, aby se postupně vystavoval obávaným situacím a dochází tak k přeučení patologické reakce na reakci normální, kognitivní techniky, se snaží změnit chování člověka prostřednictvím změny jeho myšlení a věnují se neuvědomovaným automatickým myšlenkám a představám, které mají vliv na pocity a chování člověka, ... Souhrnně lze říci, že změna v behaviorální terapii má základ v naučení, přeučení, případně myšlenkové změně postoje.

---

<sup>82</sup> Moore, L., R. a kol. *C.G. Jung a křesťanská spiritualita*. s. 44. Citace z: Jung. *Psychology and Religion*.

<sup>83</sup> viz Moore, L., R. a kol. *C.G. Jung a křesťanská spiritualita*. s. 75-77.

<sup>84</sup> viz Vymětal, J. a kol. *Obecná psychoterapie*. s. 197.

<sup>85</sup> viz Vymětal, J. a kol. *Obecná psychoterapie*. s. 197-202.

#### 4.1.5. Logoterapie a existenciální analýza

Logoterapie je zacílena na nápravu lidského života a zdraví tam, kde jeho porušení přímo vyplývá z nenaplnění základní potřeby člověka, aby prožíval svůj život, činy a zkušenosti jako smysluplné, a tam, kde člověk své duchovní zdroje, kterými jsou svoboda volby, přijetí odpovědnosti, přesažení egocentrismu a sebereflexe, buď nedokáže uplatnit nebo uplatňuje nesprávně, tj. v rozporu se skutečnou povahou své situace a svého stavu.<sup>86</sup>

V první fázi terapie osvědčuje pacientovi, že je za své postoje a počínání, úměrně své svobodě, odpovědný. Komu je člověk odpovědný logoterapie nepředepisuje, záleží na člověku. Následně logoterapie nabízí člověku „koperníkovský obrat“: „terapeut obvyklou otázku frustrovaného pacienta: ‚Co mohu (ještě) čekat od života?‘ obrací na výzvu: ‚Co (ještě) život čeká od Tebe?‘ – a trvá na ní! Pomáhá mu tak objevit, že frustrující pocit nesmyslnosti lze snáze překonat, dá-li na místo sebestředných hodnot (hledání jen vlastního uspokojení a štěstí) přednost hodnotám, které jeho individuální život přesahují; tj. vede ho k hledání užitečnosti vlastního života pro svět a pro druhé. To vše probíhá na úrovni konkrétních situací a praktických rozhodnutí, jimiž člověk odpovídá na požadavky a úkoly, které před něj praktický život právě staví.“<sup>87</sup>

Frankl vymezuje základní postojový obrat slovy: „ne sebezpozorováním nebo nahlížením do zrcadla, ne nekonečným přemýšlením o svém strachu se od něj osvobodíme, nýbrž jen tehdy, když se od něj distancujeme, když se cele věnujeme takové věci, která za to stojí. To je tajemství sebeutváření, a nikdo to asi nevyjádřil výstižněji než Karl Jaspers, když hovořil o ‚nedostatku základu u lidí, kteří své bytí staví na sobě samém‘<sup>88</sup> a když dále řekl, že ‚člověk se stává člověkem vždycky tím, že se odevzdává jinému‘.<sup>89</sup> „<sup>90</sup>

---

<sup>86</sup> viz Vymětal, J. a kol. *Obecná psychoterapie*. s. 263.

<sup>87</sup> Vymětal, J. a kol. *Obecná psychoterapie*. s. 264-265.

<sup>88</sup> Frankl, V.E. *Psychoterapie pro laiky*. s. 64. Citace z: zdroj neuveden.

<sup>89</sup> Frankl, V.E. *Psychoterapie pro laiky*. s. 64. Citace z: zdroj neuveden.

<sup>90</sup> Frankl, V.E. *Psychoterapie pro laiky*. s. 64.

## 4.2. Uzdravení vnitřních zranění v procesu duchovního růstu

### 4.2.1. Cíl uzdravení v duchovním vedení

Vella uvádí<sup>91</sup>, že uzdravování je úplné pouze tehdy, pokud vede k následování Krista. Cílem každého uzdravování je podle Velly následování Krista. Vždy, když Kristus člověka uzdraví, vyzývá ho i k tomu, aby ho následoval. Pokud člověk nenásleduje Krista, jeho uzdravení je pouze částečné.

Velmi jasný popis, co je cílem uzdravení, máme zakotvený i v Novém Zákoně ve vyprávění o deseti malomocných, na který se Vella později odkazuje: „Na cestě do Jeruzaléma procházel Samařskem a Galileou. Když přicházel k jedné vesnici, šlo mu vstříc deset malomocných; zůstali stát opodál a volali: ‚Ježíši, Mistře, smiluj se nad námi!‘ Když je uviděl, řekl jim: ‚Jděte a ukažte se kněžím!‘ A když tam šli, byli očištěni. Jeden z nich, jakmile zpozoroval, že je uzdraven, hned se vrátil a velikým hlasem velebil Boha; padl tváří k Ježíšovým nohám a děkoval mu. A to byl Samařan. Nato Ježíš řekl: ‚Nebylo jich očištěno deset? Kde je těch devět? Nikdo z nich se nenašel, kdo by se vrátil a vzdal Bohu chválu, než tento cizinec?‘ Řekl mu: ‚Vstaň a jdi, tvá víra tě zachránila!‘“<sup>92</sup> Jak vidíme, uzdravit se z malomocenství a nenásledovat Krista je pouze částečné uzdravení.

Sv. Ignác mluví spíše než o uzdravení o proměně člověka, při které dochází i k uzdravení, když říká, že člověk má duši připravovat a disponovat k tomu, aby se zbavil všech neuspořádaných náklonností a po jejich odstranění, aby hledal a našel Boží vůli v uspořádání vlastního života ke spáse duše.<sup>93</sup>

Keating, jehož cesta k vnitřnímu uzdravení je založena především na modlitbě, uvádí,<sup>94</sup> že dar modlitby je praktickým a nepostradatelným nástrojem při konfrontaci s ovládnutím podvědomých motivací. Současně s tím se vytváří nezbytné předpoklady a vhodné podmínky k prohloubení vztahu k Bohu, a to vede, pokud vytrváme, k trvalé jednotě s Bohem. Cesta uzdravení z nesprávných pocitů a průvodních myšlenek se stává základem přitakání celému životu

---

<sup>91</sup> viz Vella, E. *Ježíš- lékař těla i duše*. s. 63.

<sup>92</sup> Lk 17,11-19.

<sup>93</sup> viz Ignác z Loyoly. *Souborné dílo*. s. 12.

<sup>94</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 12.

a umožňuje člověku žít stále více podle hodnot evangelia. Jak dále uvádí Keating, cílem cesty, kterou popisuje, je poskytnout úplný program, jenž by způsobem odpovídajícím dnešní době reagoval na výzvu svatého Ducha k následování Krista.<sup>95</sup>

Cílem biblického poradenství při práci s vnitřním zraněním člověka podle Crabba je „prohloubit křesťanskou zralost, pomoci lidem vstoupit do bohatší praxe uctívání a účinnějšího života služby. Obecně křesťanskou zralost rozvíjí (1) řešení kteréhokoli bezprostředního problému takovým způsobem, který odpovídá Písmu; a (2) vypěstování vnitřního charakteru, který se blíží charakteru (postoje, názory, cíle) Kristovu.“<sup>96</sup>

Nejobsáhlejší definici cíle křesťanského uzdravení podává Frielingsdorf, podle něhož je cílem křesťanského rozvoje osobnosti v oblasti poškození vnitřním zraněním ‚seberealizace‘ a celkové uzdravení člověka. Seberealizace předpokládá přijmout svůj život před Bohem a uskutečňuje se láskou k Bohu, k bližnímu a k sobě samému. Křesťanská seberealizace nejde na úkor druhých, nesmí se zaměřovat s narcistickým egoismem nebo posedlostí vlastním já. Projevuje se paradoxně tím, že se tato léčivá seberealizace nezdaří bez sebeomezení a sebezřeknutí. Teprve tím se uvolňují plodné vztahy k lidem a k Bohu, které jsou při utváření vlastního já neodmyslitelné. Úsilí o seberealizaci a uzdravení tedy nekrouží jen kolem vlastního já, ale podstatně zahrnuje Boha a ostatní lidi. Frielingsdorf varuje před tzv. negativní spiritualitou, která by zatracovala ‚seberealizaci‘ s poukazem na sebezapření a nezištnost v následování Krista. V ní by se vyháněl souhlas se sebou samým a tím se stále více posiloval egoismus jako ‚pomsta zapřeného já‘.<sup>97</sup>

Závěrem můžeme říci, že společným cílem uzdravení v duchovním vedení je u všech autorů následování Krista a spodobení člověka s ním. A zároveň je možné dodat: jenom cestou následování Krista a spodobením se s ním může člověk dojít plného uzdravení a vnitřního osvobození. Cestou následování Krista může jít každý člověk, dokonce i ten, kdo se s křesťanstvím nesešel, protože

---

<sup>95</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 12.

<sup>96</sup> Crabb, L. *Osobnost člověka*. s. 24.

<sup>97</sup> viz Frielingsdorf, K. *Falešné představy o Bohu*. s. 11.

Kristův zákon má vepsán ve svém srdci a může ho rozpoznávat skrze své svědomí.<sup>98</sup> Cesta ke Kristu mimo křesťanskou kulturu a mimo křesťanské společenství však může být obtížnější.

## **4.2.2. Uzdravení vnitřních zranění u Augustyna**

### **4.2.2.1. První kroky a podmínky procesu uzdravení**

Podle Augustyna je uzdravení vnitřních zranění proces, který může trvat i několik let. Okamžitá, rychlá řešení, jakým by mohlo být např. okamžité odpuštění, odmítá. Možná změna spočívá především v postupném rozpoznání kořenů zranění, do kterého je možné vést člověka k procesu hlubokého vnitřního uzdravení. Kořeny zranění podle Augustyna jsou většinou v dětství a rodině vedeného. Chvilkový emocionální prožitek nebo psychoanalytické poznání souvislostí nestačí. Vnitřní zranění se netýká jen člověka v závažných nebo patologických situacích, ale i lidí, jejichž zranění sice nejsou tak patologická a závažná,<sup>99</sup> ale přesto podstatným způsobem ovlivňují jejich vztahy a každodenní život.<sup>100</sup> Velmi důležité je také počáteční rozlišení hloubky zranění duchovním vůdcem a následné rozhodnutí, zda je dostatečně kompetentní a zkušený pomoci.<sup>101</sup>

Důležitou podmínkou uzdravení je pravdivý pohled na sebe, svoji situaci a často i na situaci rodičů, pokud se jimi člověk cítí zraněn. Úplným a objektivním poznáním vlastní situace si člověk uvědomuje své ublížení a zároveň dospívá k přijetí zodpovědnosti za celý svůj život. Pokus přesouvat instinktivně vinu za svůj pocit neštěstí na rodiče by bylo signálem snahy uniknout před vlastní zodpovědností. Proces vnitřního uzdravení spatřuje Augustyn v odpuštění a smíření, ale také právě v přijímání stále větší zodpovědnosti za svůj život. Duchovní vůdce by si měl zachovat v dialogu s vedeným nestrannost.<sup>102</sup>

---

<sup>98</sup> srov. *Katechismus*. čl. 1955. Citace z: Sv. Augustin. *De Trinitate*. a *Katechismus*. čl. 1955. Citace z: Sv. Tomáš Akvinský. *Collationes in*.

<sup>99</sup> srov. kap. 3.2.3.1. Teologické zakotvení vnitřního zranění

<sup>100</sup> viz Augustyn, J. *Vedení Bohem*. s. 48.

<sup>101</sup> viz Augustyn, J. *Vedení Bohem*. s. 50.

<sup>102</sup> viz Augustyn, J. *Vedení Bohem*. s. 50.

Samotný vstup do procesu uzdravení nastává podle Augustyna ve chvíli, kdy je vedený schopen se otevřít a vypovědět o svých bolestných zkušenostech a prožitcích. Role duchovního vůdce zde spočívá především v pozorném a trpělivém naslouchání. Tento vstup do procesu uzdravení obvykle vyvolává bouřlivé emoce jako strach, lítost, pocit křivdy, odpor, hněv a nenávisť, které prostoupí i všechny vztahy a jednání vedeného. Zde je na místě verbalizace, která tyto emoce a prožívání pomáhá usměrňovat a regulovat.<sup>103</sup>

Ve chvíli, kdy jsou zranění vedeného odkryta, vzniká podle Augustyna pro vedeného nebezpečí, že se postaví sám do role terapeuta. Nekonečná autopsychoanalýza a psychoanalýza druhých i sebe může být zaměněna za určitý životní styl. Nekonečné rozebírání nitra může být únikem před úsilím překonávat problémy. V tomto stadiu duchovního vedení by měl nastat zásadní posun. Vedený by měl být veden k tomu, aby vyslovil své bolestné zkušenosti před Bohem. Tím se autopsychoanalýza spontánně mění v modlitbu a vedený přenáší svá zranění na Boha, od kterého čeká uzdravení a osvobození. Vyslovení bolestných emocí je tak podle Augustyna pouze přípravou, aby vedený dokázal všechno dobře vypovědět před Bohem a vložit do modlitby. Modlitba je jediným správným místem, v němž dochází ke skutečnému vnitřnímu uzdravení. Spolu s Božím slovem přivádí zraněného k nejhlubšímu zdroji vnitřního uzdravení, kterou je Otcova láska zjevená v Ježíši Kristu.<sup>104</sup>

#### 4.2.2.2. Moment proměny v procesu změny

Sled emocí v procesu vnitřního uzdravení má svůj řád a podléhá určité dynamice. Prvními pocity, o kterých jsme už mluvili jsou strach a obavy, projevující se obavami o sebe, strachem z mínění druhých, z pokoření, z budoucnosti, z návratu do minulosti apod. Někdy také vedený svůj strach projektuje na duchovního vůdce v podobě výtky, že je náročný nebo že se o něho málo zajímá apod. Vůdce by si od této projekce měl zachovat náležitý odstup. Když vedený přemůže tyto pocity a sestoupí do minulosti, stane se dominantním pocitem lítost spojená s hněvem. Čím déle a hlouběji byly tyto pocity

---

<sup>103</sup> viz Augustyn, J. *Vedení Bohem*. s. 51.

<sup>104</sup> viz Augustyn, J. *Vedení Bohem*. s. 52-53.



potlačovány, tím budou intenzivnější. Vedený by měl proměňovat tyto pocity v jednu velkou modlitbu. Pokud bude vedený dostatečně trpělivý a bude pokračovat ve své vnitřní práci, kterou je v této fázi „škola“ sebeuvědomění a zralejšího prožívání, přejdou pocity hněvu a lítosti v pocit bezradnosti, nemohoucnosti a touhy po milosrdenství. Vedený se v tomto období bude cítit především ubohý a zraněný. Augustyn na tomto místě velmi výstižně uvádí, že právě pocity nemohoucnosti a bezradnosti nejvýstižněji odrážejí podstatu našeho problému, podstatu našeho zranění a zároveň nás vedou k vyhledávání té nejdůležitější pomoci, kterou je Boží milosrdenství. Na tomto úseku by měl být duchovní vůdce především transparentním svědkem a příliš „nezaclánět“ Božímu působení v duši zraněného.<sup>105</sup>

Boží milosrdenství může na člověku spočinout buď v okamžiku, kdy zakouší vlastní hříšnost jakožto následnou etapu duchovního rozvoje, nebo tehdy, když vnímá svou ubohost a bídu.<sup>106</sup> „Teprve v tom okamžiku je totiž zraněný člověk ochoten skutečně se dotknout centrálního nervu své nemoci: své poraněné ctižádosti – pýchy. Mnozí se dnes vyhýbají procesu vnitřního uzdravení jen a jen proto, že se nedokážou nebo nechtějí cítit pokoření, ubozí a potřební milosrdenství.“<sup>107</sup> Zároveň není možné se tomu divit, protože toto pokoření je přímo úměrné míře ponížení, kterému byl takový člověk vystaven. Čím více pokořující je zranění, tím více je, zároveň s tím, ohrožena hodnota člověka před sebou samým a před druhými. Taková pravda o sobě pak může být opravdu zdrcující a těžko přijatelná. Praktickým příkladem „živení lži“ může být člověk, který má vysoké mínění o svém otci i přesto, že mu tento otec ubližoval a neměl ho příliš rád. Jak uvádí Augustyn, člověk „za živení své pýchy platí nesmírně vysokou cenu: vnitřní strnulostí, přecitlivělostí na svou osobu a především emocionální lží. Zraněná ctižádost nepřipouští, aby byl k sobě upřímný a viděl věci tak, jak jsou. Žije v trvalém vnitřním nutkání mrzačit skutečnost života

---

<sup>105</sup> viz Augustyn, J. *Vedení Bohem.* s. 53-55.

