

UNIVERZITA KARLOVA
HUSITSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA



OSAMĚLOST V KONTEXTU EXISTENCIÁLNÍ
HAGIOTERAPIE

Loneliness in the Context of Existential Hagiotherapy

Diplomová práce

Vedoucí práce:

Mgr. Barbora Racková

Autor:

Bc. Petra Tesařová

Praha 2022

Poděkování

„Stále vzdáváme díky Bohu za vás za všechny a ustavičně na vás pamatujeme ve svých modlitbách.“ (1Te 1, 2)

Tímto vyslovuji díky Mgr. Barboře Rackové, MUDr. et Mgr. Prokopu Remešovi a Mgr. Janu Kaňákovi, Ph.D. Velké poděkování náleží též milým respondentům, jelikož bez jejich vřelého přístupu by tato práce nemohla vzniknout. V neposlední řadě děkuji svým drahým z fakulty i mimo fakultu za vše, co pro mě činí.

*Alma Mater floreat,
Quae nos educavit,
Caros et commilitones,
Dissitas in regiones
Sparsos congregavit.*

– Gaudeamus igitur

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem předkládanou diplomovou práci „Osamělost v kontextu Existenciální hagioterapie“ vypracovala samostatně. Dále prohlašuji, že všechny použité prameny a literatura byly řádně citovány a že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 7. 8. 2022

.....

Petra Tesařová

Anotace

Diplomová práce se zabývá osamělostí v kontextu Existenciální hagioterapie a má dva cíle. Teoretická část se orientuje na první a empirická na druhý cíl:

- 1) *Deskripce osamělosti v kontextu Existenciální hagioterapie.*
- 2) *Odpovědět na hlavní výzkumnou otázku: „Jak prožívají účastníci Existenciální hagioterapie osamělost?“*

Teoretická část obsahuje nejprve krátké vztahování tématu do rámce sociální práce a definování existenciálních psychoterapií. Poté přichází na řadu samotná osamělost, která je definována nejdříve v kontextu Existenciální psychoterapie I. D. Yaloma, podruhé je popsána z pohledu dialogické filozofie, dále ve spojení se vztahem, a nakonec přímo v rámci Existenciální hagioterapie. Výzkumná část byla realizována pomocí polostrukturovaných rozhovorů s účastníky hagioterapie. Data byla analyzována užitím Interpretativní fenomenologické analýzy.

Klíčová slova

Osamělost – vztah – Bůh – I. D. Yalom – Buber – Lévinas – Existenciální hagioterapie – Interpretativní fenomenologická analýza

Annotation

The master's thesis deals with the loneliness in the context of Existential hagiotherapy and has two objectives. The theoretical part focuses on the first and the research part on the second aim:

- 1) *Description of loneliness in context of Existential hagiotherapy.*
- 2) *Answer the main research question: „How do the participants of Existential hagiotherapy experience loneliness?“*

The theoretical part first contains a short introduction of the topic in the framework of social work and a definition of existential psychotherapies. Then the thesis focuses on loneliness, which is defined firstly in the context of Existential psychotherapy by I. D. Yalom, secondly it is described from the point of view of dialogical philosophy, then in connection with the relationship, and finally directly within the framework of Existential hagiotherapy. The research part was carried out using semi-structured interviews. The data was analyzed using Interpretive phenomenological analysis.

Keyword

Loneliness – relationship – God – I. D. Yalom – Buber – Lévinas – Existential hagiotherapy – Interpretative phenomenological analysis

OBSAH

Obsah	6
Seznam zkratek.....	8
Úvod.....	9
1. Téma v kontextu sociální práce – diskurzivní pojetí	12
1.1 Diskurz spirituality v sociální práci	14
2. Existenciální terapie.....	17
2.1 Existenciální psychoterapie I. D. Yaloma a hagioterapie P. Remeše.....	19
3. Osamělost z pohledu Existenciální psychoterapie I. D. Yaloma	22
3.1 Interpersonální osamělost.....	22
3.2 Intrapersonální osamělost.....	24
3.3 Existenciální osamělost.....	26
3.3.1 Existenciální osamělost ve vztahu ke smrti.....	27
3.3.2 Existenciální osamělost ve vztahu ke svobodě	29
3.3.3 Existenciální osamělost ve vztahu k procesu růstu	31
4. Osamělost z pohledu dialogické filozofie.....	33
4.1 Osamělost u M. Bubera.....	34
4.2 Osamělost u E. Lévinase	36
5. Osamělost a vztah – východisko, obrana	39
5.1 Vztah jako východisko z osamělosti – M. Buber.....	39
5.2 Vztah jako východisko z osamělosti – E. Lévinas	42
5.3 Vztah jako obrana – I. D. Yalom	44
6. Osamělost z pohledu Existenciální hagioterapie	47
6.1 Podstata a cíle – existenciály.....	49
6.2 Osamělost a vztah	51
6.2.1 Transcendentno	54
6.2.2 Výstup z osamělosti	56
7. Empirická část.....	59
7.1 Cíle výzkumu a výzkumná otázka	59
7.2 Metoda a její limity	60
7.3 Participantův výzkum	62
7.4 Sběr dat	62
7.5 Etika výzkumu	64
7.6 Proces analýzy.....	65
7.7. Reflexe vlastní zkušenosti s tématem osamělosti	66

8. Výsledky	67
8.1 Fenomenologický kontext života respondentů a jejich dělení osamělosti a samoty	67
8.2 Témata a subtémata prožívané osamělosti	70
8.3 Interpretace individuálních zkušeností respondentů	71
8.3.1 Vztah a osamělost	71
8.3.2 Práce s osamělostí	73
8.3.3 Svoboda v kontextu osamělosti.....	76
8.3.4 Smrt v kontextu osamělosti.....	80
8.3.5 Osamělost v hagioterapeutických setkáních	82
8.4 Diskuze k výsledkům	86
Závěr	90
Seznam použité literatury.....	93
Seznam tabulek.....	97
Seznam obrázků.....	97
Seznam příloh.....	98
Abstrakt.....	109
Abstract.....	110

Seznam zkratek

Seznam biblických zkratek

Tanach

Gn – Genesis (První kniha Mojžíšova)

Sd – Kniha soudců

1S – První kniha Samuelova

Ž – žalm

Nový zákon

J – Evangelium podle Jana

1Kor – První list Korintským

Mk – Evangelium podle Marka

1Pt – První list Petrův

1Te – První list Tesalonickým

1Tim – První list Timoteovi

Žd – List Židům

Ostatní zkratky:

EH – Existenciální hagioterapie

ET – existenciální terapie

IPA – Interpretativní fenomenologická analýza

N – náboženský

S – spirituální

SP – sociální práce

Úvod

„Na kterou planetu jsem to spadl?“ zeptal se malý princ.

„Na Zemi, do Afriky,“ odpověděl had.

„Ach! ...Na Zemi tedy nikdo není?“

„Tady je poušť. A na pouštích nikdo není. Země je velická,“ řekl had.

Malý princ si sedl na kámen, pohlédl k obloze a pravil:

„Tak si říkám, jestli hvězdy září proto, aby každý mohl jednoho dne najít tu svou planetu. Je právě nad námi...“

„Ale jak je daleko!“

„Je krásná,“ řekl had. „Proč jsi sem přišel?“

„Mám trampoty s jednou květinou,“ odpověděl malý princ.

„Tak?“ řekl had.

Odmlčeli se.

„Osamělí jsme i mezi lidmi,“ namítl had.

– Antoine de Saint – Exupéry, Malý princ

Úryvek z Malého prince naznačuje, že se předkládaná práce zabývá osamělostí, na niž pohlíží jako na jednu z důležitých existenciál, které jsou nedílnou součástí lidského bytí ve světě.¹ Tento bytostný fundament zároveň představuje základní složku dynamické struktury lidského nitra.² Literatura uvádí, že je osamělost zakoušena výhradně jako negativní fenomén, na nějž člověk reaguje snahou o navazování vztahů, voláním po skutečné přítomnosti druhého.³

Pokusíme se tuto základní záležitost nahlédnout optikou Existenciální hagioterapie, jejíž zakladatelem je MUDr. et Mgr. Prokop Remeš. V jejím kontextu však osamělost nebyla doposud více rozpracována, proto o ní nalezneme pouze několik rozptýlených střípků. Tato skutečnost je impulsem pro vznik předkládané práce, avšak musíme mít stále na paměti, že se necítíme být nikterak kompetentní učinit jasné definiční vymezení. Naše snaha bude mít spíše podobu návrhu a otevření prostoru pro diskusi, jež pramení z potřeby udělat první krok. Z tohoto důvodu bude **prvním cílem: *Deskripce osamělosti v kontextu Existenciální hagioterapie.***

V duchu hagioterapie, která akcentuje teistické i ateistické paradigma, nahlédneme na osamělost z těchto perspektiv. Vycházíme rovněž i z její terapeutické praxe, jelikož hagioterapii navštěvují jak věřící, tak nevěřící klienti. Nejprve se tedy zaměříme na osamělost z pohledu Existenciální psychoterapie I. D. Yaloma (ateistické paradigma), jež je významným teoretickým východiskem EH⁴, která však, jak uvidíme, rozvíjí existenciály odlišným způsobem. V souladu s Yalomem se podíváme na jím identifikované typy osamělosti: interpersonální, intrapersonální a existenciální, kterou prozkoumáme v relaci ke smrti, svobodě a procesu růstu.