<sup>106</sup> viz Augustyn, J. *Vedení Bohem.* s. 55.

<sup>107</sup> Augustyn, J. *Vedení Bohem.* s. 55.

svého i druhých lidí. Ve snaze zachovat si svou nezdravou ctižádost se vzdává spontaneity, životní radosti a vnitřního pokoje.<sup>108</sup>

Zásadní zvrát, který nastává v momentu přiznání si vlastní bezradnosti a bídy, je tak zároveň i přiznáním si nezdravé ctižádosti a poznáním pokušení pýchy. Toto vnitřní pokoření, které je aktem lítosti i důvěry v milost, je mezníkem v procesu uzdravení trvajícím i několik let. Vnitřní uzdravení je podle Augustyna tímto postojem již nezvratné.

#### 4.2.2.3. Proměna způsobená pokáním

Pokání, ke kterému vedený dospěl, mění jeho modlitbu i celkový postoj. V modlitbě člověk už nevypráví Bohu pouze o svých trápeních, ale především se otevírá jeho milosti a vnímá ji. V aktu otevírání se Božímu milosrdenství je člověk zároveň obdařen pokojem srdce, útěchou a nadějí. Pokání člověku umožní podívat se na svou situaci v novém světle, uvidět ve svých reakcích „starého člověka, který odplácí zlem za zlo, ublížením za ublížení. Dochází mu, že bude-li poslouchat diktát svých emocí, zlo v sobě a okolo sebe pouze znásobí. Zakouší onu nemohoucnost a bezradnost, kterou zakoušeli kdysi i jeho rodiče. Staré pocity se podle Augustyna sice vracejí, často intenzivně, ale už nemají démonickou moc vnášet do života chaos a ničit vztah člověka k Bohu, k sobě a k bližnímu.<sup>109</sup>

S vnitřním uzdravením přichází i smíření. Pokud jsou k tomu dobré podmínky, je možné, podle Augustyna, toto smíření přenést i do vztahu, ve kterém nám bylo ublíženo. Případný rozhovor s lidmi, kteří člověku ublížili však musí být velmi dobře připravený.<sup>110</sup>

Závěrem Augustyn dodává, že vnitřní uzdravení je skutečnou školou otcovství a mateřství a pro zralý život nezbytné.<sup>111</sup>

---

<sup>108</sup> Augustyn, J. *Vedení Bohem*. s. 55.

<sup>109</sup> viz Augustyn, J. *Vedení Bohem*. s. 56-57.

<sup>110</sup> viz Augustyn, J. *Vedení Bohem*. s. 57-59.

<sup>111</sup> viz tamtéž

### 4.2.3. Uzdravení vnitřních zranění u Keatinga

Po představení Augustynova duchovního vedení, které je nejběžnější pro dnešní dobu, si ukážeme méně obvyklý způsob duchovního růstu. Keating popisuje ve svém díle spirituálním a psychologickým jazykem především dlouhý proces proměny člověka na jeho cestě k plnému sjednocení s Bohem. Nedílnou, nebo dokonce základní součástí tohoto procesu, je postupné vnitřní uzdravení člověka. Keatingův pohled nabízí především určité koncepční zázemí pro cestu a praxi křesťanské kontemplace, spíše než nějaký model duchovního vedení. Jeho zachycení důležitých etap proměny a uzdravení člověka na jeho spirituální cestě však bude pro tuto práci podstatné.

#### 4.2.3.1. Základní osvobození od falešného ‚já‘ a nezdravých emocí

Vědomé přijetí hodnot evangelia je podle Keatinga<sup>112</sup> pouze prvním krokem ke svazku s Kristem. Když pomine ‚jaro‘ spirituální cesty, vynoří se stará pokušení znovu se stejnou silou či větší silou než před konverzí a je třeba se vypořádat s hodnotami v podvědomí. Spirituální cesta je podle Keatinga cestou pravdy. Člověk si na ni stále silněji uvědomuje své smíšené motivace, temné stránky osobnosti a emoční traumata časného dětství. Prožitek skutečného sebepoznání začne, hned od počátku, velmi účinně strhávat pýchu ukrytou v člověku. Toto poznání si člověk nesmí přebrat jako výzvu k malomyslnosti, ale jako dar, který je prostředkem k proměně.

Na počátku demontáže falešného já, když se člověk vědomě rozhodne neřídít svými emočními programy k dosahování štěstí,<sup>113</sup> stojí pocit, že jsme Bohu blízko. Tento pocit často velmi brzo vystřídá méně příjemný prožitek - prožitek zvýšeného napětí, které je počátkem vnitřní proměny a uzdravení. Je to počátkem období, v němž vycházejí najevo všechny škody, které nám a našim vztahům k druhým lidem způsobují emoční programy k dosahování štěstí.<sup>114</sup> Pro správnou identifikaci, zda se jedná o toto období, uvádí Keating tři příznaky, které musí být současně přítomny. Vychází přitom z nauky sv. Jana od Kříže. Pokud některý

---

<sup>112</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 84.

<sup>113</sup> viz kap. 3.2.2. Vnitřní zranění a emoční potřeby podle Keatinga

<sup>114</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 84-85.

z příznaků chybí, nebo zvláště je-li přítomen pouze jeden, může to svědčit o nějaké patologické situaci, např. o stavu deprese.<sup>115</sup>

Prvním příznakem tohoto období je všeobecné vyschnutí pramenů modlitby. Vyprahlost či oslabení spokojenosti se vztahem k Bohu je důsledkem zahájení kontempace a posílení víry. Bůh začíná vyzařovat své světlo, ale člověku schází receptory na jeho zachycení, takže tuto situaci vnímá člověk jako ztrátu. V tomto období nenachází člověk spočinutí ani uspokojení ve věcech světských ani duchovních, např. ve čtení Písma sv. V pozadí této situace stojí podle Keatinga dar rozumu, který je jedním z darů Ducha svatého. Jedním z jeho důsledků je i poznání, že žádné stvořené věci, ani příjemnosti, ke kterým člověka vedou emoční programy k dosahování štěstí, nemohou člověka plně uspokojit. Relativizuje se všechno, na co člověk spoléhal jako na zdroj štěstí.

Druhým příznakem je obava, že se vrátíme na naši duchovní cestě zpět. Na jejím začátku člověk zažívá bytostné naplnění a emocionální uspokojení v modlitbě, duchovním životě a skutecích. V tomto období o tento druh uspokojení a naplnění přijde a nahradí ho trvalé neuspokojení. Podle Keatinga je to tím, že skončilo přemrštěné období závislosti na smyslovém vnímání a uvažování.

Třetím příznakem je neschopnost či vnitřně neprůrazná neochota k diskursivní meditaci. Diskursivní meditace je přemítání o učení a příkladu Krista a je předstupněm kontempace.

Pojmem kontempace, který jsme začali používat v souvislosti s tímto obdobím, můžeme nazvat stavem, kdy Bůh osvěcuje člověka zevnitř prostřednictvím poznání. Tento „přiliv světla“ v člověku vyvolává proces očištění od postojů a vazeb, které brání podobnosti s Kristem.

#### 4.2.3.2. Období zvláštních zkoušek

V období vnitřní proměny, pro kterou si Keating vypůjčuje od sv. Jana od Kříže pojmenování „noc smyslů“,<sup>116</sup> může být i obdobím zvláštních zkoušek. Zvláštní zkoušky, které popisuje Keating celkem tři,<sup>117</sup> znesnadňují toto období,

---

<sup>115</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 85-87.

<sup>116</sup> viz Jan od Kříže. *Temná noc*. s. 38-39.

<sup>117</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 84-85.

ale zároveň urychlují jeho průběh a umožňují zbavit se vlivu a motivací falešného já lépe než bez těchto zkoušek. Těmito zvláštními zkouškami je útok na člověka v oblasti sexuální, vnitřní nutkání se rouhat a stav, kdy mysl je zatemněna úzkostí a rozpaky do té míry, že člověk nedokáže dospět k uspokojivému úsudku, ani nalézt pro svůj úsudek oporu v radě či myšlence.<sup>118</sup>

Tyto tři zkoušky jsou podle Keatinga projevem zvláštní Boží přízně. V těchto zkouškách i v celé noci smyslů, ozařuje světlo poznání zdroj našeho problému, jímž je vrozené sobectví, které tvoří jádro jednotlivých emočních programů k dosahování štěstí. Člověk se s falešným já sám vypořádat nedokáže, ale pokud se snaží ze všech sil falešné já demontovat, reaguje na to Bůh podle Keatinga tím, že sám práci dokončí, pokud člověk přitaká jeho mnohdy bolestnému působení. Na konci období očišťování nám sice ještě zůstávají zneklidňující myšlenky a pocity, ale už nepřerůstají do horečných emočních stavů. Velikou energii, kterou člověk potřeboval ke zvládnutí bolestných emocí vyvolaných frustrací emočních programů, lze po noci smyslů využít ve vztazích k druhým.<sup>119</sup>

#### 4.2.3.3. Duchovní plody noci smyslů

Nejdůležitějším přínosem noci smyslů je podle Keatinga pokora, která člověku umožní lepším způsobem najít své místo mezi lidmi a snášet zvraty lidského údělu. Hlavní účel noci smyslů, kterou je demontáž emočních programů a zánik falešného já, přináší člověku svobodu v rozhodování, oproštěnou od nátlaku a utkvělých představ falešného já. Vydává-li se člověk na spirituální cestu, neuvědomuje si, že emočními programy je ovlivněn i prvotní zápal. Také ten podle Keatinga vyzrává v průběhu období proměny zejména v důsledku intenzivního pocitu nepřítomnosti Boha.<sup>120</sup>

Uvolnění podvědomého materiálu je dalším z plodů tohoto období. Keating na toto téma říká, že „prostřednictvím procesu odevzdání se Bohu a skrze myšlenky, pocity, asociace i průvodní myšlenky se člověk přesouvá z úrovně fyzických schopností a jejich prožitků na úroveň spirituálních vloh a s nimi

---

<sup>118</sup> viz Jan od Kříže. *Temná noc*. s. 92.

<sup>119</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 93.

<sup>120</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 102-103.

spojené intuice, a otevírá Boží přítomnosti i úrovně hlubší. Tím dosahuje ještě vyššího stupně odevzdání, které na oplátku uvolňuje podvědomí materiál, jež obranné mechanismy raného dětství vytlačovaly z našeho vědomí.<sup>121</sup> Energie podvědomí může proniknout do vědomí jak negativně, tak pozitivně. V souvislosti s tím Keating varuje před dosahováním tohoto stavu pomocí mantrových a dechových cvičení. Pokud člověk dosáhne prožitku spirituální útěchy, psychické síly nebo charismatického nadání dříve, než se zbaví v období noci smyslů pýchy, hrozí mu uvíznutí v sebeuspokojení nebo, v případě vyniknutí temné stránky osobnosti, pád do hluboké malomyslnosti. Proto je důležité opřít se o zkušenosti křesťanské tradice a zkušeného duchovního vůdce.

Posledním, velmi podstatným plodem období noci smyslů je zpochybnění nekriticky přejatých hodnot kulturního prostředí,<sup>122</sup> které přejímáme od rodičů, národa, rasy a z náboženské výchovy apod. Tyto hodnoty jsou zpochybněny a člověk se na ně může dívat novým realističtější pohledem. K úplnému osvobození od těchto hodnot však dochází podle Keatinga až v období ‚noci ducha‘.<sup>123</sup>

#### 4.2.3.4. Kontemplativní modlitba a její stupně

Podle Keatinga je kontemplativní modlitba stavem odevzdanosti, v němž je osobní identita člověka odvozena z trvalé Boží přítomnosti. Dojem Boží nepřítomnosti je velká iluze vyplývající z lidského údělu a cílem duchovní cesty je tuto iluzi odstranit.

První milostí, která se objevuje v období dovršení noci smyslů, je ‚milost prostupující obnovy‘, kterou člověk nevnímá prostřednictvím racionálního myšlení ani vnějších smyslů, i když do nich může ‚přetéci‘, ale zdroj tohoto ‚závanu Boží přítomnosti‘ má hluboko v sobě. Modlitbu prostupující obnovy může člověk kdykoliv přerušit a odejít.<sup>124</sup>

Tato modlitba se může rozšířit do ‚modlitby ticha‘, která je dalším stupněm. Během ní je lidská vůle pohroužena v Bohu a paměť s představivostí se volně

---

<sup>121</sup> Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 103.

<sup>122</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 105.

<sup>123</sup> viz Jan od Kříže. *Temná noc*. s. 95.

<sup>124</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 109-111.

a neukázněně „toulají“, což vůli obtěžuje. V modlitbě ticha je vůle člověka sevřena do jakéhosi spirituálního objetí. Podle Keatinga je to tím, že si člověk velice rychle navykne na pocit útěchy a chce si ho prodloužit a dopřát co nejvíce. Varuje zde před spirituálním obžerstvím a snahou „ždímat“ Boha.

Následným stupněm kontemplativní modlitby je modlitba splynutí. Při ní dočasně ustává i aktivita představivosti a paměti, které jakoby tiše naslouchají a vůli už nevyrušují. Posledním stupněm je modlitba úplného splynutí, při které se představivost a paměť úplně stáhnou a vůle je pohroužena v Bohu. Zde již neexistuje sebereflexe, záleží tedy na Bohu, jak dlouho modlitba trvá.

Všechny tyto prožitky spojení s Bohem mohou na člověka přicházet různým způsobem. Mohou se dostavit náhle nebo přicházet po stupních, mohou sestupovat shora, vystupovat zdola, obklopit člověka jako svítící oblak nebo pramenit v nitru. Společné jim je, že člověk při nich prožívá hluboký klid, tím hlubší, čím více vůle spočívá v Bohu. Na druhou stranu je však třeba říci, že tento proces může probíhat v Boží „režii“ i jiným způsobem, jak si popíšeme v kapitole věnované sv. Janu od Kříže.<sup>125</sup> Namísto pocíťování Boží přítomnosti v jednotlivých stupních modlitby, může člověk pocíťovat především vyprahlost a nejasný pocit jakéhosi odevzdání vůle Bohu. Tento stav může trvat až po transformační svazek, ale v žádném případě to neznamená nepřítomnost kontempace ve smyslu kontemplativní přeměny. Ta nespočívá pouze v přímém pocíťování.<sup>126</sup>

#### 4.2.3.5. Noc ducha a transformační svazek

Období proměny v „noci ducha“ zpravidla následuje po období proměny v „noci smyslů“. Keating uvádí, že to ale není pravidlem.<sup>127</sup> Někdy může přijít období noci smyslů bez přípravy, někdy se může dostavit noc smyslů a ducha v opačném pořadí, jindy mohou probíhat současně. Jediným, čím si člověk může být jist je skutečnost, že to, co očekává, se nestane.

---

<sup>125</sup> srov. Jan od Kříže. *Temná noc*.

<sup>126</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 112-113.

<sup>127</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 119-120.