¹ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 16

² Tamtéž, s. 18

³ REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVI. *Nahá žena na střeše*. Praha: 2013, s. 171

⁴ Existenciální hagioterapie

Na poli psychologie se rozlišuje mezi osamělostí a samotou, ovšem ve filosofii tomu tak striktně není a občas dochází k jejich překrývání. Prosíme čtenáře, necht' má tuto skutečnost na paměti.

Posléze svou pozornost zaměříme na osamělost z pohledu M. Bubera a E. Lévinase (teistické paradigma). Oba myslitelé bývají někdy zařazováni pod společný pojem *filozofie dialogu*.⁵ Uvědomujeme si, že ne všichni souhlasí s takovýmto zastřešením Lévinase. Nechceme ho tím nikterak redukovat, ale toto řazení volíme z důvodu, abychom si alespoň základně vymezili další pozici, která je pro hagioterapeutické pojetí zásadní. Zároveň i proto, že Lévinas v předkládané práci vystupuje vždy společně s Buberem, ačkoliv se jejich filozofie občas velmi liší. Označení tedy berme spíše jako společný prostor pro jejich setkání, které však neomezuje pole jejich působnosti.

Pro plné uchopení osamělosti bude následovat kapitola osamělost a vztah. Na jejich vzájemné spojení se opětovně pokusíme nahlédnout z výše zmíněných pozic. Vyvstanou nám tak dva úhly pohledu – *vztah jako obrana (I. D. Yalom) a vztah jako východisko (M. Buber a E. Lévinas)*.

Po přípravě základu, z kterého budeme vycházet, se nakonec dostane ke slovu osamělost z pohledu Existenciální hagioterapie. Nejprve pojednáme o její podstatě a cílech s důrazem na tematizaci existenciál. V druhé podkapitole se ještě jednou podíváme na dvojici osamělost a vztah, která bude rozvíjena s ohledem na Transcendentno a možnost výstupu z osamělosti. Pamatujme, že se naše snažení odehrává na rovině teoretické. EH však v konkrétních skupinových setkání vychází z místa, kde se nachází její uživatel. Nesnaží se jej „vměstnat do svého konceptu osamělosti“, ale terapeuticky proměnit skrze „setkávání s existenciálními tématy nejhlubšího zakořenění, zejména pokud jsou spojeny se spiritualitou, náboženstvím a transcendentnem.“⁶

Po úsilí o popis osamělosti v kontextu Existenciální hagioterapie učiníme obrat od teorie k prožívání jejich uživatelů. Dostaneme se tak k druhému cíli práce, čímž je: odpovědět na hlavní výzkumnou otázku: „Jak prožívají účastníci Existenciální hagioterapie osamělost?“ Empirická část se tedy bude orientovat na kvalitativní výzkum, který byl realizován skrze polostrukturované rozhovory s účastníky hagioterapie. Zvolíme metodu Interpretativní fenomenologické analýzy, jež pomáhá hlouběji uchopit zkušenost jedince a tím pádem blíže porozumět zkoumanému fenoménu. Otázky podkládané respondentům budou vycházet z teoretické části práce. Můžeme předeslat, že tak dojde k zajímavým průnikům mezi tím, „jak „sterilně“ a obecně dokážeme o existenciálách přemýšlet, a tím, jak je žijeme v událostech svého života a emocionálně prožíváme v nejhlubších vrstvách své duše.“⁷

⁵ Viz Poláková, z které v této práci budeme vycházet. (POLÁKOVÁ, Jolana. *Filozofie dialogu: Rosenzweig, Ebner, Buber, Lévinas*. Druhé, rozšířené vydání. Praha: Ježek, 1995. Filosofické texty, 106 s. ISBN 80-859-9601-4.)

⁶ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 9

⁷ Tamtéž, s. 35

Před vstupem do samotné osamělosti se v následujících řádcích zaměříme na ukotvení tématu, respektive Existenciální hagioterapie, do prostor sociální práce. To učiníme skrze diskurzivní pojetí, konkrétně typologii vztahu diskursů profesionality a spirituality. Poté vytvoříme krátké vymezení existenciálních terapií s ohledem na jejich shodné prvky. Hluběji si vydefinujeme Existenciální psychoterapii I. D. Yaloma a Existenciální hagioterapii P. Remeše, abychom tak mohli podniknout cestu, v jejíž cíli se nachází hagioterapeutické vymezení osamělosti.

S důvěrou poznamenejme, že přizvání myslitelé snad veskrze nadšené a troufalé studentce všechny prohřešky odpustí. Tak, jak cílem jejich vyučování byla „*láska z čistého srdce, z dobrého svědomí a z upřímné víry*“ (1Tim 1,5), zůstává i nám naděje, že „*láska přikryje množství hříchů*“ (1Pt 4, 8) předkládané práce.

*„Stanu se menším a ještě menším,
až budu nejmenším na celém světě.
Po ránu, na louce, v létě
po kvítku vztáhnou se nejmenším.
Zašeptám a obejmou se s ním:
Chlapečku bosý
nebe dlaň o tebe opřelo si
kapičkou rosy,
aby nespadlo.“*

– Jiří Wolker, Pokora

1. Téma v kontextu sociální práce – diskurzivní pojetí

„Nevím odkud přicházím. Jsem, avšak nevím kým. Zemřu, aniž den svůj znám. Kráčím, přitom nevím kam. Že vesel jsem, divím se sám.“

– Karl Jaspers, Šifry Transcendence

Dříve, než začneme hlouběji prorůstat do našeho tématu, ozřejměme jeho zvolení v kontextu sociální práce. Mezinárodní federace sociálních pracovníků říká, že sociální práce je jednak „*akademickou disciplínou, tak praktickou profesí, která usnadňuje sociální změnu a rozvoj, sociální soudržnost, zmocnění a osvobození lidí. Pro sociální práci jsou zásadní principy sociální spravedlnosti, lidská práva, kolektivní odpovědnost a respekt k diverzitě. Na základě teorií sociální práce, společenských věd, humanitních oborů a domorodých poznatků sociální práce pracuje s lidmi a strukturami s cílem řešení životních problémů a zvýšení blaha.*“⁸ Přiblížme si ještě více cíl sociální práce. Navrátil uvádí, že se v současné době setkáme s vymezením, které se opírá o koncept *sociálního fungování*.⁹ Bartlettová, významná propagátorka tohoto pojmu, specifikuje jeho obsah jako interakce mezi požadavky prostředí a lidmi, kteří se v něm nacházejí.¹⁰ Sociální práce intervenuje v těch okamžicích, kdy sociální fungování selhává a člověk není schopen zvládat požadavky svého prostředí.¹¹

Tuto kapitolu můžeme vnímat i jako určitou apologii předkládané práce směřující k jejímu ospravedlnění na půdě SP¹². V následujících řádcích se proto zaměříme na diskurzivní pojetí sociální práce s akcentem na diskurz spirituální. Společně s Kaňákem se domníváme, že v současné době je sociální práce utvářena mnoha diskurzy. Kaňák jich během analýzy rozličných textů detekoval celkem 14 a jejich deskripci shrnul do textu s názvem „*Diskursivní paleta sociální práce: reflektování diskursů pomocí prvků diskursivní analýzy.*“¹³ Co si máme pod termínem diskurz představit? Jednu z nejužívanějších definic tohoto pojmu činí Parton, který si pod diskurzy představuje „*struktury znalostí (...) skrze které rozumíme, vysvětlujeme a rozhodujeme o určitých věcech (...) jež činí některé skutky možnými, zatímco jiné vylučují.*“¹⁴ Nesmíme však opomenout fakt, že tento pojem bývá definován nejednotně a jeho obsah může u různých autorů nabývat

⁸ Prohlášení Mezinárodní federace sociálních pracovníků o etických principech [online]. Dublin: 2018 [cit. 2022-07-14]. Dostupné z:

http://socialnipracovnici.cz/public/upload/image/eticky%CC%81_kodex_ifsw_2018_cz1.pdf

⁹ NAVRÁTIL, Pavel. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: 2001, s. 11