Noc ducha, která je počátkem jednoty a spodobení s Bohem, je fází, v níž dochází k ještě úplnějšímu očištění od falešného já v podvědomí a přípravě k transformačnímu svazku. Na jejím počátku ustoupí či zcela zmizí veškeré „pocitované“ mystické prožitky Boha a zanechají v člověku silnou touhu po návratu ztraceného stavu a člověk prožívá bolest deprivace. Keating uvádí celkem pět významných plodů tohoto období.<sup>128</sup>

Prvním plodem je osvobození od pokušení osobovat si významné role, které vyplývají ze spirituálního nadání či charismatu. To zbavuje člověka od pocitu uspokojení, že právě on byl Bohem významně obdarován. Druhým plodem je osvobození od nadvlády emocí. Nedochozí k jejich tlumení či potlačování silou vůle, zvláště u nežádoucích emocí, ale k jejich akceptaci a včlenění do racionálních a intuitivních složek lidské přirozenosti. Dalším plodem je očištění představy o Bohu, tvořené už od dětství. Čtvrtým plodem je očištění teologických ctností, neboli víry, naděje a lásky. Pátým plodem noci ducha je touha oprostít se od sobectví, které v člověku přežívá, a od překážek, které brání člověku ke spodobení a svazku s Bohem. Bůh mění lidskou povahu na božskou nikoliv tím, že by člověku přisuzoval nějakou zvláštní úlohu nebo dával výjimečné schopnosti, ale tím, že umožňuje člověku žít obyčejný život s neobyčejnou láskou.<sup>129</sup>

Po noci ducha přichází konečné období transformačního svazku, v němž je každodenní život provázen pocitem neochvějného přesvědčení o trvalém sepětí s Bohem. Ustává nadvláda pocitů a prudkých emocionálních zvrátů. Člověk dochází k uvědomění, že to, co považoval za emoce, byly pouze jeho interpretace emocí. Emoce zůstávají stejně silné, ale nezanechávají žádné citové dozvuky a nezpůsobují náladovost. Představují přiměřenou reakci na konkrétní momentální situaci. Tento stav se vyznačuje velkým zájmem člověka o veškeré dění, ale bez emocionální účasti, charakteristické pro falešné já. Člověk se dokáže věnovat potřebám druhých, aniž by byl nepřiměřeně vtahován do jejich emocionálních bolestí. Tataž všeprostupující jednota, které člověk dosahuje při kontemplativní modlitbě, je v období transformačního svazku přítomna, i když

---

<sup>128</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 114-115.

<sup>129</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 115-119.



jde člověk po ulici nebo když si čistí zuby. Vnější realita je sjednocena s realitou vnitřní, protože jsou obě shodně zakotveny v Bohu a jsou jeho vyjádřením.<sup>130</sup>

Základním prostředkem k dosažení transformačního svazku, je podle Keatinga osobní láska ke Kristu.<sup>131</sup>

#### **4.2.4. Charismatické pojetí vnitřního uzdravení podle Velly**

Vella je představitelem duchovního proudu, který je v církvi nazýván ‚charismatickým‘. Pod tímto pojmem si většina lidí pravděpodobně představí skupinu věřících se vztyčenýma rukama a mluvící nesrozumitelnou řečí ‚jazyků‘. V případě Velly jde však o velmi zralý křesťanský pohled na život, který je charakteristický naprostým a bezpodmínečným následováním Krista a důvěrou v něho. V případě Velly je navíc tento pohled či postoj spojen s velkou životní moudrostí a zkušeností, ale i s určitým darem ‚uzdravování‘, ovšem pevně postaveným na ‚duchovně organickém‘ růstu člověka, který respektuje přirozené zákonitosti růstu.

##### **4.2.4.1. Základy uzdravení u Velly**

Podle Velly je život v plnosti cíl, kterého člověk nemá dosáhnout až v nebi, ale má o něj usilovat už během života. Bůh chce, aby člověk byl úplnou bytostí na těle, na duchu a na duši a plnost života si nelze představit bez vnitřního uzdravení. Uzdravování je podle Velly proces, během kterého si má člověk osvojit určité postoje těla, mysli, citů a ducha, které působí ozdravně a vyvolávají v člověku pocit štěstí. Uzdravení je také proces, který má vést k rozvoji osobnosti a dávat člověku pochopit, že nemusí být vždy silný. Je zároveň procesem, v němž by se člověk měl naučit přijímat sebe sama takového, jaký je, být k sobě objektivní.<sup>132</sup>

Vella připomíná, že Bůh stvořil člověka k obrazu svému a že Bůh je láska. Čím víc člověk miluje, tím více se podobá Bohu, když nemiluje, Bohu se vzdaluje a svůj život neprožívá v plnosti. Život v plnosti tedy podle Velly znamená přijímat a dávat lásku v hojnosti. Cituje také sv. Jana od Kříže, který

---

<sup>130</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 121-124.

<sup>131</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 121-124.

<sup>132</sup> viz Vella, E. *Ježíš- lékař těla i duše*. s. 44.

říká: „Dávej lásku tam, kde není, a najdeš lásku“.<sup>133</sup> Skutečný problém mnoha zranění spočívá podle Velly v tom, že člověk nemiluje sám sebe a nemá k sobě dostatečnou úctu, nepřijímá své hříchy a neúspěchy a nepřijímá se takový, jaký je.

Jedním ze základních principů duchovního vedení Velly v oblasti vnitřních zranění je potřeba otevřít se lásce. To je možné podle něho udělat z hlediska psychologického a z hlediska duchovního, protože tyto dva aspekty není možné oddělovat. Psychika i víra jsou podle Velly Boží dary, jeden přirozený a druhý nadpřirozený, a člověka nelze rozdělit na nadpřirozenou a přirozenou část.<sup>134</sup> Proces tohoto otevírání v duchovním vedení nazývá „ping-pongem“ s Kristem. Jsou chvíle, kdy je člověk zmatený a neví, co má dělat. Kristus na jehož straně je „míček“ člověku naznačí první krok, který je potřeba udělat. Pokud ho člověk neudělá, proces uzdravování se zastaví. Tím, že člověk udělá, co má, „míček“ Bohu vrací. V duchovním vedení Velly je možné vysledovat některé důležité etapy tohoto ozdravného procesu otevírání se Bohu.

#### 4.2.4.2. Přijetí reality

Vella vede duchovně vedené k tomu, aby dokázali přijmout realitu. Je to podle něho nezbytná podmínka k tomu, aby se člověk mohl vydat na cestu uzdravení. Uvádí pět pravidel,<sup>135</sup> které si uvedeme jen heslovitě. Prvním je přijetí zkušenosti, že vedený má nepřátele, že je to normální věc, i Kristus měl nepřátele. Není možné žít bez konfliktu, se všemi ve smíru. Druhým pravidlem je podle Velly přijetí skutečnosti, že vedený může selhat. Jako další pravidlo Vella uvádí přijetí skutečnosti, že neuděláme dojem na každého. I o Ježíšovi tvrdili, že to, co dělá, nepochází od Boha, ale od zlého ducha. Čtvrtým pravidlem je přijetí skutečnosti, že vedený má své hranice a pátým je přijetí skutečnosti, že každý má svůj kříž. Pokud člověk přijme tyto skutečnosti, umožní mu to nastoupit na cestu pravdy a pomůže prožívat život autentičtěji a přirozeněji, bez strachu a hněvu, který pramení z nepřijetí některé skutečnosti. Místem proměny je u Velly krom

---

<sup>133</sup> Vella, E. *Ježíš- lékař těla i duše*. s. 45. Citace z: neuvedeno.

<sup>134</sup> viz Vella, E. *Ježíš- lékař těla i duše*. s. 45.

<sup>135</sup> viz Vella, E. *Ježíš- lékař těla i duše*. s. 84-88.

všedního života především modlitba. Snahou přijímat realitu začíná demaskování toho, jaký člověk skutečně je, a otevírá se cesta ke hledání kořenů vnitřních zranění.

#### 4.2.4.3. Hřích a jeho kořeny

Následnou etapou cesty k uzdravení je podle Velly přijetí odpovědnosti za hřích. Pokud si vedený neuvědomí, že je nemocný, lékaře nevyhledá. Když vedeného dokáží druzí lidé vyprovokovat ke hříchu, může to být pro něho prostorem uvědomění, co v něm skutečně je. Kristus chce člověku nejen odpustit ve svátosti smíření, ale také uzdravit ránu, která je příčinou. Vella na toto téma uvádí příklad dívky, která byla v mládí sexuálně zneužita. Následný hněv proti mužům narůstal do té míry, že se stala lesbičkou. Její okolí začalo konstatovat, že je už pozdě a že nemoc je už její druhou přirozeností. Všechno pozdější úsilí místo na vyhýbání se tomuto hříchu zaměřila na odpuštění člověku, který ji zneužil. Velice nesnadno dospěla k bodu odpuštění, ale následně se začaly uzdravovat i ostatní rány. Tato dívka se později vdala a má pěknou rodinu. Podle Velly jsou naše hříchy jako pýcha, sexuální hřích, úzkost apod. jen špičkou ledovce. Jejich kořen je hluboko dole.<sup>136</sup> Nejčastější kořeny zranění jsou podle Velly z doby početí, těhotenství, porodu, časného a někdy i pozdějšího dětství.<sup>137</sup>

#### 4.2.4.4. Odpuštění

Jak jsme si už naznačili v předchozí kapitole, následnou etapou uzdravení vnitřních zranění je odpuštění lidem, kteří vedenému ublížili. Podle Velly má však odpuštění tři dimenze<sup>138</sup> a odpuštění těm, co nás zranili, je jednou z nich.

První dimenzí je přijmout odpuštění za všechny naše hříchy v minulosti. Největším problémem přijetí odpuštění je zde lidská pýcha. Teprve když člověk na cestě sebepoznání dojde ke zjištění, že je za hřích odpovědný, může přijmout odpuštění.

Druhou dimenzí je hledání odpuštění současných hříchů. Je to oblast rozlišení, čím v „přítomné“ době člověk hřeší. Běžným jevem zde je potlačení

---

<sup>136</sup> viz Vella, E. *Ježíš- lékař těla i duše*. s. 113-115.

<sup>137</sup> viz Vella, E. *Ježíš- lékař těla i duše*. s. 178- 187.

<sup>138</sup> viz Vella, E. *Ježíš- lékař těla i duše*. s. 144-145.

viny do podvědomí, což může být v budoucnosti zraňující. Když člověk zapomene na to co se stalo, ještě to neznamená, že je uzdraven.

Třetí dimenzí je projevit odpuštění. Je to vědomé vnitřní rozhodnutí odpustit těm, co nás zranili. Protože odpuštění je proces, je úzce spojeno s obdobím léčení ran.

#### 4.2.4.5. Léčení vnitřních zranění po odpuštění

Po odpuštění člověk obvykle prochází pěti stádii, typickými pro proces uzdravování.<sup>139</sup> Vella zde navazuje na členění od Kübler-Rossové.

Nejprve se člověk ocitá ve stádiu odmítání a popření. Popírá, že je zraněný a že potřebuje uzdravení. Aby člověk mohl překonat toto stádium, musí dojít k bodu, že chce uzdravit své rány. Stádium, které následuje, je obdobím hněvu. Hněv, který v člověku vřel, musí vybuchnout.

Nejtěžším stádiem v procesu uzdravování je podle Velly stádium vyjednávání. V něm člověk klade Bohu podmínky, za jakých okolností je ochoten odpustit. Začíná uvažovat, jestli opravdu odpustit. V této etapě nezbývá než postupně dostát skrze modlitbu Kristově výzvě k odpuštění.

Stupeň sklíčenosti je stupněm deprese. Člověk vidí ideál a uvědomuje si, že ho není schopen dosáhnout. Porovnává ideál se svou slabostí. Teprve když člověk uzná, že má své hranice, je schopen vložit tuto ohraničenost Bohu do rukou a poprosit ho o završení. Teprve tehdy se člověk může dostat do stádia přijetí, kdy přijímá jako Boží dar vše, co se stalo. Bůh může všechno využít k dobrému.

#### 4.2.4.6. Praktická ukázka Vellova směřování duchovně uzdravovaných

Všechna stádia a procesy, které Vella popisuje, doprovází při exerciciích zaměřených na vnitřní uzdravení uvedením do způsobu modlitby v daném kroku duchovního růstu a uzdravení. Pro ukázku Vellova pevného zakotvení duchovního vedení do modlitby si jedno takové uvedení do modlitby ukážeme. Protože je toto uvedení do modlitby velmi dlouhé, uvedeme si značně zkrácenou podobu:

„Postavme se do Boží přítomnosti a představme si chvíli, kdy jsme se narodili. Jistě se na to nepamatujeme, ale dnes chceme znovu prožít ten krásný

---

<sup>139</sup> viz Vella, E. *Ježíš- lékař těla i duše*. s. 217-224.

okamžik, okamžik našeho narození. Když ses narodil, byl to velký den nejen pro tebe a tvé rodiče, ale i pro Boha. Když ses narodil, byla v nebi velká slavnost, celé nebe se radovalo. ... I ty jsi jedinečný, nejsi jeden z mnoha, jsi originál. Bůh má s tebou svůj speciální plán. ... Možná jsi nikdy nepocítil radost z toho, že ses narodil. ... Možná byly v tvém životě chvíle, kdy sis kladl otázku: ‚Proč jsem se vůbec narodil?‘ ... životě jsi často sebe sama odmítal a to Boha zraňovalo. Představ si umělce, který namaluje nádherný obraz, a dílo by samo sebe kritizovalo. ... Pomoz mi Pane přijmout sebe sama. Často jsem se pokoušel vymazat svůj obraz ze své mysli a představoval jsem si obraz jiný. ... Děkuji ti za přítomnost, za budoucnost.

Nyní tě možná napadá něco, co tě zranilo. Něco, co nedokážeš přijmout, něco, co se stalo v minulosti... Přijmi to... (Vidím osobu, která bojuje, protože se v minulosti pokusila o sebevraždu. Přijmi tuto realitu a jednou provždy ji odevzdej Bohu. ... Vidím osoby, které byly ve svém životě pohlavně zneužity. Bůh na vás v tuto chvíli klade svou ruku a říká: ‚Jste moji.‘) ... Pane v této chvíli ti chci poděkovat za svůj život. Děkuji ti, že jsem se narodil. ... Přijímám svou povahu a přijímám i své tělo, můj Pane. ... Chci Pane přijmout i svou rodinu. Přijímám i svého otce a svou matku, které jsi mi dal. ... Děkuji ti za celou rodinu. ... Pokud ti v tuto chvíli přichází na mysl něco velmi speciálního, co jen těžko přijímáš, obětuj to Bohu. Pozvi do této oblasti svatého Ducha a popros ho, aby ti dal sílu to obětovat.“<sup>140</sup> Na tuto modlitbu navazují vedení modlitbou osobní, případně duchovní rozhovorem.

#### **4.2.5. Pohledy na vnitřní zranění u Grüna**

##### **4.2.5.1. Vnitřní uzdravení ve spiritualitě zdola**

Grün rozlišuje dva základní přístupy ke spiritualitě, které se navzájem doplňují. První přístup nazývá ‚spiritualitou shora‘ a druhý ‚spiritualitou zdola‘. Spiritualita shora<sup>141</sup> před člověka staví ideály, o něž by měl horlivě usilovat a které by měl naplňovat. Ty mají na člověka veskrze pozitivní účinek. Podle Grüna by se člověk bez ideálů minul se svým vlastním životem, potřebuje je

---

<sup>140</sup> Vella, E. *Ježíš- lékař těla i duše*. s. 91-94.

<sup>141</sup> viz Grün, A; Dufner, M. *Spiritualita zdola*. s. 6-8.

k růstu. Dobrým vzorem mohou být člověku světcí. Zároveň však varuje před nebezpečím a úskalím spirituality shora. Pokud ideály ztratí kontakt s lidskou skutečností, člověk onemocní. Podle Grüna existují lidé, kteří si stanoví ideály tak vysoké, že jsou nesplnitelné. Aby se rezignovaně nevzdali, odmítnou vlastní totožnost a upnou se na ideál, což vede k rozpolcení osobnosti. Tato separace vede většinou k životu ve dvou, vzájemně nepropojených rovinách, a také k projekci vlastních potlačených vášní do druhých. Aby takový člověk zachoval vlastní ideál, začne zapuzovat svůj stín a promítá ho do druhých, často velmi nešetrně. Spiritualita shora stojí podle Grüna většinou na začátku duchovní cesty, ale u každého přijde jednou okamžik, kdy musí spiritualitu shora propojit se spiritualitou zdola, aby svou duchovní cestu „přežil“. V opačném případě se ocitne ve vnitřním rozpolcení a onemocní. Musí začít brát vážně svou realitu a uvést ji ke vztahu k ideálům – a zde začíná spiritualita zdola. Ve spiritualitě zdola se počítá s tím, že v určitém okamžiku člověk narazí na mez, kdy nezbývá než doznat, že s vlastní silou k Bohu nedojdeme a že s vlastní silou nutně musí ztroskotat a proměnit ho může pouze Boží milost. Spiritualita zdola je cestou, na níž člověk hledá Boha právě ve svých vášních, nemocech, ranách a ve svém bloudění a bezmoci.<sup>142</sup>

Spiritualita zdola je také cestou, jak zacházet s našimi ranami, které v sobě nosí každý. Grün uvádí, že nejtěžší rány zasazené člověku jsou spirituální poranění. Cituje Bradshawa: „Především ostatním je spirituální zranění zodpovědné za to, že se z nás stávají nesamostatné, stydlivé dospělé děti. Historie úpadku každého muže a každé ženy svědčí o tom, že jedno úžasné, zvláštní a drahocenné dítě ztratilo svůj cit pro ‚jsem, co jsem‘.“<sup>143</sup> Někdo se proti poraněním z dětství chrání tím, že se v nitru uzavře, jiní rány vytěsní, jiní se jimi nechají ochromit, ale to vše člověku brání žít. Spiritualita zdola zde člověku ukazuje, že právě ve svých ranách a v kontaktu s nimi, může objevit ten poklad, který leží na dně jeho duše. Tam, kde je člověk poraněn a nalomen, je otevřen pro Boha. Tam je otevřen k setkání s jeho pravým já, k objevení kdo vlastně je. Právě

---

<sup>142</sup> viz Grün, A; Dufner, M. *Spiritualita zdola*. s. 35.