¹⁰ BARTLETT, Harriett M. a Beatrice N. SAUNDERS. *The common base of social work practice*. New York: National Association of Social Workers, 1970. In: NAVRÁTIL, Pavel. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: 2001, s. 12

¹¹ NAVRÁTIL, Pavel. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: 2001, s. 12

¹² Sociální práce

¹³ KAŇÁK, Jan. *Diskursivní paleta sociální práce: reflektování diskursů pomocí prvků diskursivní analýzy*. In ŠTECH, Ondřej, PATYI, Petr a Zdena TRUHLÁŘOVÁ. (Eds.). *Sociální práce v nejisté době*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2016, s. 23–29 ISBN 978-80-7435-648-3

¹⁴ PARTON, Nigel. *Problematics of Government, (Post). Modernity and Social Work*. British Journal of Social Work, 24 (1994), s. 13. In: HEALY, Karen. *Social Work Theories in Context*. London: 2005, s. 8

mnoha podob.¹⁵

Nejen nejednotnost při definování termínu a mnohost diskurzů, ale i rozličnost jejich postavení v rámci SP, utváří pluralitu diskurzivního pojetí. Kaňák v návaznosti na Healy, Payna, Westa či Zimmermanna rozlišuje v sociální práci: pozici sociální práce, individualizované pojetí a praktický výkon profese („dělání SP“). Pozici specifikuje jako „*oblast odborných textů, učebnic, zákonných norem a etických kodexů. V těchto textech pak jednotliví pracovníci mohou, či nemusí hledat vodítka pro výkon profese.*“¹⁶ Mimo tyto odborné koncepty si sociální pracovníci vymezují hodnoty a smysl sociální práce, tedy svá individualizovaná pojetí. Jak jsme již předeslali, Kaňák předpokládá, že se postavení jednotlivých diskurzů bude v této trichotomii lišit.¹⁷

Jaké diskurzy se v sociální práci objevují? Pro naše potřeby nám poslouží tradiční dělení Healy, která je třídí na tři oblasti:

- 1) **dominantní:** biomedicínský, ekonomický a právní diskurz. Tyto diskurzy jsou podle Healy spojené s osvícenskými ideami objektivitu, racionality, individuality a lineárního uchopení změny. Má za to, že praxi ovlivňují nejvíce.¹⁸
- 2) **diskurzy služby:** diskurzy z oblasti psychologie a sociologie. Vyrůstají z humanitních oborů.
- 3) **alternativní diskurzy:** diskurz práv uživatelů služeb a diskurz náboženství a spirituality.¹⁹
Alternativní diskurzy se orientují na poskytování holistických odpovědí na lidské potřeby.²⁰

Rozdělení Healy je důležité i pro vymezení profesionálního diskurzu SP. Jeho definování není jednoduché jednak proto, že pojetí profesionality, jež bylo v době moderní spojováno s vědecky podloženými postupy práce pracovníků/ pracovníc, existencí etického kodexu a přijetím profese ze strany společnosti, prodělalo v době postmoderní posun směrem k manažerismu. A zároveň proto, že nepanuje shoda, zda se jedná o diskurz samostatný, nebo o seskupení různých diskurzivních praktik (viz Healy). Jelikož však toto téma není součástí naší práce, odkazujeme tímto čtenáře na následující poznámku pod čarou. Pro komplexnější pochopení problematiky jsme však považovali za důležité tuto skutečnost zmínit.²¹ Zaměřme nyní pozornost na alternativní diskurzy, konkrétně diskurz spirituality a náboženství.

¹⁵ Srov. KAŇÁK, Jan. *Diskursivní paleta sociální práce: reflektování diskursů pomocí prvků diskursivní analýzy*. In ŠTECH, Ondřej, PATYI, Petr a Zdena TRUHLÁŘOVÁ. (Eds.). *Sociální práce v nejisté době*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2016, s. 24

¹⁶ KAŇÁK, Jan. *Postavení diskursu spirituality v sociální práci*: 2015, s. 32

¹⁷ Tamtéž

¹⁸ HEALY, Karen. *Social Work Theories in Context*. London: 2005, s. 18

¹⁹ Tamtéž, s. 8–9

²⁰ Tamtéž, s. 68

²¹ KAŇÁK, Jan. *Nedefinovaná profesionalita: Vztah diskurzů spirituality a profesionality v sociální práci v soudobé odborné literatuře*. *Sociální práce/Sociální práce* 5/2016, s. 72-91. ISSN 1213-6204.

1.1 Diskurz spirituality v sociální práci

Kaňák uvádí, že ani postavení diskursu spirituality není bezproblémové. Ačkoliv je jeho vliv zmiňován v oblasti zrodu sociální práce, někteří autoři o něm hovoří jako o okruhu, proti kterému je nutné učinit řádné vymezení. Kaňák se soustřeďuje především na jeho setkávání s diskurzem profesionálním.²² Dříve, než se zaměříme na jejich vztah, je nutné vymezit pojmy spiritualita a náboženství, s kterými se v tomto diskurzu operuje. **Náboženství** bývá v sociální práci na obecné rovině chápáno jako „zapojení do života určité církve a z toho plynoucí očekávané chování, jednání a používání specifického jazyka.“²³ Tyto projevy jsou vždy realizovány ve vztahu k určité transcendenci. Podle Mrázka totiž náboženství vykazuje „projevy kladného vztahu k numinózní transcendenci“ a uznává „rozdíl mezi svatým a nesvatým.“²⁴ Pro definici náboženství jsou tedy důležité tři charakteristiky: a) nadpřirozená síla, b) prožitek nadpřirozené síly a c) sociální rituály. Poslední bod odlišuje náboženství od spirituality. Zatímco náboženství je institucionalizované, spiritualita tuto složku postrádá.²⁵ Vojtíšek, Dušek a Motl definují **spiritualitu** jako složku osobnosti, která se konstituuje na podkladě vnímání posvátnosti a její další rozvoj se děje v relaci k posvátnému. Tento pojem odkazuje na „osobní duchovní život jednotlivce“, nikoliv na náboženské instituce.²⁶ Jelikož se opíráme o koncept Kaňáka, který pro svou práci omezuje spiritualitu pouze na křesťanskou, učiníme tak i my, a její další pojetí necháme stranou.²⁷

Nyní můžeme přestoupit k typologii vztahu diskursů profesionality a spirituality. Kaňák rozlišuje pět základních typů souvztažnosti, které identifikoval na základě studia odborných textů (pozice SP). Tyto kategorie se mezi sebou mohou v některých bodech shodovat.²⁸

²² KAŇÁK, Jan. *Postavení diskursu spirituality v sociální práci*: 2015, s. 31

²³ Tamtéž, s. 32

²⁴ Mrázek podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: 2002, s. 38.

²⁵ KAŇÁK, Jan. *Postavení diskursu spirituality v sociální práci*: 2015, s. 33

²⁶ VOJTÍŠEK, Zdeněk, Pavel DUŠEK a Jiří MOTL. *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Praha: 2012, s. 12

²⁷ Srov. KAŇÁK, Jan. *Postavení diskursu spirituality v sociální práci*: 2015, s. 31

²⁸ KAŇÁK, Jan. *Nedefinovaná profesionalita: Vztah diskursů spirituality a profesionality v sociální práci v soudobé odborné literatuře*: 2016, s. 77



Obrázek 1: Prostor typologie vztahu diskursů profesionality a spirituality²⁹

Na Kaňákově obrázku můžeme vidět dvě osy: osu profesionálně/spirituálního exkluzivismu a osu prospěchu konajícího/objektu intervencí. První osa rozděluje schéma podle toho, jestli typy souvztažností vycházejí spíše z profesionálního či spirituálního diskurzu. Druhá dělí prostor tak, zda se zaměřují na očekávané pozitivní dopady na klientky/klienty, či spíše na pracovnice/pracovníky.³⁰

Ve stručnosti popíšeme jednotlivé souvztažnosti. Část (A) se zaměřuje na podporu sociálních pracovníků, pro které je spiritualita v rámci výkonu své práce důležitým rozměrem. Oblast (B) se taktéž zaměřuje na podporu pracovníků, tentokrátě však působících v duchovním prostředí. Část (D) tkví v podpoře sociálního fungování a duchovního rozvoje klientů/klientek. Oblast (E) se orientuje na intervence vedené s cílem spasit člověka. Sociální práce je tak chápána jako „znamení doby“. Posledním zbývajícím sektorem je (C), **spirituálně senzitivní sociální práce**,³¹ do níž podle našeho mínění spadá předkládaná práce, přesněji Existenciální hagioterapie.³²

Ve spirituálně senzitivní sociální práci hraje hlavní roli profesionální diskurz a „*zvažování intervencí a postupů, které by mohly podpořit klienty v lepším reflexivním životním zvládnání, či sociálním fungování i s ohledem na klientův spirituální rozměr.*“³³ Spiritualita je nazírána skrze holistické pojetí člověka (bio- psycho- socio- spirituální) v konceptu person in environment, jež je někdy vnímán jako základní rys profesionální sociální práce. Důležitou hodnotou je „začínat tam,