<sup>143</sup> Grün, A; Dufner, M. *Spiritualita zdola*. s. 50. Citace z: Bradshaw, J. *Das Kind in uns*. s.

ve svých ranách se člověk může dostat do kontaktu se svým srdcem, s pramenem, odkud do člověka proudí život. Cesta této spirituality ale zároveň není jednoduchá. Předpokládá smířit se se svými ranami a dívat se na ně jako na nejlepší přátele, kteří člověku ukazují cestu k pokladu v něm. Kde je člověk poraněn, tam je to skutečně on sám, tam křičí za povrchem jeho života skutečné já a hlásí se o slovo. Spiritualita zdola znamená sestup do propasti vlastní přecitlivělosti, do rány svého odmítnutí, své nežádoucnosti. Teprve když si člověk znovu protrpí bolest z odmítnutí matkou, otcem,... může se proměnit, může uprostřed této bolesti vytušit něco z jakési jiné náruče, která ho nese. Nepomůže ani, když se člověk uteče do modlitby. Spíše musí právě v modlitbě vstoupit do kontaktu s touto bolestí a skrze ni se setkat s pokladem poraněného dítěte, které je zároveň dítětem Božím a které Bůh sám obdaroval důstojností. Touto bolestí se člověk může protrpět až na dno své rány a tam vytušit Boha. Teprve když člověk vyjádří svou bolest před Bohem, získá potřebný odstup od svých ran a ty se pak mohou začít uzdravovat a proměňovat. Chce-li se člověk své rány zbavit, pocítí celou svou bezmoc. Rána v člověku zůstane, i když je zajizvená, ale když ji akceptuje, může se stát pramenem života. Rána nutí člověka hledat zdraví ve svém nitru, nikoliv v jeho zdatnosti. V každém člověku, ať je jakkoliv zraněn, je podle Grüna vnitřní neporušený prostor, k němuž má přístup jen Bůh. Tam může člověk zakusit, uprostřed celé jeho rozervanosti, uzdravujícího Boha.<sup>144</sup>

#### 4.2.5.2. Modlitba a uzdravení

Velmi důležité sdělení podává Grün, když mluví o modlitbě. Modlitba pro něho není terapeutickým prostředkem, kterou může člověk ovládat jako nějakou techniku. Modlitba uzdravuje, protože spojuje s Bohem. Pravým lékařem je Bůh. Ten hojí rány. V modlitbě se člověk odevzdává se svými ranami Bohu, aby se u něho, který byl sám na kříži zraněn, uzdravil. V modlitbě se člověk podle Grüna setkává s Boží zkoumající a současně uzdravující přítomností. V Boží přítomnosti

---

<sup>144</sup> viz Grün, A; Dufner, M. *Spiritualita zdola*. s. 50-54.

je člověk naplňován Božím Duchem, který může uzdravovat. Už podle starých mnichů vytrvalá modlitba léčí ducha.<sup>145</sup>

### **4.3. Cesta k vnitřnímu uzdravení v duchovním vedení velkých křesťanských osobností**

Duchovní cesta významných křesťanských osobností je především svědectvím zkušenosti neúnavné lásky k Bohu a k člověku. Proces vnitřního uzdravení v jejich učení by bylo možné popsat více způsoby. Psychologickým jazykem by bylo možné, i přes nesnadnost tohoto úkolu, popsat psychologické mechanismy, které v jednotlivých etapách proměny člověka na duchovní cestě přicházejí ke slovu. Podobně by to bylo možné popsat jazykem sociologickým, který by mohl sledovat např. proměnu vztahů nebo postojů člověka. V našem případě budeme sledovat způsob následování Krista s předpokladem,<sup>146</sup> že pouze cestou následování Krista a spodobením se s ním, může člověk dojít plného uzdravení a vnitřního osvobození. Na tomto základě budeme sledovat učení jednotlivých autorů.

#### **4.3.1. Rozhodnutí pro Krista a cesty světců**

Cesta následování Krista je cestou rozlišování. Celá „Duchovní cvičení“ sv. Ignáce jsou založena na rozlišování duchů, které je bojem mezi Kristem a Satanem.<sup>147</sup> Tento neustálý souboj se odehrává v hloubi srdce každého, kdo se snaží rozhodovat pro cestu za Kristem. Základní rozhodnutí, proč jít za Kristem, stojí na počátku každé duchovní cesty člověka. Inspirací nám zde může být právě sv. Ignác a začátek jeho cesty za Kristem. Sv. Ignác utrpěl v jedné bitvě zranění, které ho upoutalo na lůžko. Protože neměl u sebe jemu blízký žánr knih, začal číst životopisy svatých, které mu jako náhražku nabídla jeho sestra. Následně se ve volných chvílích oddával myšlenkám, z nichž jedny náležely k přemýšlení o světském naplnění a druhé o naplnění při následování Krista. Svatý Ignác si povšiml, že při světských myšlenkách pociťuje velké potěšení, ale když je opustí,

---

<sup>145</sup> viz Grün, A. *Modlitba a sebepoznání*. s. 44.

<sup>146</sup> viz kap. 4.2.1. Cíl uzdravení v duchovním vedení

<sup>147</sup> viz Ignác z Loyoly. *Souborné dílo*. s. 104.



cítí se vyprahlý a nespokojený. Když myslel na život s Kristem, nejen že v tu chvíli pociťoval útěchu, ale i když na to nemyslel, zůstával spokojený a veselý. Na základě tohoto rozlišení nastal jeho základní obrat ke Kristu. I jeho další cesta byla vždy provázena duchovním rozlišováním.<sup>148</sup>

Příklady a učení světců, kterým se nyní budeme zabývat, by na nás mohlo působit velmi vzdáleně nebo jako něco výjimečného, co není pro každého, ale pouze pro vyvolené žijící zasvěceným životem. Tomu odporuje sv. Kateřina Sienská, která píše, že Bůh nemá zalíbení v tom či onom tvoru nebo životním stavu, ale ve svatých touhách. Ať chce člověk žít v jakémkoli stavu, má si v něm zachovat dobrou a svatou vůli, protože v té má Bůh zalíbení. Nikdo se podle sv. Kateřiny nemůže na nic vymlouvat, protože Kristus se ponížil až k našim vášním a slabostem, abychom mohli zůstat ve světě, jestliže si to přejeme, mohli vlastnit bohatství, mít moc a žít v manželství a namáhat se s výchovou dětí. Ale dodává jednu podstatnou věc. Člověk může žít v jakém stavu chce, za podmínky, že vyřizne jed své smyslnosti, který působí věčnou smrt.<sup>149</sup>

#### **4.3.2. Cesta ke Kristu a nutnost uzdravení**

Od sv. Kateřiny se můžeme také dozvědět, jak úzce souvisí život nasměrovaný ke Kristu s naším vnitřním uzdravením. Podle sv. Kateřiny působí člověku bolest jen jeho vůle. Lidé touží po tom, co mít nemohou a nehledají Boha, který jediný je může nasytit. Láska způsobí utrpení, jestliže člověk ztratí věc, s níž se ztotožňoval. Někdo se ztotožní s bohatstvím (včetně intelektuálního<sup>150</sup>), jiný se svým stavem, další s dětmi, jiný ztratí Boha, aby se mohl stát služebníkem tvorů, ... a tak lidé baží po zemi a touží, aby tyto statky trvaly věčně. Když tito lidé vidí, že o ně přišli, trpí nesnesitelnou bolestí a s bolestí ztrácejí to, co si přivlastnili neuspořádanou láskou. Jejich bolest plyne z toho, že nemají to, po čem touží, protože svět je nasytit nedokáže. Podle sv. Kateřiny je skutečnou příčinou jejich utrpení to, že zůstávají nenasyceni.<sup>151</sup> „Právě tyto lidi zraňují trny mnoha utrpení, protože se sami mučí svou

---

<sup>148</sup> viz Ignác z Loyoly. *Souborné dílo*. s. 119-121.

<sup>149</sup> viz Sienská, K. *Dialog*. s. 78-79.

<sup>150</sup> pozn. autora

<sup>151</sup> viz Sienská, K. *Dialog*. s. 80-81.

neuspořádanou vůlí. Trpí na srdci i na těle, prožívají bolesti a mučení, které jim nepřinášejí žádné zásluhy. Také tyto bolesti nesnášejí trpělivě, ale s netrpělivostí, protože bohatství a světské potěšení si získali a přivlastnili s neuspořádanou láskou.<sup>152</sup> Po bolesti přichází podle sv. Kateřiny pláč, a když se objeví „větry“ začnou bičovat strom lásky k jeho vlastní smyslnosti, na které všechno založil. Sv. Kateřina uvádí čtvero větrů: blahobytu, protiventství, strachu a svědomí. Vítr blahobytu podle sv. Kateřiny žije pýchu velkou domýšlivostí, vysokým smýšlením o sobě a podceňováním bližního. Je-li u moci vládne nespravedlivě a je provázen marnivostí srdce, nečistotou těla i duše, namyšleností a dalšími neřestmi. Blahobyt sám o sobě špatný není, ale špatný je hlavní kořen „stromu“, jímž je neuspořádaná smyslnost. Po větru blahobytu přichází vítr otrocké bázně, v němž se člověk bojí svého stínu a má strach, že ztratil milovanou věc. Může se bát ztráty vlastního života, života dětí nebo jiných tvorů; nebo že z lásky k sobě ztratí svůj stav nebo stav jiných lidí, čest nebo bohatství. Kvůli tomuto strachu si nemůže užívat milované věci, protože ji nevlastní v souladu s Boží vůlí. Potom na člověka dolehne vítr trápení a protiventství a zbaví ho toho, co měl; někdy nějaké konkrétní věci, jindy všeobecně (když přijde o život). To u člověka vyvolá zkroušený pláč netrpělivosti, který vysává duši a zabíjí ji, neboť jí odnímá život v milosti. Zároveň vysává a stravuje tělo a duchovně i tělesně ho oslepuje, zbavuje všeho potěšení a naděje, protože člověk přišel o milovanou věc (potřebu<sup>153</sup>), do níž vkládal svůj cit, naději i víru.<sup>154</sup>

### 4.3.3. Proměna smyslové lásky u sv. Jana od Kříže

V návaznosti na sv. Kateřinu si uvedeme pohled sv. Jana od Kříže, který pojednává o tom, jak je pro člověka nutné, aby opravdu prošel ‚temnou nocí smyslů‘, v níž umrtví své žádosti, má-li kráčet ke sjednocení s Bohem.

Důvod, proč musí člověk, pokud chce dojít k božskému sjednocení, projít nocí umrtvování žádostí a popřením zalíbení ve všech věcech je ten, že všechny náklonnosti, které má k tvorům, jsou před Bohem tmou. A pokud je duše touto

---

<sup>152</sup> Sienská, K. *Dialog*. s. 81.

<sup>153</sup> pozn. autora

<sup>154</sup> viz Sienská, K. *Dialog*. s. 158-159.

tmou oděna, nemůže být osvícena Božím světlem, pokud se jí nezbaví. Sv. Jan toto tvrzení odůvodňuje na základě učení filozofie: v jednom podmětu nemohou být dva protiklady. A protože temnoty, v podobě náklonnosti k tvorům, a světlo, kterým je Bůh, jsou protiklady, nemůže v duši přebývat světlo božského sjednocení, nejsou-li z ní nejdříve vypuzeny nezdravé náklonnosti.<sup>155</sup>

Sv. Jan také uvádí, jak si má člověk počínat, aby vstoupil do této očistné noci smyslů. Podle sv. Jana má mít především trvalou žádost následovat Krista ve všech svých věcech tím, že se bude připodobňovat jeho životu a rozjímat o něm, aby ho uměl napodobovat a počínal si ve všem tak, jak by si počínal on. Dalším počinem je zřít se každého zalíbení, které se naskytne smyslům a připodobňovat se tím Kristu, který nechtěl mít v životě žádné jiné potěšení, než konat vůli svého otce.<sup>156</sup> A dalším důležitým postojem pro umrtvení čtyř vášní: radosti, naděje, strachu a bolesti, je snažit se o následující:

„Snažit se vždy klonit

ne ke snadnějšímu, ale k obtížnějšímu;  
ne k chutnějšímu, ale k méně chutnému,  
ne k příjemnému, ale spíše k tomu, co skýtá méně zalíbení,  
ne k tomu, co je odpočinkem, ale k pracnému,  
ne k tomu, co je útěchou, ale spíš k neútěše;  
ne k (tomu, co je) více, ale k (tomu, co je) méně,  
ne k vznešenějšímu a vzácnějšímu, ale k nižšímu a opovrženějšímu;  
ne k tomu, co znamená chtít něco, ale (co znamená) nechtít nic;  
ne k vyhledávání toho lepšího v časných věcech, ale horšího

a ať si přeje pro Krista vstoupit do úplného obnažení, vyprázdnění a do úplné (vnitřní<sup>157</sup>) chudoby ve všem, co je na světě.“<sup>158</sup> Člověk by měl tyto úkony podle sv. Jana na sebe vzít z celého srdce, protože jen tak v nich za čas najde velkou útěchu.

---

<sup>155</sup> viz Jan od Kříže. *Výstup na horu Karmel.* s. 37.

<sup>156</sup> viz Jan od Kříže. *Výstup na horu Karmel.* s. 68-70.

<sup>157</sup> pozn. autora

<sup>158</sup> Jan od Kříže. *Výstup na horu Karmel.* s. 70-71.

Část noci, o které jsme mluvili, nazývá sv. Jan ‚noci smyslů‘, protože očišťuje smyslovou část člověka. Na ni navazuje druhá část této noci,<sup>159</sup> již je ‚noc ducha‘, která se týká duchovní části člověka. Druhá noc je podle sv. Jana temnějším, chmurnějším a hroznějším očištěním, protože se dotýká existenční a bytostné podstaty člověka. Jestliže se člověk v první noci potýkal se svými smyslovými potřebami, ale duše byla pevná, v této druhé noci se už ani duše nemá o co zachytit a člověk je bytostně a existenčně vydán k očistě duše ‚ohněm‘ Ducha svatého.

Druhá noc většinou nenásleduje hned za první, jak uvádí sv. Jan. ‚Duši, kterou Bůh má vést dál, potom, co vychází z vyprahlostí a strastí prvního očišťování a z noci smyslů, neuvádí hned Jeho Majestát do noci ducha; nejdříve obvykle uplyne mnoho času i let, kdy se duše, když opustila stav začátečnicků, cvičí ve stavu prospívajících a s velkou snadností nachází potom ve svém duchu velmi jasnozřivou a láskyplnou kontemplaci.‘<sup>160</sup>

Podle sv. Jana mají prospívající dva druhy nedokonalostí, od kterých mají být očištěni: jedny jsou habituální, druhé aktuální. ‚Habituální jsou nedokonalá vzplanutí a návyky, které jako kořeny zůstaly doposud v duchu, kam očišťování smyslů nemohlo dosáhnout. V jejich očišťování je takový rozdíl, jako je (při očišťování) mezi kořenem a větví nebo mezi odstraněním skvrny čerstvé a skvrny velmi staré a zašlé. Očišťování smyslů je podle sv. Jana pouze branou a počátkem kontempace a slouží spíše pro přizpůsobení smyslů duchu než ke sjednocení ducha s Bohem.‘<sup>161</sup> Do aktuálních nedokonalostí prospívající upadnou, když na cestě začínají prospívat a s přílišnou jistotou se začínají pouštět do vytržení a duchovních pocitů.<sup>162</sup> Před čerpáním útěchy z těchto pocitů sv. Jan varuje v průběhu celé noci. Bolestivost noci ducha a očištného procesu, zároveň s dosažením vytouženého cíle, připodobňuje sv. Jan<sup>163</sup> k bolesti a spočinutí ‚Nevěsty‘ ve Velepísni, když říká, že: ‚Potom, co odešla od těch, kteří jí v noci

---

<sup>159</sup> viz Jan od Kříže. *Výstup na horu Karmel*. s. 31-32.

<sup>160</sup> Jan od Kříže. *Temná noc*. s. 96.

<sup>161</sup> Jan od Kříže. *Temná noc*. s. 99.

<sup>162</sup> viz Jan od Kříže. *Temná noc*. s. 100.

<sup>163</sup> viz Jan od Kříže. *Temná noc*. s. 198.

strhli plášť a zranili ji, našla toho, po kterém toužila její duše.“<sup>164</sup> Na konci této noci dochází ke sjednocení duše s Bohem. Ve stavu sjednocení je člověk plně spojen s Bohem, osvobozen od vnějškového zaměření a cele prodchnut Kristovou láskou.<sup>165</sup>

#### 4.3.4. Cesta radostného mysticismu u sv. Terezie z Avily

Duchovní cesta sv. Jana od Kříže je cestou velmi nesnadnou a temnou, běžně je nazývána cestou čisté víry. Jan sám ji popisuje jako „skrytý žebřík“. Na duchovní cestě v podání sv. Jana, člověk sice pociťuje přitažlivost niterné modlitby, ale neprochází ani zdaleka všemi stavy vnitřního pohroužení popisované Keatingem,<sup>166</sup> který vycházel z duchovní cesty radostného mysticismu, jak jej popisuje sv. Terezie z Avily.

Sv. Terezie z Avily popisuje duši člověka jako hrad vytvořený z jediného diamantu nebo z průzračného krystalu. Tento hrad má mnoho pokojů a ve středu, uprostřed všech je hlavní pokoj, kde se odehrávají skryté věci mezi Bohem a duší. Než však člověk dojde k hlavnímu pokoji, musí projít množstvím pokojů před ním.<sup>167</sup> Vstupní branou do tohoto hradu je pro sv. Jana i pro sv. Terezii modlitba a rozjímání. Další putování tímto hradem by se u sv. Jana dalo nazvat temným výstupem, případně sestupem, po zadním schodišti jako po skrytém žebříku.<sup>168</sup> U sv. Terezie z Avily by se putování tímto hradem dalo popsat jako cesta hlavním vchodem. Každý jednotlivý pokoj, který je blíž ke středu, k Bohu, představuje pro člověka nový stupeň vztahu k Bohu (nový stupeň kontemplace / kontemplativní modlitby), který člověku odnímá smyslové potřeby. Ale na straně druhé, na rozdíl od Jana, se člověk na každém stupni může „pokochat“ s Bohem. Čím je Bohu (středu) blíž, tím větší útěchu může zakoušet.<sup>169</sup> Tuto útěchu, podle

---

<sup>164</sup> Jan od Kříže. *Temná noc*. s. 198.

srov. Pís 5,7; 3,4.

<sup>165</sup> viz Jan od Kříže. *Temná noc*. s. 199-200.

<sup>166</sup> viz kap. 4.2.3.4. Kontemplativní modlitba a její stupně

<sup>167</sup> viz Terezie od Ježíše. *Hrad v nitru*. s. 8-11.

<sup>168</sup> srov. Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 112.

<sup>169</sup> viz Terezie od Ježíše. *Hrad v nitru*.

Keatinga, potřebují zejména lidé, kteří byli v dětství nebo v průběhu života traumatizováni.<sup>170</sup>

Tato útěcha a posila pro lidi, kteří jdou cestou radostného mysticismu, končí někdy po období ‚modlitby splynutí‘,<sup>171</sup> které odpovídá Janově mezidobí, mezi obdobím noci smyslů a noci ducha.<sup>172</sup> Jak uvádí Keating,<sup>173</sup> na počátku noci ducha ustoupí či zcela zmizí veškeré ‚pociťované‘ mystické prožitky Boha a ti, kteří postupovali cestou radostného mysticismu, začnou prožívat bolest deprivace. Toto období je zřejmě méně bolestné pro ty, kteří vystupovali po ‚Janově‘ skrytém žebříku, protože ti se příliš netěšili z pocitu Boží přítomnosti, pokud takový pocit vůbec měli. Zbytek duchovní cesty je už pro oba způsoby cesty shodný a odpovídá Janově popisu noci ducha.

#### 4.3.5. Nemoc a svatost

Jednou z důležitých oblastí, které souvisejí s mystikou, je oblast psychického zdraví. Sudbrack, který se tímto tématem velmi zeširoka zabývá,<sup>174</sup> říká, že je třeba oddělit, i přes veškeré styčné body, otázku pravosti a opravdovosti zkušenosti mystiků a otázku zabývající se jejich psychickým zdravím. Psychická labilita a svatost se podle Sudbracka nemusí vylučovat. Toto konstatování uvádí mimo jiné na příkladu sv. Terezie z Lisieux.

Sudbrack se při zkoumání ‚historie nemoci‘ sv. Terezie z Lisieux odkazuje na knihu J.F. Sixe<sup>175</sup> o ‚pravdivém a skutečném dětství Terezie z Lisieux‘, kterému dal název ‚Neuróza a svatost‘. Six v něm popisuje morbidní klima rodinného života Martinových<sup>176</sup>. Charakterizuje ho atmosféra strachu z hříchu, hromadění ‚obětí‘ a ‚zásluh‘, odstupu od ‚světa‘ a odsuzování sekulárního státu. Tereziin otec zemřel pomatený. Zvláště část zabývající se psychickým vývojem

---

<sup>170</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 113.

<sup>171</sup> viz Terezie od Ježíše. *Hrad v nitru*. s. 80.

<sup>172</sup> viz Jan od Kříže. *Temná noc*. s. 96.

<sup>173</sup> viz Keating, T. *Pozvání k lásce*. s. 114-115.

<sup>174</sup> viz Sudbrack, J. *Náboženská zkušenost a lidská duše*. s. 41.

<sup>175</sup> viz Sudbrack, J. *Náboženská zkušenost a lidská duše*. s. 42. Převzato z: Six, J.F. *La véritable enfance de Thérèse de Lisieux. Névrose et sainteté*. Paris, 1972.

<sup>176</sup> Martinová je rodné příjmení sv. Terezie z Lisieux.

malé Terezie byla ostře odmítnuta kritikou, že jde o psychoanalytický výklad takřka znásilnění. Six, jak píše Sudbrack, který svoji práci zaměřenou na život této světice dokončil v roce 1995, analyzuje vánoční noc roku 1886, kterou sv. Terezie nazývá „nocí světla“. Říká, že v určitém smyslu jenom čekala na slovo a příležitost, které by ji osvobodily z neurotického stavu, ve kterém vězela.<sup>177</sup> Sama sv. Terezie o tom píše: „V té noci ... mě Ježíš učinil silnou a odvážnou, od oné noci jsem nebyla přemožena v žádném boji ... ale kráčela od vítězství k vítězství. ... Na půlnoční mši jsem měla to štěstí, že jsem přijala Boha, silného a mocného. ... Když jsme se vraceli ... těšila jsem se, že půjdu pro střevíce do krbu ... tento starobylý zvyk nám působil tolik radosti v dětství... Ale Ježíš mi chtěl ukázat, že se musím zbavit dětských chyb, a proto mi odňal i nevinné radosti. Dopustil, že tatínek unavený po půlnoční ... mši řekl slova, která mi probodla srdce: ‚Naštěstí je to poslední rok!‘ ... Tehdy jsem vystoupila po schodech, abych si sundala klobouk. Celina, která znala mou citlivost, a když viděla, že se mi v očích lesknou slzy ... říkala: ‚Terezko nechod’ dolů, příliš by tě to bolelo, kdyby ses hned podívala do svých střevíců‘. Avšak Terezie už nebyla táž, Ježíš změnil její srdce. Spolkla jsem slzy a seběhla jsem rychle se schodů. Potlačila jsem tlukot svého srdce, vzala střevíce, položila je před tatínka a radostně jsem vytahovala všechny předměty. Tvářila jsem se šťastně jako královna. Tatínek se smál, znovu se rozveselil a Celina myslela, že sní! ... Naštěstí to byla sladká skutečnost, Terezka opět našla duševní sílu, kterou pozbyla, když jí bylo čtyři a půl roku (zemřela jí matka<sup>178</sup>), a měla si ji zachovat už navždy! ... V jediném okamžiku provedl Ježíš dílo, které bych byla nesvedla za deset let. Spokojil se s mou dobrou vůlí, která mi nikdy nechyběla.“<sup>179</sup> Six k tomu poznamenává, že to neznamená, že by později v sobě nenesla stopy infantilismu – v jejích dílech jich je dostatek. Přesto se její životní postoj výrazně změnil. Z dítěte, které se stále obviňovalo, se stala zralá žena, která je ve svém každodenním životě radostná, živá, jedná přiměřeně situacím a odpovědně

---

<sup>177</sup> viz Sudbrack, J. *Náboženská zkušenost a lidská duše*. s. 43. Citováno z: Six, J. F. *Lumière de la Nuit*. Paris, 1995.

<sup>178</sup> pozn. autora

<sup>179</sup> Terezie z Lisieux. *Autobiografické spisy /Dějiny duše/*. s. 95-96.

a s odvahou jde za cílem, který si stanovila. Z egocentrika zaměřeného na sebe se stal člověk otevřený a dávající se druhým. Terezie sama o tom píše: „Jedním slovem, pocítila jsem, že do mého srdce vstoupila bliženská láska, potřeba zapomínat na sebe, abych dělala radost jiným, a od té doby jsem byla šťastná!“<sup>180</sup>

Tuto změnu v životě sv. Terezie z Lisieux bychom mohli, na základě učení sv. Jana od Kříže, zařadit zhruba do období ke konci noci smyslů. V pojetí sv. Terezie z Avily tato změna odpovídá období ‚milosti prostupující obnovy‘, ve kterém dochází k tajemnému probuzení, které je podobné závanu čerstvého větru do duchovního světa člověka. Vzhledem k intenzitě změny a rozhodnosti sv. Terezie, by mohlo jít, podle členění sv. Jana od Kříže, až o modlitbu splynutí. Je to trochu překvapivé, protože světici bylo v té době čtrnáct let.

Sudbrack pojednání zakončuje slovy Bernharta: „Světce není zajištěn před neurózami. Pravdivost tohoto výroku dosvědčují jména jako Pavel, Antonín Veliký, Bernard z Clairvaux, Hildegarda z Bingen, František z Assisi, Alžběta Durynská, Kateřina Sienská, Filip Neri, Terezie z Avily nebo Ignác z Loyoly.“<sup>181</sup>

---

<sup>180</sup> Terezie z Lisieux. *Autobiografické spisy /Dějiny duše/*. s. 96.

<sup>181</sup> Sudbrack, J. *Náboženská zkušenost a lidská duše*. s. 43. Citováno z: Bernhart, J. *Heiligkeit und Krankheit*. s. 172-187.



## 5. Praktické využití duchovního vedení v oblasti sexuálního zneužití u Allendera

Allender se ve své poradenské praxi zabývá především problematikou a uzdravením vnitřních zranění způsobených sexuálním zneužitím. Je představitelem psychologického poradenství postaveného na teologických základech, které je nazýváno také jako biblické poradenství. Allender vychází z protestantské tradice, „nosným pilířem“ jeho knih je tudíž Písmo sv. a aktivní život ve společenství věřících.

### 5.1. Podoba zneužití

Allender rozlišuje dva typy sexuálního zneužití. Jedním je sexuální kontakt, který představuje jakýkoliv fyzický dotek, který má u oběti a/nebo pachatele vyvolat fyzickou či psychickou sexuální touhu. V nejzávažnějších případech obnáší násilný pohlavní styk, orální nebo anální sex. Druhým je sexuální interakce, kterou je mnohem těžší rozpoznat, protože neobnáší fyzický dotek, a tudíž nevypadá tak závažně. Interakce lze rozdělit na vizuální, verbální a psychologické, které stírají hranici mezi dítětem a dospělým.<sup>182</sup>

Závažnost prožitého traumatu však nezáleží pouze na míře zneužití. Allender zde zdůrazňuje ústřední myšlenku: „Sexuální zneužití člověka poškozuje bez ohledu na míru násilí spáchaného na jeho těle. ... Stupeň traumatu spojeného se zneužitím závisí na mnoha faktorech, včetně vztahu s pachatelem, míře obtěžování, použitém násilí, věku pachatele a délky zneužívání. Každé zneužití však znamená pošlapání důstojnosti a krásy lidské duše. ... Za rovnocenných podmínek je poškození přímo úměrné tomu, do jaké míry narušuje ochranu a péči rodičovského pouta. ... Problémy oběti s důvěrou budou přímo úměrné tomu, do jaké míry ji její rodič(e) přestává/ají chránit a pečovat o ni jako o své dítě.“<sup>183</sup>

---

<sup>182</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 41-43.

<sup>183</sup> Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 46-47.

## 5.2. Reakce na zneužití

Allender uvádí, že největším nepřítelem dítěte, které prožilo sexuální zneužití, je stud a pohrdání. Stud a pohrdání vznikají v dítěti bezprostředně po zneužití jako přímá reakce na to, co se stalo. Dítě není schopno se s těmito pocity vyrovnat a to především pro jeho nevyzrálou a sepeť s rodiči. Vytvoří si takový postoj a obranné mechanismy, které ho před nesnesitelným studem a pohrdáním chrání.<sup>184</sup> Nejzákladnějším psychologickým mechanismem, který dítě a později dospělý zaujme, je popření, kterým dítě chrání svou hodnotu, důstojnost, a v případě zneužití rodičem, i vztahy pro jeho život existenčně důležité. Za toto popření dítě, a později dospělý, platí obrovskou cenu. Dítě je uvnitř zraněné a osamělé. Allender uvádí, že touha po něčem víc a po potěšení z toho, co je k dispozici, dítě vzrušuje a zároveň ohrožuje. Propadá tak dojmu, že je lépe žít bez pocitů vášně, touhy či bolesti. Složitá síť niterných přání a obranných mechanismů je často skryta pod společensky zdatným zevnějškem, nevypadajícím zraněně ani zmateně. Podle Allendera tato navenek příjemná vrstva slouží k ovládnutí prázdnoty a studu i rizika spojeného s hlubokými vztahy. Psychofyzický vývoj dítěte je těmito postoji a obrannými mechanismy vážně narušen. Na jeho pozadí vznikají škody, které si nyní popíšeme.<sup>185</sup>

## 5.3. Škody způsobené zneužitím

Allender popisuje celkem pět druhů škod, které vznikají na pozadí sexuálního zneužití a mají velmi těžký dopad na pozdější život člověka.

### *Pocit bezmoci*

Jeho základ je v tom, že zneužití zbavuje člověka svobody volby. Oběť nechtěla být zneužita, ani k tomu pachatele nevybízela.<sup>186</sup> Prožitek bezmoci je podle Allendera téměř vždy ničivý. Vnější důsledky pochybností, zoufalství a otupělosti uvádějí do pohybu proces, který často končí narušenými vztahy a utrpením, kdy se člověk znovu a znovu stává obětí. Když si člověk připadá

---

<sup>184</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 49-78.

<sup>185</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 79.