²⁹ Tamtéž, s. 78

³⁰ Tamtéž

³¹ Přehledněji o typech konstrukcí souvztažnosti diskursů profesionality a spirituality v příloze A.1

³² KAŇÁK, Jan. *Nedefinovaná profesionalita: Vztah diskursů spirituality a profesionality v sociální práci v soudobé odborné literatuře*: 2016, s. 79-80

³³ Tamtéž, s. 80

kde se aktuálně nachází klient“ a hledat jeho pohled na svět.³⁴ Mezi **doporučované intervence** patří například:

- 1) *„Využívat Bibli, či další S³⁵/N³⁶ texty jako podklad k tomu, jak ten či onen příběh ovlivňuje vnímání situace, ve které se klientka/klient nachází, a k možnosti jejího řešení.“³⁷*
- 2) Realizovat takové prostředí, v němž budou klienti moci pociťovat přijetí jejich S/N pohledu na svět.
- 3) V případě objevení S/N prožitků (např. komunikace s anděly, se zemřelými aj.) ověřovat, zda se jedná o spirituální rozvoj, psychospirituální krizi či o psychopatologické fenomény.
- 4) Pečlivě zvažovat, kdy je S/N jazyk pro klienty podstatný, a kdy nikoliv.³⁸

Ukotvenost Existenciální hagioterapie ve spirituálně senzitivní sociální práci spatřujeme především v prvním druhu možné intervence, který představuje, jak se nám vyjeví v následující kapitole, zásadní rys hagioterapie: *„příběhy mohou vést k hlubším náhledům na vlastní situaci, k objevování nových cest ke zvládnutí těžkostí osudu a překonávání jeho zápletek.“³⁹* Ačkoliv hagioterapie předpokládá přítomnost nábožensko-spirituálních struktur v lidské mysli, není náboženskou psychoterapií. K víře se obrací z hlediska psychologie a vychází vždy ze situace, ve které se nachází klient! Navštěvovat ji mohou jak věřící, tak nevěřící.⁴⁰ V rámci své praxe rozlišuje i psychospirituální krizi, ale nahlíží na ni spíše jako na existenciální způsob zpracování mimořádných náboženských prožitků, *„o nichž lze mít často jistotu o jejich halucinatorním a psychotickém rázu.“⁴¹*

Zařazením do prostoru spirituálně senzitivní SP nechceme hagioterapii redukovat na možnou intervenci v rámci SP bez nutnosti dalšího specifického vzdělání. Jak uvidíme, jedná se o existenciální psychoterapii, která pracuje s hlubokými strukturami lidské psyché, proto je nutné absolvovat psychoterapeutický výcvik a postgraduální výcvik v EH.

Závěrem zmiňme, že spirituální diskurz je v současné době v sociální práci velmi aktuální. Kaňák uvádí, že rok 2008 a vydání čtvrtého čísla časopisu Sociální práce / Sociální práce, které bylo věnováno duchovní dimenzi SP, může být nahlíženo jako rys ukončení období, kdy byl dominantní především diskurz profesionality. Období po roce 2008 označuje jako *„znovuobjevování zájmu o spiritualitu v pozici sociální práce.“⁴²*

³⁴ Tamtéž, s. 82-83

³⁵ Spirituální

³⁶ Náboženský

³⁷ KAŇÁK, Jan. *Nedefinovaná profesionalita: Vztah diskurzů spirituality a profesionality v sociální práci v soudobé odborné literatuře*: 2016, s. 83

³⁸ Tamtéž, s. 83

³⁹ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 18

⁴⁰ Tamtéž, s. 57

⁴¹ Tamtéž, s. 25

⁴² KAŇÁK, Jan. *Postavení diskursu spirituality v sociální práci*: 2015, s. 41

2. Existenciální terapie

„Člověk má v srdci místa, o nichž mnohdy nemá ani potuchy. Teprve až se zaplní bolestí, doví se o jejich existenci.“

– Léon Bloy

Jak popsat existenciální terapii? Snaha o její jednotné definování se jeví jako úkol překračující lidské možnosti. Shodu bychom hledali marně. Bezesporu se v každé terapii nachází určitá pestrost, avšak i přesto existují důvody, proč je existenciální terapie rozmanitější než ostatní.⁴³ Zmiňme nyní pár z nich.

Yalom ji přirovnává k opuštěnému dítěti. Věc se má tak, že ve skutečnosti nikam nepatří. Není zastřešena žádnou formální školou, obstarávána určitou společností, časopisem. Absentuje myšlenkovou rodinu, chybí jí „*pater familias*“ udávající směr. Její kořeny nelze vysledovat k jednomu autoritativnímu zdroji.⁴⁴ Schneider a May uvádějí, že se snaha existenciálních terapeutů orientovala na reakci vůči tradičním terapeutickým přístupům, nikoliv na vytváření koherentních modelů praxe.⁴⁵ Existenciální terapie proto tkví v odmítnutí velkých všeobjímajících systémů a v příklonu k individuálním a autonomním postupům.⁴⁶ To je důvodem, proč Cooper nabádá k tomu, abychom nehovořili pouze o jedné existenciální psychoterapii, ale zapojili do diskuse množné číslo. Existenciální terapii Cooper vykresluje jako rozmanitou paletu protínajících se terapeutických praktik. I přesto identifikuje **shodné prvky, které jsou přítomné napříč existenciálními terapiemi:**

- 1) Cílem ET⁴⁷ je pomoci klientům vést „autentický život“ – brát svou existenci na zřetel a žít v souladu s vlastními hodnotami, přesvědčeními, zkušenostmi.
- 2) Práce s konkrétní zkušeností klientů.
- 3) Orientace na odpovědnost a svobodu klientů.
- 4) Vyzívání klientů k poučení z jejich negativních pocitů (úzkost, vina, zoufalství atd.) a k prozkoumání všech aspektů bytí (emoce, chování, přesvědčení aj.), které je nutné pojímat jako vzájemně propojené.
- 5) Zdůrazňování flexibility a adaptability praxe, nikoliv nepohyblivých hranic.⁴⁸

V uvedeném výčtu chybí základní orientace, kterou jsme pro její důležitost nechali stranou, tedy to, že základním pojivem všech ET je zaměření na **lidskou existenci**. Co si pod tímto termínem máme představit? Existuje vůbec nějaký objektivní pojem existence? Pakliže tomu tak

⁴³ COOPER, Mick. *Existential Therapies*. London: 2003, s. 1

⁴⁴ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 23

⁴⁵ SCHNEIDER, K. J. and MAY, R. (1995) *Existential-integrative psychology: a beginning*. In: COOPER, Mick. *Existential Therapies*. London: 2003, s. 2

⁴⁶ COOPER, Mick. *Existential Therapies*. London: 2003, s. 2

⁴⁷ Existenciální terapie

⁴⁸ COOPER, Mick. *Existential Therapies*. London: 2003, s. 138

není, jak ji uchopíme? Protože je v existenciálních terapiích lidská existence chápána dynamicky a aktivně se s ní pracuje, sáhneme pro odpověď k fenomenologicky orientovanému filozofovi – Janu Patočkovi.

Nejprve povězte, že existence je založena na rozporu: „*Naše vlastní bytost je rozpor, že všeobecně existuje jen jako jedinečné. Všeobecně, tj. podstata, to, čím jsme, lidství, duchovnost, může existovat jen jako ta která, individuální. To je rozpor, poněvadž individuální je jedinečné, a tedy z hlediska abstraktní logiky naprostým protikladem všeobecná.*“⁴⁹ Vůči naší „rozporné existenci“ nejsme lhostejní, ale záleží nám na ní, na své bytí odpovídáme. Existence není pouhým uskutečněním „*essentiae*“ (podstaty), její realizací. Patočka říká, že je **pohybem**⁵⁰, přechodem od možnosti ke skutečnosti.⁵¹ Rozhodující jsou pro nás ty možnosti, v kterých existujeme, a v nichž se odehrává naše sebeporozumění a porozumění ostatním věcem. V tomto duchu Patočka nastiňuje existenci jako **život v pravdě**, jenž se projevuje zájmem o své podstatné možnosti. V takto žitém životě nejsme indiferentní k tomu „jak jsme“. Eventualita pravdivé existence spočívá ve volbě sebe sama a v neuhýbání před tíží a nevolností života. Otvíráme se jim a klademe je na svá bedra.⁵²

I po takovéto systematizaci ovšem zůstává nezodpovězena otázka: Koho do této pestrobarevné mozaiky zařadit? Jako odpověď zvolme řazení Cooperovo. Abychom udrželi únosný rozsah práce, uvedme pouze výčet. Pro hlubší obeznámení, necht' se čtenář laskavě obrátí k následující poznámce pod čarou.

Cooper v rámci existenciálních terapií představuje: logoterapii Viktora E. Frankla a dasainanalýzu založenou Ludwigem Binswangerem a Medardem Bossem. Dále Ronalda D. Laina, psychoterapii založenou na existencialismu a fenomenologii Emmy van Deurzen a Hanse Cohna. Mezi existenciální terapie řadí i americký existenciálně – humanistický přístup, jehož kořeny lze vysledovat k Rollo R. Mayovi, který je považován za otce existenciální terapie v Americe. Mezi jeho žáky patří Kirk Schneider, James F. T. Bugental a Irvin. D. Yalom. Ačkoliv May sám o existenciálně – humanistické praxi mnoho nenapsal, jeho žáci, předně Bugental a Yalom, vytvořili rozsáhlé dílo.⁵³ Z naší české domoviny si do uvedeného výčtu dovolíme zařadit i Existenciální hagioterapii Prokopa Remeše, v jejíž kontextu se tato práce pohybuje. Jelikož je jedním z významných zdrojů hagioterapie Existenciální psychoterapie I. D. Yaloma, nejprve se soustředme na ni.

⁴⁹ Kierkegaard podle PATOČKA, Jan. *Co je existence?*, s. 8

⁵⁰ Patočka identifikuje tři pohyby lidské existence, které odpovídají třem nezbytnostem, základním možnostem lidského života. Jedná se o: 1. pohyb zakotvení, zakořenění (domov), 2. pohyb prodlužování, sebeprojekce (práce), 3. pohyb existence v užším slova smyslu (život v pravdě). (Podrobněji v PATOČKA, Jan. *Co je existence?* s. 23-37)

⁵¹ PATOČKA, Jan. *Co je existence?*, s. 8-10

⁵² Tamtéž, s. 21-22

⁵³ COOPER, Mick. *Existential Therapies*. London: 2003, s. 35–128

2.1 Existenciální psychoterapie I. D. Yaloma a hagioterapie P. Remeše

„Prapůvodním pramenem úzkosti a prvotní pramen psychopatologie je konfrontace se základními záležitostmi existence.“

– I.D. Yalom, Existenciální psychoterapie

I. D. Yalom definuje svou **existenciální psychoterapii**⁵⁴ jako: „*dynamický přístup k terapii, který se zaměřuje na záležitosti hluboce zakořeněné v bytí člověka.*“⁵⁵ Přepracovává Freudovu psychodynamiku znázorněnou ve schématu pud→ úzkost→ obranný mechanismus tím, že na místo výchozího pudu dosazuje uvědomění základní záležitosti.⁵⁶ Pod těmito strukturními prvky lidské existence rozumí smrt, svobodu, ztrátu smyslu a osamělost. Střetnutí s životními fundamenty tvoří obsah existenciálního konfliktu, který se vymezuje proti freudovskému a neofreudovskému (Sullivan, Horneyová, Fromm) pojetí, neboť vnitřní konflikt není charakterizován ani potlačenými instinktivními touhami, ani vnitřními významnými dospělými, avšak pramení z konfrontace s podmínkami existence skrze různorodé krizové a hraniční situace.⁵⁷ Základní záležitosti nelze striktně separovat jednu od druhé, protože jsou vzájemně provázané. Reakcí na setkání s nimi je úzkost a její maladaptivní důsledky. I když se tato témata v terapii otevřeně neobjevují, přesto představují *modus operandi*.⁵⁸

Viděli jsme, že Yalom si je vědom „nezastřešenosti“ existenciální terapie, což mu však nebrání identifikovat „pár roztroušených bratraců a přátel rodiny“, které systematizuje pod následující okruhy:

- 1) Existenciální filozofie: rodové sídlo (př. Søren Kierkegaard, Martin Heidegger, Karl Jaspers, Jean – Paul Sartre, Albert Camus). Ačkoliv se zde objevují i teističtí existencialisté, celé Yalomovo paradigma je nesené v duchu ateismu.
- 2) Existenciální analytikové: bratraci ze staré vlasti (př. Viktor Frankl).
- 3) Humanističtí psychologové: okázalí američtí bratraci (př. Gordon Allport, Henry Murray, George Kelly, Abraham Maslow, Carl Rogers a Rollo May).
- 4) Humanističtí psychoanalytikové: rodinní přátelé (př. Otto Rank, Karen Horneyová, Erich Fromm, Hellmuth Kaiser).⁵⁹

⁵⁴ Psychoterapii lze podle Kratochvíla obecně definovat jako „*léčebnou činnost, při níž psychoterapeut využívá své osobnosti a svých dovedností k tomu, aby u klienta došlo k žádoucí změně směrem k uspokojivějšímu prožívání, chování ve vztazích a sociálnímu začlenění*“. Jejím cílem je pak „redukace, resocializace, reorganizace, restrukturalizace, rozvoj či integrace klientovy osobnosti“. Dalším cílem by mělo být odstranění „chorobných příznaků“. (KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. Praha: 2017, s. 19)

⁵⁵ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 12

⁵⁶ Tamtéž, s. 18

⁵⁷ Tamtéž, s. 16

⁵⁸ Tamtéž, s. 517

⁵⁹ Tamtéž, s. 23-30

Existenciální psychoterapie tvoří syntézu výše zmíněných směrů, v níž vždy dominuje rodové sídlo existencialismu, orientace na člověka a jeho existenci. Yalom tak vytváří paradigma, které nabízí systém explanací – systém umožňující vysvětlení klinických dat a vytvoření terapeutické strategie. Není dogmatické, je pouze jedno z mnoha dalších, tudíž nemůže být univerzálně aplikováno na každého člověka (terapeuta i klienta).⁶⁰

Předložené existenciální paradigma je neseno v duchu ateismu. Yalom je do značné míry inspirován J. P. Sartrem, který chtěl připomenout člověku, že neexistuje žádný jiný zákonodárce.⁶¹ Jelikož Bůh neexistuje, život nemá a priority žádný smysl a teprve člověk je jeho vynálezcem. Lidská bytost má tak plně ve svých rukou, jaký životu přičkne smysl. Hodnoty jsou poté tím smyslem, který si zvolíme.⁶² Shodně se Sartrem Yalom postuluje, že svět je nahodilý, žádné absolutní pravdy neexistují a není žádný smysl kromě toho, který si člověk sám stanoví. Rází ideu základní životní nesmyslnosti a tragičnosti. Prekérní na tomto žalostném stavu je, že člověk smysl bytostně potřebuje.⁶³ Některým z popsaných myšlenek přitakává Existenciální hagioterapie, od jiných se silně distancuje.

Existenciální hagioterapii Prokopa Remeše lze definovat jako „*psychoterapeutický přístup vycházející ze zásad existenciální psychoterapie a v jejím rámci zdůrazňující význam nábožensko – spirituálních struktur lidské psychiky pro zdravé fungování člověka. Jako projektivní nástroj umožňující setkávání s nejhlubšími silami lidského nitra používá hagioterapie Bibli.*“⁶⁴ Její teoretická východiska roztřídíme pod následující okruhy:

- 1) Existenciální psychoterapie I. D. Yaloma: hagioterapie souhlasně s tímto dynamickým přístupem tematizuje existenci konfliktních psychických sil a změněné Freudovo schéma. Do výchozího bodu schématu dosazuje konkrétní základní záležitost – vědomí smrtelnosti.⁶⁵ Pracuje i s dalšími Yalomovými existenciálami, avšak v mnohém na ně pohlíží jinak. S vírou uvedme, že se nám její pohled na osamělost podaří postupně vykrytalizovat.
- 2) Hlubinně analytický přístup E. Drewermanna a Existenciálně analytický přístup V. E. Frankla a A. Längleho: hlubinné pojetí vychází z toho, že autoři Bible promítli do biblických příběhů archetypální vzorce svého nevědomí. Frankl a Längle zdůrazňovali, že před nás každá situace staví výzvu k naplnění určitého smyslu. Hagioterapie oba tyto přístupy integruje do svého terapeutického pole.⁶⁶

⁶⁰ Tamtéž s. 36

⁶¹ SARTRE, Jean-Paul. *Existencialismus je humanismus*. Praha: 2004, s. 55

⁶² Tamtéž, s. 53

⁶³ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 421

⁶⁴ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 8

⁶⁵ Tamtéž, s. 13-15

⁶⁶ Tamtéž, s. 50-51 Více k Hlubinně analytickému přístupu: GRÜN, Anselm. *Hlubinně psychologický výklad Pisma*. Praha: Česká křesťanská akademie, 1994, 82 s. Knihy ze světa, ISBN 80-85795-05-1. K Existenciálně analytickému přístupu: LÄNGLE, Alfried, *Praxis der Personalen Existenzanalyse*. Wien, Facultas Universitätsverlag: 2000, 184 s. ISBN 3-85076-514-8.