<sup>186</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 101.

hluboce bezmocný, může pozbyť schopnost vnímat bolest, což vede ke ztrátě vědomí sebe sama a přináší ztrátu vlastního úsudku a moudrosti.<sup>187</sup>

### ***Zrada***

Na zradu reaguje dítě a později dospělý ve většině případů zarytým odhodláním nikdy nechtít důvěrný vztah a nepotřebovat ochranu. Jeho životním cílem bude soběstačnost a bezpečí.<sup>188</sup>

### ***Rozpolcenost***

Rozpolcenost Allender definuje jako prožívání dvou protichůdných emocí najednou. Základem pochopení rozpolcenosti je podle Allendera skutečnost, že předmět opovržení (např. sexuální styk) vzbudil zároveň i určitou míru rozkoše. Tato rozkoš často byla jediným zdrojem „života“, které mělo vyhladovělé dítě k dispozici. Člověk po této zkušenosti prožívá ve chvílích rozkoše zároveň nenávist k sobě.

### ***Druhotné příznaky***

Sexuální zneužití ovlivňuje i vnější pozorovatelný život. I když většina obětí tvrdí, že prožité zneužití jejich život nepoškodilo, Allender na základě svých zkušeností uvádí, že mnozí z těch, kdo toto tvrdí, patří k velice ostrým, tvrdým a pyšným lidem. K závažnějším druhotným problémům zneužitých lidí patří především deprese, sexuální dysfunkce a závislosti, kompulzivní poruchy, tělesné potíže, nízké vědomí vlastní hodnoty a styl vystupování, který si uvedeme samostatně.<sup>189</sup>

### ***Styl vystupování***

Styl vystupování je podle Allendera „typický“ způsob, jak se člověk chrání ve styku s druhými lidmi. V případě zneužitého člověka tato sebeobrana v podstatě představuje odhodlání nenechat se už nikdy zranit, nikdy nebýt bezmocný, nenechat se zradit a už nikdy neprožívat rozpolcenost jako dřív.<sup>190</sup>

---

<sup>187</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 106.

<sup>188</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 126-129.

<sup>189</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 139-149.

<sup>190</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 151.

Uvedené škody v oblasti bezmoci, zrady, rozpolcenosti a druhotných příznaků, odráží životní postoj velice vzdálený životu Kristovu. Zneužitý člověk má narušené vztahy k druhým lidem a jeho život je ve znamení neustálého útěku od sebe sama, od důvěrných vztahů a od vztahů celkově, od jakékoliv možnosti být zraněn. Přesto uvnitř jeho srdce, v té zdravé polovině rozpolcených pocitů, je ukryta hluboká touha po pravém opaku tohoto útěku, touha po důvěrných vztazích, po životní odvaze, po bezpečí a pokoji. Zneužitý člověk má v sobě, v oblasti vztahů, veliký vnitřní potenciál a touhu po opravdovém životě, které vyrostly na pozadí těžké deprivace, nejčastěji v dětství. Je to veliká životní výzva, která stojí před člověkem. Tento potenciál a tyto touhy ukryté v přirozenosti mohou člověka buď dovést do úplné samoty a zlomení, nebo pro něho mohou být životním „pohonem“ a silou na jeho nesnadném hledání cesty k Bohu a k druhým lidem. Všechny vyjmenované škody jsou zároveň rozpoznatelné jako hříchy proti prvnímu, a podle Krista nejdůležitějšímu, přikázání: „Miluj Pána, Boha svého, z celého svého srdce, celou svou duší, celou svou silou a celou svou myslí a miluj svého bližního jako sám sebe“.<sup>191</sup> Pokud člověk nenávidí a nepřijímá sebe sama a utíká před sebou, jen ztěží může milovat Boha a svého bližního. Právě tento hřích nelásky je nejtěžším vnitřním zraněním v životě člověka. Jak s ním pracovat a přitom člověku ještě více neublížit dalším prudkým obviněním, si ukážeme v následující části.

#### **5.4. Cesta k růstu a uzdravení**

Allender uvádí, že „povolání k lásce a odhodlání uhýbat před zraněním vytváří v duši člověka silný rozpor. Jedno ustoupí druhému, přičemž výsledek určí kvalitu následování Boha. Budeme-li svůj sebeobranný způsob jednání s lidmi přehlížet nebo bagatelizovat, nevyhnutelně přehlédneme nejhlubší hřích svého srdce: své hříšné odhodlání vzít život do svých rukou, aby už nás nikdo nezranil ani nezahanbil tak jako dřív. A jestliže nerozpoznáme hříchy svého srdce

---

<sup>191</sup> Lk 10,27.

a nebudeme z nich činit pokání, neprojdeme hlubokou proměnou. Nebudeme do hloubky milovat.<sup>192</sup>

### 5.4.1. Proces změny

Podle Allendera je uzdravení zajištěno pro každého, kdo touží růst. Proces změny však není krátký a přehledně uspořádaný, jak by si oběti zneužití přály.<sup>193</sup> Podle Allendera proces změny obnáší překvapivou cestu slabosti, zlomenosti, chudoby a smrti. Pro oběti zneužití je to velmi těžko přijatelné, protože se už slabí a zlomení (bezmocní), chudí (bezmocní a zrazení) a mrtví (bezmocní, zrazení a rozpolcení) cítí. Představou, že léčba je horší než nemoc, nebo alespoň stejně špatná, se duchovní cesta stává těžko přijatelnou. To je podle Allendera důvod, proč mnohé sekulární a křesťanské metody biblický proces ředí, aby byl stravitelnější. Porušená lidská přirozenost chce mít všechno zaručené a pevně v ruce, proto jakýkoliv model změny, který nabízí úlevu splněním jasných kroků, se dotýká základní touhy porušené duše. Oproti tomu biblická cesta, kterou upřednostňuje Allender, má prostor pro rozhodování a zodpovědné jednání, ale vede i údolím, kde je člověk potmě a nemůže si posvítit.<sup>194</sup> „Obnáší ztrátu svého života, abychom ho našli, výměnou smrti za život.<sup>195</sup> Důvěřovat Bohu znamená ztratit svůj program, svou planoucí pochodň, abychom zemřeli svému sklonu žít ve lži.<sup>196</sup> Vyžaduje, abychom opustili své nepoddajné, sebeobránné, bezbožné způsoby chování a přijali život takový, jaký máme žít: v pokorné závislosti na Bohu a v hlubokých vztazích s druhými.“<sup>197</sup>

### 5.4.2. Srovnání obvyklé cesty ke změně a biblické cesty podle Allendera

Běžné metody uzdravení obsahují nejméně tři kroky, které naznačují očekávaný průběh a výsledky daného procesu.

---

<sup>192</sup> Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 153.

<sup>193</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 166.

<sup>194</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 167.

<sup>195</sup> srov. Jan 12,24-25.

<sup>196</sup> srov. kap. 4.2.3.1. Základní osvobození od falešného ‚já‘ a nezdravých emocí

<sup>197</sup> Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 167.

## ***Sebepoznání***

Sebepoznání pomůže oběti zneužití pocítit své emoce a přijmout je za své. Podle Allendera je sebepoznání či přisvojení si svých pocitů sice nutné a oprávněné, ale často je zaměřeno na cíl lépe se poznat, aby pak druzí museli brát v úvahu naši bolest. Oproti tomu, když k sebepoznání dojde skutečně biblickým způsobem (s cílem lépe milovat druhé), zničí jakoukoliv naši naději na sebeospravedlnění a umocní lidskou potřebu milosti.<sup>198</sup> „Biblické sebepoznání odhaluje zranění, vztek, osamělost a sebeobrannou izolaci zneužitého člověka. Nekončí oživením potlačených emocí, nýbrž staví se proti soběstačné útěše, kterou člověk nachází v tom, když žije s umrtvenou duší. Přímý pohled na prožité ublížení nevede k poznání pocitů oběti, nýbrž k jasnému odhalení snah oběti hledat život a útěchu mimo Boha.“<sup>199</sup>

## ***Sebevyjádření***

Sebevyjádření pomůže oběti zneužití najít svobodu k vyjádření svého vnitřního světa.<sup>200</sup> Svoboda vyjádřit, co si člověk myslí, se často může stát příležitostí k používání obranných obvinění. Podle Allendera „slova ‚jen jsem řekl pravdu‘ často slouží k hledání pomsty pod rouškou otevřenosti a ryzosti. Ve vztazích by hlavní otázkou nikdy nemělo být, zda říkáme pravdu, ale spíše, zda nám jde o dobro daného člověka. Upřímnost vyjádření by vždy měla být projevem úcty vůči druhému.“<sup>201</sup>

## ***Sebeobrana***

Konečným cílem oběti zneužití je naučit se stanovovat hranice ve vztazích k druhým, aby už nemohla být využívána či zneužívána.<sup>202</sup> Podle Allendera stanovení hranic často vede k sobecké, povýšené a soběstačné sebeobraně.

Allender zde uvádí příklad ženy, která prohlásila: „Je mi jedno, co si myslíte, naučila jsem se říkat sama sobě ano. Už se nenechám manipulovat požadavky

---

<sup>198</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuální zneužitím/*. s. 169.

<sup>199</sup> Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuální zneužitím/*. s. 169-170.

<sup>200</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuální zneužitím/*. s. 169.

<sup>201</sup> Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuální zneužitím/*. s. 170.

<sup>202</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuální zneužitím/*. s. 169.

někoho druhého. Teď budu pro změnu dělat, co chci já.“<sup>203</sup> „Její vztahy s manželem a všemi ostatními bylo možno označit jako spoluzávislé v tom smyslu, že ve svém životě fungovala bez duše, vůle a srdce a byla ovládána rozmary všech okolo. Podívala se tváří v tvář svému ublížení a potřebě znovu probudit svůj vnitřní svět, ale pohled na prožité zlo ji rozzuřil natolik, že vůbec nespátřila svůj podíl na škodlivých spoluzávislých vztazích. Nepokořila se a neprožila zlomenost nad svým hříchem, protože cesta budování hranic neodhalila její spoluzávislé chování jako ničivou, hříšnou sebeobranu, jejímž cílem je ochránit ji před nutností žít ve vztazích směle, opravdově a pokorně. Při pohledu na to, jak jí druzí ublížili a ubližují, zatoužila po soudní síni, v níž by mohla dát průchod svému rozhodnutí a dožadovat se spravedlnosti. Na svůj hřích se vůbec nepodívala; proto nikdy nepožádala o milost.“<sup>204</sup>

Pojem hranic je podle Allendera legitimní, avšak teprve podle cíle, který se za stanovením hranic skrývá, je možné určit, zda odpovídá lásce k Bohu a k druhým, nebo zda jde jen o sobecký humanismus. Stanovení hranic by mělo člověku pomoci lépe milovat toho, s nímž jsme ve vztahu.<sup>205</sup>

### **5.4.3. Biblická cesta ke změně podle Allendera**

„Cesta údolím“ či „cesta kříže“ podle Allendera vyžaduje biblické projevy poctivosti, pokání a smělé lásky.<sup>206</sup> „Poctivost odstraňuje příjemnou, antiseptickou laskavost popření. Pokání odnímá sebepohrdání a nenávisť vůči druhým a nahrazuje je pokorou, zármutkem a citlivostí. Smělá láska zvětšuje sílu a svobodu prostřednictvím radosti z toho, že milujeme tak, jak podle stvořitelského záměru milovat máme.“<sup>207</sup>

#### **5.4.3.1. Poctivost**

Poctivost podle Allendera představuje odhodlání vidět realitu takovou, jaká je, bez vědomého zkreslování, bagatelizace či zduchovňování. Nutí člověka uznat

---

<sup>203</sup> Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 170.

<sup>204</sup> Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 170.

<sup>205</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 171.

<sup>206</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 173.

<sup>207</sup> Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 173.

jeho zálibu v mlhavých polopravdách, které od něho nevyžadují změnu, ani ho nezbavují představy o jeho soběstačnosti. Poctivost začíná přiznáním, že bychom si raději vymysleli falešný svět, než bychom čelili jasnému, pronikavému světlu pravdy. Přezkoumání lži v člověku nejdříve vyvolá stud nebo hněv – emoce, které ohrožují naději na důvěrný vztah a ponechávají tvůrce lži osamocené a ustrašeného. Umlčování pravdy stojí ve skutečnosti člověka mnohem více energie než přiznání si strašlivé reality.<sup>208</sup>

Pokud se člověk rozhodne pokorně a odvážně čelit vnitřním a vnějším důsledkům prožitého zneužití, obnáší tento proces otevřenost, vynaložení potřebného úsilí, naslouchání údajům a následné vyvození logických souvislostí.<sup>209</sup>

### ***Otevřenost***

Otevřenost přichází ke slovu, kdykoliv se oběti zneužití vracejí vzpomínky na její zneužití. Rozhodnutí otevřít se těmto vzpomínkám a čelit jim je podle Allendera reakcí na pobídky Ducha svatého. Oběť se cítí přitahována a pobízena, aby se svému zneužití postavila tváří v tvář. Otevřenost jako vyjádřenou touhu nelze požadovat ani uspěchat, její „zrození“ nelze odkládat, ale není moudré na ni tlačit dříve, než nastane ten pravý čas.<sup>210</sup>

### ***Vynaložení potřebného úsilí***

Člověk se neuzdraví, pokud nevynaloží potřebné úsilí. Vynaložení potřebného úsilí zahrnuje modlitbu, půst a čtení Bible.

Allender doporučuje, aby se oběť zneužití modlila nahlas, na procházkách a na klidných místech, kde tento rozhovor nikdo neuslyší a kde nebude rušena. Modlitba by měla být poctivým vyjádřením toho, co člověk cítí, co si myslí a co chce ve vztahu s Bohem a druhými lidmi. Je i otevřením se Duchu Svatému, aby ukázal a připomněl, co uzná za důležité. Modlitba je také pozváním k obnovení vztahu, který byl často po celá léta, byť třeba jen ve skrytu, opomíjen nebo zavrhován, i uznáním hladu a touhy po bližším vztahu s Bohem.<sup>211</sup>

---

<sup>208</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 177.

<sup>209</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 183.

<sup>210</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 184.

<sup>211</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 185.



Půst je rozhodnutím odložit na čas nějaké legitimní uspokojení, aby se člověk mohl soustředit na intenzivnější duchovní hledání. Je výrazem cílevědomého odhodlání usilovat o živé poznání Boha. Půst otevírá duši hladu, který je často utišován rozmary tohoto světa, začíná jím proces, kdy se člověk tohoto falešného uspokojování zbavuje.<sup>212</sup>

Čtení Božího slova sytí duši a tiší hlad jako žádný jiný chléb. Odhaluje, probouzí a v konečném důsledku i uspokojuje srdce tím, že ho seznamuje s Boží myslí. Čtení Božího slova otevírá člověku důležité osobní životní otázky.<sup>213</sup>

### ***Naslouchání údajům a vyvození logických souvislostí***

Naslouchání údajům získaným modlitbou, půstem a čtením Písma, zahrnuje klidnou pozornost a přemýšlení. Přemítání o události otevírá mysl pro podrobnosti, které jsou často ústřední pro pochopení vnitřních a vnějších škod způsobených zneužitím. Podle Allendera daný prožitek upevňuje a umocňuje vkládání faktů a pocitů ohledně nějaké události do psaných slov. Jedním z nejlepších prostředků je povídání s druhými o nabytých faktech a pocitech, protože není dobré, aby člověk svou bolest řešil sám. Takový rozhovor vyžaduje poctivost a odvalu, protože člověk odhaluje svůj stud a svůj hřích. Allender ale upozorňuje, že důvěra není nic, co lze očekávat nebo dávat příliš rychle, je třeba naslouchat své intuici.<sup>214</sup>

#### **5.4.3.2. Pokání**

Pokání je podle Allendera vnitřní posun v tom (k tomu), co člověk vnímá jako zdroj života. Je zároveň i přiznáním, že sebeobrané prostředky, které člověk využíval a jejichž cílem je vyhnout se zranění, ho nevedly do skutečného života (bezstarostné odevzdanosti Bohu, která v konečném důsledku vede k hlubokému pocitu radosti a celistvosti bytí) ani ke smysluplnému, mocnému stylu vystupování. V procesu pokání člověk uznává svrchované povolání k lásce, které je v každém okamžiku a v každém vztahu porušováno. Bolest ze zneužití

---

<sup>212</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 185-186.

<sup>213</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 184, 186.