- 3) Narativní terapie: hagioterapie je též narativně zaměřenou terapií a předpokládá, že příběhy mohou vést k hlubším náhledům na vlastní situaci a k objevení nových cest ke zvládnutí těžkých životních situací.⁶⁷
- 4) Duchovní postupy tzv. Otců pouště: hagioterapie nachází paralely v duchovní praxi mnichů poustevníků, především ve dvou krocích. Prvním z nich je rozpoznání démona a přiznání jeho nadvlády nad člověkem. Pod termínem démon rozumíme „*destruktivní vzorce myšlení a chování, které vycházejí ze zaplavujících emočních stavů, a které jsou neslučitelné s habituálním stavem vědomí.*“⁶⁸ Krokem číslo dva je proměna psychického prostředí, kterou mniši popisovali termínem „*antirhesis*“, odmlouvání. Staří poustevníci ve svém intrapsychemickém dialogu vmetali do tváře destruktivním myšlenkám konstruktivní biblické výroky, skrze které získávali nový systém hodnot a pohledů na svět.⁶⁹
- 5) Spiritualita a transcendentno: řekli jsme, že hagioterapie akcentuje důležitost nábožensko – spirituálních struktur lidské psyché pro zdravé fungování člověka. Na tomto poli čerpá například z Viktora E. Frankla, Martina Bubera, Edwarda O. Wilsona a jiných.⁷⁰ Blíže se k tomuto tématu vrátíme v kapitole č. 6.

Po základním vstupu do existenciálních terapií obraťme pozornost k Existenciální psychoterapii I. D. Yaloma a k její artikulaci osamělosti. Vytvoříme si tak první základní kámen pro výstavbu hagioterapeutického pojetí. Výše uvedené vymezení si prozatím podržme v paměti.

⁶⁷ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 17-18

Pro lepší pochopení hagioterapeutické práce s funkcemi příběhů odkazujeme čtenáře na tuto knihu: PESECHKIAN, Nossrat. *Kupec a papoušek: využití orientálních příběhů v psychoterapii: názorné příklady pro výchovu a sebeovlivňování*. Brno: Cesta, 1996, 126 s. ISBN 80-85319-60-8.

⁶⁸ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 35

⁶⁹ Tamtéž, s. 36 Pro hlubší obeznání s touto tematikou uvádíme dva tituly: GRÜN, Anselm. *Jak zacházet se zlým: boj s démony ve starém mnišství*. 2. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2003, 85 s. Duchovní život, 47. ISBN 80-7192-703-1, *Apothegmata: výroky a příběhy poustních otců*. Přeložil PAVLÍK Jiří. Praha: Benediktinské arcidiecézní ústředí sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2008. Pietas benedictina. ISBN 80-902-6822-6.

⁷⁰ Srov. REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 9-10

3. Osamělost z pohledu Existenciální psychoterapie

I. D. Yaloma

Yalom tvrdí, že jsme ve svém bytí zcela nemilosrdně osamocení. V rámci analýzy této neúprosné antropologické konstanty identifikuje tři typy osamělosti, s kterými se můžeme setkat.⁷¹ Jedná se o interpersonální, intrapersonální a existenciální osamělost. Shodně s Yalomem předkládaná práce podrobněji rozpracovává osamělost existenciální, která je v jeho analýze dominantní. Pro komplexnější definování Yalomovy pozice je však představena celá trichotomie. Důvodem je to, že jednotlivé osamělosti spolu úzce souvisí: v životě se mohou maskovat jedna za druhou a vyvolávat stejné pocity.⁷² Toto mějme v následujícím textu na paměti.

3.1 Interpersonální osamělost

„Trápím se, trápím, myslím si, kde bych tě nejráděj potkal. Ulice střídám, parky a nábřeží, bojím se krásných lží.“

– F. Šrámek, Splav

Interpersonální osamělost, izolaci od druhých lidí, všeobecně prožíváme jako **samotu**. Je závislá na mnoha faktorech: nedostatečně rozvinutých sociálních dovednostech, geografické izolaci, kulturních faktorech, úpadku institucí podporujících sociální blízkost – rodina, církev, sousedství atd.⁷³

Maslow považuje styk s druhými lidmi za základní životní potřebu, potřebu sounáležitosti a lásky: nezbytnost družít se, být přijímán a někam patřit. Předpokládá, že existuje hierarchie potřeb⁷⁴, která vede od fyziologických potřeb až po potřebu transcendence – toho, že je člověk součástí většího celku: lidstva, země, přírody, celého vesmíru. Tento vrchol Maslow doplnil až na konci života, proto se stává, že občas pozornosti uniká.⁷⁵ Nejprve musí být alespoň částečně uspokojeny níže umístěné potřeby, teprve poté přebírají motivační úlohu potřeby horní části pyramidy.⁷⁶

Zmíňme též Fromma, který přichází s tím, že osamělost je primárním zdrojem úzkosti. Člověk je bytost nadaná rozumem a uvědomuje si sebe samého jako osamocenou jednotku. Naše existence je vězením. Tento prožitek odloučenosti zažíváme jako bezmoc, pocit studu a viny.

⁷¹ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 380

⁷² Tamtéž, s. 381

⁷³ Tamtéž, s. 380

⁷⁴ Příloha A.2

⁷⁵ Maslow podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: 2007, s. 233–334. Srovnajme s pěti základními existenciálními potřebami podle Fromma: (1) potřeba vztaženosti k druhým, v které má být spojena blízkost a nezávislost. (2) potřeba transcendence. (3) potřeba zakořenění. (4) potřeba identity. (5) potřeba orientačního rámce a oddanosti. (Fromm podle HJELLE, L. A., ZIEGLER, D.J. *Personality theories*. New York: 1992, s. 219. Podle ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: 2007, s. 233)

⁷⁶ ATKINSON, Rita L. *Psychologie*. Praha: 2003, s. 567

Fromm proto pod nejhlubší lidskou potřebou rozeznává potřebu překonat odloučenost od našich bližních.⁷⁷ „Vědomí lidské odloučenosti bez opětného spojení láskou je zdrojem studu. Je zároveň i zdrojem pocitu viny a úzkosti.“⁷⁸

Pocit osamělosti přichází, když tato potřeba není naplněna. Jelikož se nyní pohybujeme v okruhu psychologie, je nutné pojmy osamělost a samota vymežit, neboť bývají často chybně zaměňovány. Samota je na poli věd, které se zabývají psychickými jevy chápána „jako absence kontaktů a vztahů s ostatními lidmi, jako určitý objektivní stav jedince.“⁷⁹ Může nabývat různých podob, od dobrovolné samoty přes samotu nedobrovolnou. Oproti tomu osamělost můžeme označit jako vnitřní prožívání jedince, kterému se nedostává zapojení do sociální sítě a okolního světa v takové míře, jak by si přál. Osamělost se tedy od samoty odlišuje následujícím:

- 1) Jedná se o subjektivní prožitek: osaměle se můžeme cítit i ve víru společnosti.
- 2) Je výsledkem vnímání určitého nedostatku v interpersonálních vztazích.
- 3) Je nepříjemná. Naopak samotu si lidé mohou volit zcela dobrovolně, protože jim přináší potěšení.⁸⁰

Především subjektivní prožívání osamělosti je důvodem, proč je v terapii velmi důležité nezůstat omezen pouze na pozorování toho, zda klient je/není sám. Proto je nutné zacílit na osobní vnímání vztahů, a to předně z hlediska kvality, nikoliv kvantity.⁸¹

Na závěr této podkapitoly uveďme, že osamělost a samota mají význam pro etiologii duševních i fyzických onemocnění. Longitudinální studie potvrzují, že dospělí jedinci, kteří byli v dětství izolováni, jsou v dospělosti více ohroženi vznikem hypertenzí, hypercholesterolémií, kardiovaskulárních onemocnění či nadváhy.⁸² U osamělých jedinců je rovněž riziko psychóz, poruch osobnosti, suicidálního jednání, progresivnějšího poklesu kognitivních funkcí, zvýšení pravděpodobnosti vzniku deprese a Alzheimerovy choroby.⁸³

Je tedy zřejmé, že ačkoliv jsou osamělost a samota silně provázané, nemůžeme mezi nimi učinit rovnítko. Interpersonální osamělost nastává v případě, kdy pocítujeme samotu jako diskomfort – sociální interakce se světem nejsou uspokojivě naplněny, čímž postrádáme

⁷⁷ FROMM, Erich. *Umění milovat*. Praha: 1966, s. 13–14

Tento prožitek odloučenosti Fromm ilustruje na prvním lidském páru (Gn 3, 1-21). Rozpaky nad nahotou interpretuje jako to, že si uvědomili svou odloučenost a rozdílnost. Zůstávají si cizí, protože se nenaučili milovat jeden druhého, což je podle Fromma vidět na tom, že muž, místo aby ženu hájil, častuje ji obviněními. (FROMM, Erich. *Umění milovat*. Praha: 1966, s. 14)

⁷⁸ Tamtéž, s. 14

⁷⁹ KUŽELOVÁ, Hana, Václava TYLOVÁ a Radek PTÁČEK. *Emoční a sociální osamělost v etiologii a léčbě duševních poruch*. Praha: 2014, s. 152

⁸⁰ Tamtéž

⁸¹ Srov. KUŽELOVÁ, Hana, Václava TYLOVÁ a Radek PTÁČEK. *Emoční a sociální osamělost v etiologii a léčbě duševních poruch*. Praha: 2014, s. 152

⁸² Tamtéž, s. 155

⁸³ Hawkey LC, Cacioppo JT. *Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanism*. *Ann Behav Med* 2010; 40, s. 218–227 Podle KUŽELOVÁ, Hana, Václava TYLOVÁ a Radek PTÁČEK. *Emoční a sociální osamělost v etiologii a léčbě duševních poruch*. Praha: 2014, s. 155

mezilidskou blízkost.⁸⁴ Tato psychická nepohoda se může podílet na vzniku různých psychických i fyzických poruch.

3.2 Intrapersonální osamělost

„Vidíš tam toho holuba?“ A druhý na to: „To je přece vrána!“ a pustili se do hádky. Poté se zvedli a začali spolu až do krve zápasit – k velké radosti nepřítele – a rozdělili se. Po třech dnech přemýšlení se opět sešli, jeden druhému se vrhli k nohám a oba pak přiznali, že viděli ptáka.“

– Apoftegmata Otců poutě

Intrapersonální osamělost se týká situací, kdy člověk odštěpuje části sebe samého.⁸⁵ Touto tematikou se zabýval zakladatel psychoanalýzy Sigmund **Freud** a jeho první spolupracovník Josef **Breuer**. Oba zmínění muži štěpení lokalizují do oblasti řádně neprožitých vzpomínek a emocí, které se oddělily od zbytku vědomí. Popsaný akt označují jako příčinu hysterie. Tvrdí, že vytvořené izolace skrze zdánlivě nevysvětlitelné symptomy znovu vystupují na povrch. Na otázku po důvodu vnitřní separace však odpovídají ve své společné knize „Studie o hysterii“ (*Studien über hysterie*) odlišně. Jádrem Breuerovy hypotézy je myšlenka, že odštěpovány jsou ty prožitky, ke kterým dochází v průběhu změněných stavů vědomí (hypnoidní stavy). Freud ovšem zastává, že vzpomínky a pocity jsou izolovány nikoliv kvůli změněným stavům vědomí, avšak proto, že je jejich obsah pro nositele nepřijatelný, neslučitelný s jeho ostatními vědomými pocity a představami. Svou teorii Freud postupem času rozvinul a identifikoval v lidské mysli síly kladoucí odpor, které brání těmto myšlenkám proniknout do světla vědomí. Vzдорující elementy psychiky pojmenoval termínem obranné mechanismy.⁸⁶ Ještě později začal tvrdit, že za událostmi zdánlivě správně dekodovanými jako příčina odštěpení konfliktních vzpomínek a pocitů, stojí původní zážitky, jenž lokalizoval do raného dětství.⁸⁷ Během svého myšlenkového vývoje spojil tyto dětské zážitky se sexuálními touhami a po zhroucení teorie svedení vypracoval teorii dětské sexuality.⁸⁸

Jiný pohled na intrapersonální osamělost podává americký psychiatr **Harry Stack Sullivan**, z jehož klinické práce se schizofreniky vzešla interpersonální psychoanalýza.⁸⁹ Sullivan vytvořil vývojovou linii, ve které jako zásadní patologický faktor dominuje úzkost,

⁸⁴ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 380

⁸⁵ Tamtéž, s. 380

Yalom ve své kratičké charakteristice intrapersonální osamělosti užívá S. Freuda a H. S. Sullivena, proto i tato práce využívá k jejímu popisu stejné autory. (Srov. YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 380)

⁸⁶ MITCHELL, Stephen A. a Margaret J. BLACK. *Freud a po Freudovi: dějiny moderního psychoanalytického myšlení*. Praha: 1999, s. 24-25

⁸⁷ Tamtéž, s. 30

⁸⁸ Tamtéž, s. 32

⁸⁹ Tamtéž, s. 82

jež působí na konstituování Já a vedení interakcí s druhými.⁹⁰ Svou teorii orientuje na vztah mezi pečovatelem a dítětem, především na dětské potřeby (integrující tendence) a reakce, které vzbuzují v pečovateli. Integrující tendence v sobě zahrnují dětskými potřebami vyvolané připoutání, a to oboustranně uspokojujícím způsobem.⁹¹ Komplementarita integrujících tendencí by působila rajsčým dojmem, kdyby každé lidské snažení nebylo zasaženo úzkostí, jejíž charakteristickým rysem je, že přechází z pečovatele na dítě. Její expanzi od pečovatele směrem k dítěti Sullivan pojmenovává jako empatické spojení a má za to, že významně ovlivňuje dětskou ranou zkušenost.⁹²

Úzkostné a neúzkostné stavy označuje jako „*stavy dobré matky*“ (neúzkostné) a „*stavy špatné matky*“ (úzkostné). Sullivan dále předpokládá, že nemluvně zprvu prožívá tyto stavy pasivně, avšak později se naučí předvídat, zda k němu přichází úzkostný či neúzkostný pečovatel. Mimo to dospěje k postupnému uvědomění, že některé jeho aktivity pečovatele zúzkostňují a jiné nikoliv, vyvolávají souhlas. Schválené aktivity se poté shlukují kolem pozitivního pojetí „dobrého Já“, kdežto na úzkost narážející činy se uskupují kolem „špatného Já“. Sullivan má za to, že aktivity pravidelně vyvolávající úzkost v některých dospělých nejsou dítětem integrovány, zažívány jako součást jeho self, avšak proměňují se v ne-Já. Ani v dospělém věku nejsou tyto disociativní stavy chápány jako součást sebe sama.⁹³

K uvedenému Yalom doplňuje, že se v současné psychoterapeutické scéně termín izolace nepoužívá pouze pro formální obranné mechanismy, ale i v rámci odkazu na jakoukoliv podobu fragmentace jáství. Proto můžeme interpersonální osamělost chápat i v širším pojetí jako situaci, kdy „*člověk potlačí své vlastní pocity nebo touhy, přijme své vlastní příkazy a zákazy, nedůvěřuje svému úsudku nebo pohrbí svůj vlastní potenciál.*“⁹⁴

⁹⁰ Tamtéž, s. 88

⁹¹ Příkladem komplementarity integrujících tendencí je kojení. To uspokojuje jak hladové dítě, tak matku, která v rámci laktace potřebuje dítě nakojit. Jejich připoutání je tak neseno oboustranně uspokojujícím způsobem. (MITCHELL, Stephen A. a Margaret J. BLACK. *Freud a po Freudovi: dějiny moderního psychoanalytického myšlení*. Praha: 1999, s. 88)

⁹² MITCHELL, Stephen A. a Margaret J. BLACK. *Freud a po Freudovi: dějiny moderního psychoanalytického myšlení*. Praha: 1999, s. 88–89

⁹³ Tamtéž, s. 90-91

⁹⁴ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 381

3.3 Existenciální osamělost

„Lapeni v nezničitelném žaláři bytí, nikdy mu neunikneme, nesejde na tom, jaké paže nás sevřou, jaká ústa nás políbí, jaké srdce nás zahřeje.“

– T. Wolfe, K domovu pohled', anděle!