<sup>214</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 187-188.

v minulosti neospravedlňuje sebeobrannou nelásku oběti v přítomnosti. V konečném důsledku je pokání hladovým, pokorným návratem k Bohu.<sup>215</sup>

Allender také jasně rozlišuje ryzí a formální pokání. Ryzí pokání připouští bezmoc, formální pokání oproti tomu předpokládá schopnost nápravy z vlastních sil. Formální pokání je splátkou, zatímco ryzí pokání je prosbou o milost.<sup>216</sup>

„Vnitřní posun bude zahrnovat nejméně tři prvky: (1) odmítnutí nic necítit, (2) odmítnutí nikomu nedůvěřovat a (3) odmítnutí pohrdat hlubokými city. Každému z těchto odmítnutí musí nakonec dodat impuls uvědomění, že nabídnout všechno, čím jsme, do služby druhým, je podstatou života.

Vnější posun bude u každého vypadat jinak, ale bude se vyznačovat aktivní pokorou před Bohem a prohloubeným odhodláním vstupovat do vztahů s postojem zranitelnosti.“<sup>217</sup>

### ***Odmítnutí nic necítit***

Rozhodnutí nic necítit je pro oběť zneužití naprosto logické. Vypadá přirozeně a rozumně a především otupuje ničivé účinky prožitého zneužití, utiňuje pohrdání a zjednodušuje vztahy tím, že ničí touhu po něčem víc. Rozhodnutí být mrtví a nic necítit, je v podstatě rozhodnutím obrátit se zády k Původci života a upřít mu možnost hluboce se dotýkat našeho života. Pokud se člověk rozhodne pro život, vyvolává to podle Allendera tři základní emoce s tím spojené. Smutek otevírá srdce pro to, co mělo být, ale není. Žal otevírá srdce pro to, co nemělo být, ale je. Zármutek láme srdce tím, že odhaluje škody, které člověk způsobil druhým v důsledku neochoty spoléhat se jen na Boží milost a pravdu.<sup>218</sup>

### ***Odmítnutí nikomu nedůvěřovat***

Problém s nedůvěrou spočívá podle Allendera v tom, že mnozí lidé si důvěru nebo alespoň hlubokou důvěru nezaslouží. Povzbuzovat oběť zneužití k důvěře je pak totéž, jako bychom od ní žádali, aby ještě hlouběji pochybovala o své intuici a otevřela se dalšímu zneužívání. Klíčem k problému podle Allendera je to, že opakem nedůvěry v tomto případě není důvěra, ale zájem. Proces směřující

---

<sup>215</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 191.

<sup>216</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 194.

<sup>217</sup> Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 196.

<sup>218</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 197-198.

k opravdovému láskyplnému zájmu o druhé začíná smutkem a pokračuje žalem a zármutkem jako v předchozím případě.<sup>219</sup>

### ***Odmítnutí pohrdat hlubokými city***

Hluboký a vášnivý cit je pro většinu obětí zneužití nebezpečný, protože je jako dveře, jejichž otevření by mohlo uvolnit vztek, smyslnost, násilí, promiskuitu apod. Vášnivý cit definuje Allender jako hlubokou odezvu duše na život- svobodu radovat se a plakat. Jedním z nejtěžších přikázání podle něho je „radujte se s radujícími, plačte s plačícími“<sup>220</sup>, protože vyžaduje riskantní nasazení s otevřeným srdcem a zájmem o druhé. Odmítnout pohrdání hlubokými city znamená začít přijímat i bolest a rozkoš jako Bohem dané a žádoucí, ale také začít přijímat smutek z rozpolcenosti. Patří sem i odmítnutí strachu z hlubokých citů, které téměř znemožňují přijímat zájem od druhých. Součástí procesu odmítnutí pohrdat hlubokými city jsou, podobně jako v předešlých případech, emoce smutku, žalu a zármutku, vázané k hlubokým citům.<sup>221</sup>

### **5.4.3.3. Smělá láska**

Ve vztahu k Boží lásce zůstávají podle Allendera u zneužitého člověka velmi bolestné otázky: Kde byl Bůh, když jsem byl zneužit? Proč mě nezbaví bolesti, problémů a vzpomínek? Proč nezasáhl, když jsem byl zneužit? Kristův kříž bolest ani neřeší, ani neruší.<sup>222</sup> Odpověď na tyto bolestivé otázky pro zneužitého člověka si Allender vypůjčuje u Stotta: „Sám bych, nebýt kříže, nikdy neuvěřil v Boha. ... Jak by člověk mohl ve skutečném světě bolesti uctívat Boha, který by vůči ní byl imunní? ... Za lidským utrpením zůstává otazník, ale nad ním je ještě další znaménko – kříž, který symbolizuje Boží utrpení. Kristův kříž ... je jediným Božím sebeospravedlněním ve světě, jako je ten náš.“<sup>223</sup>

Lásku Allender definuje jako dar, který dobrovolně ruší dluh, s cílem dát dlužníkovi svobodu stát se tím, kým by mohl být, kdyby zakusil radost z obnovy

---

<sup>219</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 199-200.

<sup>220</sup> Řím 12,15.

<sup>221</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 201-202.

<sup>222</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 207.

<sup>223</sup> Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 207.  
Citace z: Stott, J., R., W. *The Cross of Christ (Kristův kříž)*. s. 335.

vztahu. Tím se dostáváme k velmi podstatnému tématu odpuštění. Podle Allendera vypadá úloha odpuštění v procesu uzdravení možná nesmírně složitě, ale je jasná a nutná. Odpuštění neznamená zapomenout na ublížení, předstírat, že je všechno v pořádku, být milý a umožňovat další zneužívání. Odpuštění Allender definuje z hlediska jeho tří součástí, kterými jsou: (1) touha po obnově vztahu, (2) smělá láska a (3) zřeknutí se msty.<sup>224</sup>

### ***Touha po obnově vztahu***

Pro mnoho obětí zneužití je obnova vztahu nejobtížnějším a mnohdy nepředstavitelným prvkem odpuštění. K odpuštění není možné člověka tlačit, dochází k němu přirozeně, v postupném a dlouhém procesu růstu. Prohloubení touhy po obnově vztahu stojí v cestě mnoho překážek, které se týkají zmatku v otázce, co znamená milovat a jak se vypořádat s touhou po odplatě.<sup>225</sup> Co je reálným cílem lásky, si ukážeme v následující části.

### ***Smělá láska***

Smělá láska představuje podle Allendera odhodlání udělat všechno, kromě hříchu, čeho je třeba pro uzdravení (spásu) pachatele. Její podobu znázorňuje ve dvou úryvcích z Písma sv.: „Láska nechť je bez přetvářky. Ošklivte si zlo, Iněte k dobrému.“<sup>226</sup> a „Lepší jsou zjevná kárání než skrývaná láska. Věrně jsou míněny šlehy od milujícího, ale záludné jsou polibky nenávidícího.“<sup>227</sup> V těchto textech je láska vnímána cizí jakékoliv falešné podpoře a klamným polibkům laskavosti. „Pokud například arogance daného člověka maří možnost vztahu s námi i s Bohem, musíme mít tuto jeho povýšenost v nenávisti a vnímat ji jako nádor, který je nutno zlikvidovat. ... Láska tedy neznamená chudokrevné bezvýhradné přijetí, které přehlíží zlo u druhých nebo u nás samotných. ... Láska znamená odvážně využívat svůj život s cílem obdělávat v druhém půdě zarostlou plevellem a trním, ... Může to být prostřednictvím přímé, frontální konfrontace“<sup>228</sup>

---

<sup>224</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 209.

<sup>225</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 210-211.

<sup>226</sup> Řím 12,9.

<sup>227</sup> Př 27,5-6.

<sup>228</sup> srov. Lk 17,3.

nebo pomocí trpělivého, pomalého laskavého přístupu.<sup>229</sup> ... Na smělou lásku neexistuje žádný konkrétní návod. Srdce toho, kdo miluje, musí být svobodné (díky poctivosti a pokání) k tvořivému přemítání o tom, co znamená dát pachateli milost.<sup>230</sup>

### ***Zřeknutí se msty***

Evangelní požadavek, odvážně si ošklivit zlo a lnout k dobrému, objasňuje apoštol Pavel zásadou neodplácet zlým za zlé<sup>231</sup> a upustit od msty a nechat prostor pro Boží hněv<sup>232</sup>. Spravedlivý hněv a podlá msta se od sebe zásadním způsobem liší.<sup>233</sup> „Touha ublížit druhému není vždy totéž, jako chtít, aby pykal za svůj hřích.“<sup>234</sup> Hlad po spravedlnosti odděluje od pomstychtivých představ podle Allendera dva důležité prvky.<sup>235</sup> (1) Pomsta nenechává prostor pro obnovu vztahu a soud je tím konečný. (2) Spravedlivou odplatu člověk chtít může, ale neměl by o ni usilovat.<sup>236</sup> Msta se staví do cesty Bohu. Touhou po odplatě člověk Boha ctí, ale stavět se do cesty jeho trpělivému volání k pokání a jeho spravedlivému soudu je pošetilé.

### **5.4.4. Odměna biblické cesty**

Proces změny, který zahrnuje tři prvky: „poctivost“ – otevřené srdce, které uznává poškození způsobené zneužitím a reaktivní sebeobranu; „pokání“ – pokorné srdce, které vstupuje do škod, které jsme spáchali sami sobě, druhým a Pánu; a „smělou lásku“ – vděčné srdce, které usiluje o hluboké vztahy s druhými; odměňuje člověka na jejím konci pokojnou odvahou a radostí.<sup>237</sup> Konečná radost, která člověka na této cestě čeká zahrnuje podle Allendera tři vnitřní skutečnosti: (1) radost ze své něhy (láskyplnosti), (2) zvýšení schopnosti

---

<sup>229</sup> srov. Ef 4,31-32.

<sup>230</sup> Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuální zneužitím/*. s. 212-213.

<sup>231</sup> viz Řím 12,17.

<sup>232</sup> viz Řím 12,19.

<sup>233</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuální zneužitím/*. s. 213.

<sup>234</sup> Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuální zneužitím/*. s. 213.

<sup>235</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuální zneužitím/*. s. 213-214.

<sup>236</sup> srov. Řím 12,19.

<sup>237</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuální zneužitím/*. s. 206.

reagovat na druhé z hloubi duše a (3) svobodu činit těžká a nepopulární rozhodnutí.<sup>238</sup>

Boj tím ovšem nekončí. Člověk v procesu růstu bude i nadále pít z kalichu poctivosti, pokání a smělé lásky a každý cyklus tohoto procesu posílí usvědčení, oslabí pohrdání a prohloubí touhu lépe znát Boha.<sup>239</sup>

---

<sup>238</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 173.

<sup>239</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuálním zneužitím/*. s. 224.

## **6. Závěr**

### **6.1. Srovnání práce s vnitřními zraněními v psychoterapii a v jednotlivých modelech duchovního vedení**

Již v části věnované vymezení a definici vnitřního zranění jsme si uvedli, že nenormální (vnitřně zraněný) je pro psychologii člověk, který vybočuje ze společenského normálu, a to hlavně v patologickém smyslu, a že společensky nenormálním můžeme z pohledu psychologie nazvat člověka, který nezvládá žít podle společensky uznávaných norem a není schopen se bez následků přizpůsobit nějaké sociální skupině, v rámci které by zdravě fungoval, byl pracovně i jinak aktivní, v rámci které by prožíval svůj život smysluplně, mohl se realizovat apod., podle toho, co je pro daný psychoterapeutický směr normální a co nenormální. Pro duchovní vedení jsme si vymezili jako normalitu život v plnosti Boží. Zároveň jsme si uvedli předpoklad, že život na začátku duchovního vedení, i když se může jevit jako společensky normální, je zraněn hříchem a potřebuje neustálé uzdravování.

Ve čtvrté části práce jsme na vymezené zranění navázali a vytyčili jsme cíl, ke kterému chce dojít psychoterapie a cíl, ke kterému má dojít vedený v duchovním vedení. Pro psychoterapii je cílem taková vnitřní a vztahová změna člověka, která ho osvobodí od patologií, nahradí jeho nepřizpůsobivé chování chováním kompetentním a přizpůsobí ho realitě, umožní jeho osobnostní růst. Tato změna je předem stanovena a dosahuje se jí psychologickými prostředky, které jsme si pro jednotlivé psychoterapeutické směry následně ukázali. Cíl má být předem jasně daný, racionálně zdůvodněný a průběžně sledovaný.

Pro duchovní vedení je společným cílem u všech autorů budování láskyplného vztahu k Bohu, následování Krista a spodobení člověka s ním. Následováním Krista a spodobením se s ním může člověk dojít plného uzdravení a vnitřního osvobození. Na cestě k tomuto cíli si můžeme povšimnout některých základních rysů a etap duchovní cesty, které jsou společné všem uvedeným autorům a které si nyní uvedeme.

Na počátku duchovní cesty stojí jako vstupní podmínka otevření se pravdě o sobě, bez tohoto otevření není možné postoupit dál. Zde je velmi důležitá role duchovního vůdce, který může člověku naslouchat, povzbudit ho, dát mu pocítit bezpečí a přijetí, nebo mu jiným způsobem dodat odvahu, motivaci nebo smysl, proč se otevřít zraňující skutečnosti. Jak jsme viděli, každý duchovní vůdce vstupuje do procesu jemu vlastním způsobem. V pravdivém sebepoznání člověk objevuje svůj hřích, který je následkem zranění, projevuje se egocentričností a brání vztahům s druhými i s Bohem. Když v sobě člověk objeví tento hřích, nastává další fáze procesu uzdravení, která je ve znamení přijetí zodpovědnosti za svůj život.

Zde můžeme u všech autorů vyzorovat dva souběžné procesy. Prvním z nich je proces pokání, ve kterém člověk postupně strhává pýchu, která ho chrání před zraňující skutečností, přijímá všechny emoce a pocity spojené se zraněním, a tím přijímá část svého života a své osobnosti, ve které nenechával proudit život. Tuto nepřijímanou část své osobnosti postupně vystavuje boží lásce v modlitbě a proměňuje ji, aby v ní proudil boží život a boží láska v plnosti. Druhým procesem je odpuštění, které je naprosto spojené s pokáním. S tím, jak zraněný člověk přijímá zodpovědnost za své chování, pociťuje potřebu odpuštění od Boha jako nutnou podmínku, aby mohl přijmout sebe sama takového, jaký je. Skrze zakoušení božího odpuštění člověk postupně dokáže být milosrdný i sám k sobě a odpouštět si v oblastech, ve kterých sám sebe nepřijímal. Tím, jak zraněný člověk odpouští sám sobě, dozrává v něm přirozená potřeba odpustit i tomu, kdo ho zranil. Na konci tohoto procesu tak odstraňuje i kořen jeho zranění.

Jak jsme viděli u Keatinga, člověk jdoucí po duchovní cestě, na které má dojít co největšího spodobení s Kristem, potřebuje uzdravení celkové. To nabízí jím popsaná cesta duchovního uzdravení a proměny skrze kontemplativní modlitbu. Keating se neuspokojuje s uzdravením nejhlubších ran, které člověku brání prožívat život bez patologických pachutí. S těmi svým způsobem pracuje i psychoterapie. Keating vybízí člověka, aby se vydal na cestu do neznáma a v „noci smyslů“ postupně prošel všemi oblastmi, kde je zraňujícím způsobem odkloněn od Krista, kde je zasažen svým egocentrismem, v zajetí svých dětských



potřeb, které nikdy nemůže naplnit. Krásným příkladem toho je život sv. Terezie z Lisieux a její proměna o vánoční noci.<sup>240</sup>

Na základě našeho podrobnějšího zkoumání můžeme říci, že pojetí duchovního vedení se u jednotlivých autorů liší především tím, pro koho může být vhodné. Augustynovo pojetí umožňuje běžnému, pracovně vytíženému člověku, jít duchovní cestou i přes jeho pracovní vytížení a péči o rodinu. Vella je svým zaměřením předurčen pro duchovní vedení a uzdravování lidí, kteří si nesou velmi hluboká zranění. Keatingova duchovní cesta je zase velmi vhodná pro člověka žijícího zasvěceným životem. Nocí smyslů v jeho podání může projít pravděpodobně každý člověk, oproti tomu u noci ducha je naprosto nutné lidské i duchovní zázemí. Je velmi pravděpodobné, že člověk, který by se v dnešní době plně disponoval k duchovní cestě podle návodu sv. Jana od Kříže, by mohl skončit na psychiatrii s diagnózou rozštěpení osobnosti. Sv. Jana v jeho době chránily zdi kláštera a „neexistence oboru psychiatrie“, takže si mohl tak radikální rozhodnutí pro Krista dovolit. Biblické poradenství Allendera je zase velmi vnímavou a citlivou duchovní cestou pro člověka, který utrpěl ve svém životě sexuální zneužití.

Právě tyto rozdíly nám opět mohou připomenout jednu podstatnou skutečnost, kterou vyslovil apoštol Pavel, že všichni dohromady jsme jedno Kristovo tělo a každý má právě to obdarování (přístup), kterým nejvíce prospěje sobě i druhým nacházet Krista.<sup>241</sup> Základní jednotu přístupů uvedených duchovních autorů, která má pevný základ v Kristu, není možné přehlédnout.

## **6.2. Psychoterapie a duchovní cesta člověka**

Po předchozím porovnání nám ještě zbývá zodpovědět otázku, zda psychoterapie může být nápomocná v procesu duchovního růstu člověka, případně jakým způsobem? Před tím, než se pokusíme o vlastní závěr, uvedeme si alespoň krátce, co k tomuto tématu říká Augustyn, který je ve svém názoru značně radikální. Ten při porovnání psychoterapie a duchovního vedení říká, že: „Podobnost spočívá v tom, že se oba způsoby pomoci týkají (zvláště v počáteční

---

<sup>240</sup> viz kap. 4.3.5. Nemoc a svatost

<sup>241</sup> viz 1Kor 12,27-28.

fázi) týchž problémů, zranění, strachu, obav, potřeb a přání. ... Duchovní vedení (ve svých počátcích) i terapie vedou k tomu, aby člověk dokázal přijmout zodpovědnost za svou situaci a naučil se zvládat své emocionální stavy. Podstatný rozdíl mezi vedením a terapií ovšem vyplývá z užívání různých metod i ze směřování k různým cílům. ... Užijeme-li určitého zobecnění, lze prohlásit, že cílem psychoterapie obvykle bývá, aby si pacient osvojil určitou schopnost zvládat své emoce, poradil si v kritických situacích, opravil vnímání sebe samého a získal větší odolnost proti stresu. ... Duchovní vedení nabízené v rámci společenství církve se soustřeďuje především na budování vztahu člověka k Bohu. ... Projekční plochou tedy už není osoba vůdce (terapeuta), ale Boží slovo. To se stává definitivním místem konfrontace nejen pro vedeného, ale pro celý vztah mezi ním a vůdcem.<sup>242</sup> I přes tento kontrast mezi terapií a duchovním vedením, vyslovený Augustynem, je však možné najít styčné plochy obou cest.

Pokud použijeme naše předchozí srovnání, ve kterém jsme uvedli některé základní rysy a etapy duchovní cesty společné všem uvedeným duchovním autorům, je možné najít styčnou plochu už v první etapě duchovní cesty. Duchovní vedení i psychoterapie umí shodně jednu základní věc: zprostředkovat člověku pravdivý pohled na sebe samého a zvědomit to, co člověk jako pravdu o sobě popírá a nepřijímá. Tento proces - otevření se člověka pravdivému pohledu na sebe sama, odkrytí dětských představ, otevření se vztahům a zvědomění patologických dětských přání - je zcela jistě styčnou plochou. Např. člověk, který se otevře pravdě o zranění, které utrpěl ve vztahu se svým otcem, se v tu chvíli může začít otevírat i ve vztahu s Bohem Otcem; člověk, který se otevře pravdě o sobě v části své osobnosti, kterou nepřijímal, v tu chvíli může začít otevírat tuto část své osobnosti pro boží lásku k sobě a k druhým. Malé nebezpečí psychoterapie v procesu otevírání spočívá v tom, že zná velmi účinné techniky a metody otevírání zranění a pravdivosti o sobě, které z duchovního hlediska mohou nerespektovat zdravý „organický“ duchovní růst. Tento organický duchovní růst je nesmírně důležitý, protože plně respektuje pozvolnou proměnu člověka, která spočívá ve vyváženosti růstu psychického, tělesného, sociálně-vztahového a duchovního.

---

<sup>242</sup> Augustyn, J. *Vedení Bohem*. s. 108-109.

Po etapě otevření se pravdě přichází na řadu etapa přeměny člověka. Zde je nejpodstatnější, s čím nebo s kým se konfrontuje, a jakými hodnotami, ideály nebo normami uzdravuje nemocnou část své osobnosti. V tomto bodě se uzdravení v terapii může ubírat několika možnými způsoby. Dvě krajní možnosti si nyní pokusíme ukázat.

V případě, že je terapeut „nevěřící“, bude předávat pacientovi hodnoty a postoje, které budou výsledkem jeho osobního postoje a určitého „filozofického“ základu daného psychoterapeutického směru, kterému jsou vlastní určité ideály, hodnoty, normy a postoje. Projekční plochou zde bude osobnost terapeuta a člověk bude konfrontován především skrze onen filozofický základ daného psychoterapeutického směru. Pokud chce pacient, aby tento psychoterapeutický proces byl zároveň cestou ke Kristu a přebíráním jeho postojů, musí se souběžně s psychoterapeutickým procesem nějakým způsobem konfrontovat s Kristem a jeho postoji. Čím blíže si budou hodnoty daného psychoterapeutického směru a hodnoty Kristovy, tím lepší budou pacientovi podmínky k následování Krista.

V případě, že bude terapeut „věřící“ a jeho základním postojem bude vést pacienty ke Kristu, podmínky pro pacientovo následování Krista se značně usnadní. Tento přístup ovšem bude klást velké nároky na terapeuta, který bude muset filozofický, hodnotový a postojový základ daného terapeutického směru poctivě zkonfrontovat s hodnotami a postoji Kristovými (křesťanskými hodnotami) a jimi, v případě rozporu, nahradit původní hodnoty a postoje terapeutického směru. Poté bude pacientovo duchovní směřování ke Kristu i konfrontace s ním pravděpodobně probíhat obdobným způsobem jako v duchovním vedení.

Podstatnou etapou duchovního růstu je také proces odpuštění, který, jak jsme si uvedli výše, by měl probíhat souběžně s pokáním a s proměnou, kterou pokání přináší. Pro naprostou většinu psychoterapeutických směrů je součástí procesu uzdravení nutnost přijetí a smíření se se skutečností, že člověk byl zraněn, případně kým byl zraněn – to je součástí přijetí pravdy o sobě. Podmínka odpuštění tomu, kdo člověka zranil, která je v procesu duchovního uzdravení nutná, je pro většinu terapeutických směrů nepodstatná. V některých případech je

dokonce vnímána jako výsměch tomu, komu bylo ublíženo.<sup>243</sup> Pokud ovšem člověk trvale žije v neodpuštění, ze kterého vyrůstá hněv vůči sobě a druhým, tak nedokáže být milosrdný sám k sobě a odpouštět si v oblastech, ve kterých sám sebe nepřijímá. Pak není možné hovořit o úplném duchovním uzdravení. Pokud láska člověka není svobodná vůči určité oblasti vztahů, není možné hovořit o plném duchovním uzdravení a osvobození. Poctivý věřící terapeut, který chce své pacienty vést ke Kristu, by měl v této oblasti rozšířit svůj psychotherapeutický směr o nutnost odpuštění, ke které nás vyzývá Kristus.

---

<sup>243</sup> viz Allender, D. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuální zneužitím/*. s. 209.

## Seznam použité literatury:

### Prameny:

*Bible /Písmo svaté Starého a Nového zákona/*. Ekumenický překlad. Přeložily ekumenické komise pro Starý a Nový zákon. 5. přepracované vydání (3. vydání v ČBS). Praha : Česká biblická společnost, 1994. 1 312 s. ISBN 80-85810-04-2.

*Dokumenty II. Vatikánského koncilu*. Z latinského originálu *Sacrosanctum Oecumenicum Concilium Vaticanum II* vydaného nakladatelstvím Constitutiones, Decreta, Declarationes, Romae, v roce 1966, přeložila pracovní skupina pod vedením Oto Mádra. 1. vyd. Praha : Zvon, 1995. 610 s. ISBN 80-7113-089-3.

*Katechismus katolické církve*. Z francouzského originálu *Catéchisme de l'Eglise catholique*, nakladatelství neuvedeno, přeložil Josef Koláček. 1. vyd. Praha : Zvon, 1995. 826 s. ISBN 80-7113-132-6.

### Ostatní literatura:

Allender, Dan, B. *Zraněné srdce /Jak se vyrovnat se sexuální zneužitím/*. Z anglického originálu *The Wounded Heart /hope for adult victims of childhood sexual abuse/* vydaného nakladatelstvím Nav Press, v roce 1990, přeložila Alena Švecová. 1. vyd. Praha : Návrat domů, 2006. 256 s. ISBN 80-7255-141-8.

Augustyn, Józef. *Vedení Bohem /Praxe duchovního vedení/*. Z polského originálu *Prowadzeni przez Boga* vydaného nakladatelstvím Wydawnictwo WAM, Kraków v roce 1999, přeložila Jindra Hubková. 1. vyd. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 2002. 192 s. ISBN 80-7192-759-7.

Czech, Jan. *Psychoterapie a víra /Základy duchovní psychoterapie/*. 1. vyd. Ostrava : Ing. Břetislav Jureček – JUPOS, 2003. 144 s. ISBN 80-85832-55-0.

Crabb, Larry. *Osobnost člověka /její potřeby a cesty k jejich naplnění/*. Z anglického originálu *Effective Biblical Counseling* vydaného nakladatelstvím Zondervan Publishing House v roce 1977, přeložila Alena Koželuhová. 1. vyd. Praha : Návrat domů, 1995. 176 s. ISBN 80-85495-36-8.

Feuerbach, Ludwig. *Podstata křesťanství*. Z německého originálu *Das Wesen des Christentums*, nakladatelství neuvedeno, přeložil Zbyněk Sekal. 1. vyd. Praha : Státní nakladatelství politické literatury, 1954. 478 s. Bez ISBN.

Frankl, Viktor, E. *Psychoterapie pro laiky*. Z německého originálu *Psychoterapie für den Laien* vydaného nakladatelstvím Herder Freiburg, přeložil Vladimír Smékal. 1. vyd. Praha : Cesta, 1998. 160 s. ISBN 80-85319-80-2.

Frielingsdorf, Karl. *Falešné představy o Bohu*. Z německého originálu *Dämonische Gottesbilder* vydaného nakladatelstvím Mathias-Grünewald-Verlag, Mainz, v roce 1992, přeložila Alžběta Sirovátková. 1. vyd. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 1995. 156 s. ISBN 80-85527-94-4.

Grün, Anselm. *Modlitba a sebepoznání*. Z německého originálu *Gebet und Selbsterkenntnis* vydaného nakladatelstvím Vier Türme Verlag, Münsterschwarzach Abtei, v roce 1984, přeložila Jiřina Šťouračová. 1. vyd. Praha : Zvon, 1997. 56 s. ISBN 80-7113-191-1.

Grün, Anselm; Dufner, Meinrad. *Spiritualita zdola*. Z německého originálu *Spiritualität von unten* vydaného nakladatelstvím Vier Türme Verlag v roce 1994, přeložil Josef Hermach. 1. vyd. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 1997. 72 s. ISBN 80-7192-167-X.

Ignác z Loyoly. *Souborné dílo /Duchovní cvičení, Vlastní životopis, Duchovní deník/*. Z nevedeného originálu přeložil Robert Kunert. 1. vyd. Olomouc : Refugium Velehrad-Roma, 2005. 474 s. ISBN 80-86715-42-6.

Jan od Kříže. *Temná noc*. Ze španělského originálu *Noche oscura* vydaného nakladatelstvím Editorial de Espiritualidad (3. vyd.), v roce 1988, přeložila Věra Anežka Michaela Kofroňová. 1. vyd. Kostelní Vydří : Řád karmelitánů, 1995. 208 s. ISBN 80-7192-055-X.

Jan od Kříže. *Výstup na horu Karmel*. Ze španělského originálu *Subida del Monte Carmelo* vydaného nakladatelstvím EDE, Madrid (5. vyd.), v roce 1993, přeložila Terezie Brichtová. 1. vyd. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 1999. 338 s. ISBN 80-7192-420-2.

Kateřina Sienská. *Dialog /s Boží prozřetelností/*. Z italského originálu *Dialogo della Divina Provvidenza* vydaného nakladatelstvím Eizioni Studio Domenicano, Bologna, v roce 1991, přeložila Ivana Hlaváčová. 1. vyd. Praha : Krystal, 1998. 360 s. ISBN 80-85929-29-5.

Keating, Thomas. *Pozvání k lásce*. Z anglického originálu *Invitation to Love* vydaného nakladatelstvím Elements Books Limited, Shaftesbury, Dorset, v roce 1992, přeložil Vladimír Blažek. 1. vyd. Praha : České katolické nakladatelství, 1996. 184 s. ISBN 80-7113-145-8.

Lane, Tony. *Dějiny křesťanského myšlení*. Z původního vydání *The Lion Book of Christian Thought* vydaného nakladatelstvím Lion Publishing, přeložil kolektiv autorů. 1. vyd. Praha : Návrat domů, 1996. 290 s. ISBN 80-85495-47-X.

Marek, A., M. *Psychologie*. 2. doplněné vydání (1.vydání v MCM). Olomouc : Matice cyrilometodějská, 2000. 602 s. ISBN 80-7266-047-0.

Merton, Thomas. *Duchovní vedení a rozjímání*. Z anglického originálu *Spiritual Direction & Meditation* vydaného nakladatelstvím The Liturgical Press, Collegevill, Minnesota v roce 1960, přeložila Magdaléna Tázlarová. 1. vyd. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 1997. 72 s. ISBN 80-7192-225-0.

Moore, Robert, M. C. G. *Jung a křesťanská spiritualita /Sborník reflexí teologů, psychologů a religionistů/*. Z anglického originálu *Carl Jung and Christian spirituality* vydaného nakladatelstvím Paulist Press Mahwah, New Jersey, v roce 1988, přeložil Ivo Müller. 1. vyd. Praha : Portál, 1998. 200 s. ISBN 80-7178-195-9.

Schaupp, Klemens. *Doprovázení na duchovní cestě*. Z německého originálu, název neuveden, vydaného nakladatelstvím Superiorenenkonferenz der Männlichen Ordensgemeinschaften, Wien, v roce 1990, přeložil Jaroslav Vokoun. 1. vyd. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 1994. 96 s. ISBN 80-85527-45-6.

Sudbrack, Josef. *Duchovní vedení*. Z německého originálu *Geistliche Führung*, vydaného nakladatelstvím Herder, Freiburg im Breisgau, v roce 1981, překladatel neznámý. Vyd. neuvedeno. Místo vyd. neuvedeno. Nakladatelství Duch a život, rok vyd. neuveden. 64 s. Bez ISBN.

Sudbrack, Josef. *Náboženská zkušenost a lidská duše*. Z německého originálu *Religiöse Erfahrung und menschliche Psyche* vydaného nakladatelstvím Matthias-Grünwald-Verlag, Mainz, v roce 1998, přeložil Zdeněk Lochovský. 1. vyd. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 2002. 144 s. ISBN 80-7192-514-4.

Terezie od Ježíše. *Hrad v nitru*. Z neuvedeného originálu přeložil Josef Koláček. 1. vyd. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 2003. 192 s. ISBN 80-7192-715-5.

Terezie z Lisieux. *Autobiografické spisy /Dějiny duše/*. Z neuvedeného originálu přeložila Terezie Brichtová. 1. vyd. Vimperk : Tiskárny Vimperk, 1991. 272 s. ISBN 80-900807-5-8.



Vella, Elias. *Ježíš- lékař těla i duše*. Ze slovenského originálu *Ježíš moj uzdravovateľ* vydaného nakladatelstvom Per Immaculatam v roce 2002, přeložila Michaela Houšková. 1. vyd. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 2006. 352 s. ISBN 80-7192-851-8.

Vymětal Jan a kol. *Obecná psychoterapie*. 2. rozšířené a přepracované vyd. Praha : Grada Publishing, 2004. Dotisk 2007. 340 s. ISBN 80-247-0723-3.