Řekli jsme, že jednotlivé osamělosti jsou úzce propojené. Tento fakt ještě projasněme následujícím tvrzením: Yalom praví, že za výše zmíněnými druhy osamělosti stojí ještě zásadnější izolace, **existenciální osamělost**, kterou definuje jako „*nepřekonatelnou propast mezi člověkem a kýmkoliv druhým.*“⁹⁵ Váže se k samotnému bytí a představuje odloučenost mezi člověkem a světem.⁹⁶ Jde o tak hluboký pocit absolutní samoty, ve kterém se vytrácí i samotný svět, že ani nejspokojivější mezilidské vztahy jej nejsou schopné překonat.⁹⁷ Velmi brilantně tento stav líčí Thomase Wolf ve své knize „K domovu pohled', anděle!“ (*Look Homeward, Angel!*): „*Přepadla jej bezradná osamělost a smutek: díval se na svůj život z tiché vyhlídky lesního průhledu a věděl, že vždy bude smutným člověkem: zajatý v kouliče lebky, uvězněný v tlukoucím a nejdražším srdci, jeho život se musí vždy ubírat osamělými stezkami. Ztracen. Pochopil, že lidé jsou si navždy vzájemně cizinci, že nikdo nikoho nikdy doopravdy nepozná, že uvěznění v tmavém lůně matky, rodíme se, aniž bychom spatřili její tvář, že jako cizince nás vkládají do jejího náručí a že lapeni v nezničitelném žaláři bytí, nikdy mu neunikneme, nesejde na tom, jaké paže nás sevřou, jaká ústa nás políbí, jaké srdce nás zahřeje. Nikdy, nikdy, nikdy.*“⁹⁸

V oblasti existenciální osamělosti Yalom vychází z myslitelů tzv. filozofie existence (Heidegger, Sartre, Camus aj.). Primárně přejímá z myšlenkového odkazu Martina Heideggera, především z vývoje jeho myšlení, který je zachycený v „Bytí a čas“ (*Sein und Zeit*), spisu, jenž navždy zůstal pouhým fragmentem. Toto Heideggerovo nejznámější dílo představuje zlom v jeho projektu. Ztělesňuje odklon od destruktivní hermeneutiky fakticity, rekursu k počátku ztotožněného s Aristotelem⁹⁹, směrem k fundamentální analýze pobytu, člověka (*Dasein*).¹⁰⁰ Právě fundamentální ontologická analýza pobytu je to, k čemu se Yalom hojně obrací.

Před vstupem do této stěžejní práce je nutné zdůraznit, že se nejedná o žádnou filozofickou antropologii. Heideggera zajímala pouze bytnost toho, kdo si klade otázku po bytí.

⁹⁵ Tamtéž, s. 382

⁹⁶ Tamtéž, s. 383

⁹⁷ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 383

⁹⁸ Wolfe, Thomas. *Look Homeward, Angel*. New York: 1929, s. 7. Podle YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 383

⁹⁹ Heidegger měl za to, že se „současná filozofie“ nachází v nejasném a neautentickém pojmosloví. Právě u Aristotela, který vytvořil základní pojmy, terminologie ještě neztratila svou původní výrazovou funkci. Rekurs k počátku má charakter kritiky přítomnosti. Nejedná se tedy o kritiku tradice jako takové, ale kritiku její úlohy v přítomném životě. (FIGAL, Günter. *Úvod do Heideggera*. Praha: 2007, s. 25-30) Více k tomuto tématu: HEIDEGGER, Martin. *Rozvrh fenomenologické interpretace Aristotela*. Praha: OIKOYMENH, 2008. Knihovna novověké tradice a současnosti. ISBN 978-80-7298-305-6.

¹⁰⁰ FIGAL, Günter. *Úvod do Heideggera*. Praha: 2007, s. 60

Chtěl vypracovat interpretaci bytí, a to na základě Husserlovy fenomenologie, která učila odbourávat teoretické konstrukce a směřovala k vyjevení čistého fenoménu, toho, co se nám ukazuje.¹⁰¹ Ačkoliv Husserlova fenomenologie je pro Heideggera zásadním výchozím bodem, vytýká fenomenologii opomenutí otázky bytí.¹⁰² V duchu její tradice proto Heidegger postupuje od toho, co je známo, od bytí nás samých, čímž činí obrat od fenomenologie k fundamentální ontologii.¹⁰³

Třebaže původní záměr formulace uvedených myšlenek může být odlišný, Yalom je skládá do svého systému, který umožňuje klinickému psychologovi, ale i laikům, interpretovat různá klinická data či vlastní prožitky. Pomáhá tak formulovat vhodné strategie pro psychoterapii i čtenářův každodenní život.¹⁰⁴

3.3.1 Existenciální osamělost ve vztahu ke smrti

„Neslyšíš, tatínku, jeho hlas? Král duchů mi šeptá a slibuje zas. Bud' klidný, můj chlapče, neměj strach; To vítr šelestí v korunách.“

– J. W. Goethe, Král duchů

Yalom vnímá smrt jako nejhlubší dynamiku lidského nitra. Spojuje ji s **úzkostí** a domnívá se, že smrt je jejím prapůvodním zdrojem, neustále se dere ven zpoza slupky života a má nesmírný vliv na naše prožívání a chování.¹⁰⁵ Je to právě poznání „naší smrti“, které nám dává možnost plně pochopit fakt, že na té nejvíce fundamentální rovině je umírání tím nejosamělejším prožitkem.¹⁰⁶ Tyto teze Yalom koncipuje na základě Sein und Zeit, kde je tematika smrti ukotvena v otázce po celosti člověka. Proto nyní obraťme pozornost k tomuto zdroji.

Primárně je důležité zmínit, že Heidegger promýšlí smrt v rámci existenciální analýzy, kterou nadřazuje biologii. To je důvodem, proč mu nejde o její zkoumání z pohledu psychologie, ale o plný pojem smrti, který je založen v ontologické struktuře pobytu.¹⁰⁷ Pro zpřehlednění terminologie Heidegger rozlišuje mezi uhynutím (*Verenden*), jímž označuje konec života u živočichů, dožitím (*Ableben*), jež se vztahuje výhradně na fyziologickou stránku končení pobytu a umíráním, „*způsobem bytí, jímž pobyt jest ke své smrti.*“¹⁰⁸

Principiálním výrokem pro existenciálu osamělosti je Heideggerovo tvrzení, že nemůžeme zakusit smrt druhého, neboť zastupitelnost jednoho pobytu druhým, která je typická pro naše každodenní obstarávání v těch nejběžnějších věcech, jako je například povolání, selhává v bytostné

¹⁰¹ KARFÍK, Filip. *Dvojitý pojem svobody u M. Heideggera*. Reflexe [online]. 1993, s. 2

¹⁰² PETŘÍČEK, Miroslav. *Úvod do (současné) filosofie: [11 improvizovaných přednášek]*. Praha: 1997, s. 69

¹⁰³ KARFÍK, Filip. *Dvojitý pojem svobody u M. Heideggera*. Reflexe [online]. 1993, s. 3

¹⁰⁴ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 36

¹⁰⁵ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 39

¹⁰⁶ Tamtéž, s. 387

¹⁰⁷ HEIDEGGER, Martin. *Bytí a čas*. Praha: 2018, s. 284

¹⁰⁸ HEIDEGGER, Martin. *Bytí a čas*. Praha: 2018, s. 283

možnosti končení.¹⁰⁹ „Umírání musí vzít vždy pobyt sám na sebe, smrt je bytostně vždycky moje. Smrt je ontologicky konstituována existencí a tím, je vždy moje.“¹¹⁰ Umírání druhých tedy v pravém smyslu nezakoušíme, nanejvýše jsme „při tom“.¹¹¹

Tento tragicky osamělý konec prostupuje každodenností pobytu. Do smrti jsme takzvaně vrženi od té doby, co existujeme, ačkoliv o této vydanosti zpočátku vůbec nic nevíme. K jejímu odhalení dochází naléhavěji v úzkosti (*Angst*), která svou povahou není pouhou prchavou náladou, nýbrž základním rozpolžením člověka. Úzkost se v Heideggerově pojetí artikuluje jako úzkost ze smrti.¹¹² Pakliže pobyt nechce být kategorizován jako zbabělec, neměl by ji vůbec znát. V každodennosti je totiž na úzkost nahlíženo jako slabost.¹¹³

Co se míní pod každodenností pobytu? Člověk nejčastěji existuje v indiferentním, průměrném modu bytí. Veškeré jeho existování je takové, že do tohoto způsobu bytí vždy vchází a opět vychází.¹¹⁴ Dle Heideggera role každodennosti náleží „neurčitému ono se“ (*das Man*)¹¹⁵, které se konstituuje ve veřejném výkladu, v tzv. řečech. Každodennost praví: „Umřít se jednou musí, ale nebojte se, nás se to zatím netýká, my přeci ještě žijeme. Upokojme se, smrt nás neohrožuje, ještě nevstoupila na horizont!“¹¹⁶ Umírání je nivelizováno, pobyt jej potkává, ale nepatří přímo nikomu. Před smrtí člověk utíká.

Pro Heideggera však smrt není výhradně negativním fenoménem prodchnutým strašlivou úzkostí. V bytí ke smrti se pobyt vztahuje sám k sobě.¹¹⁷ „Smrt jako konec pobytu je nejvlastnější, bezveztažná, jistá a jako taková neurčitá, nepředstižná možnost pobytu.“¹¹⁸ Řekli jsme, že před touto možností v každodenním životě uhýbáme a pohybujeme se tak v neautentickém bytí ke smrti.¹¹⁹ Neautenticita je ovšem založena na možné autenticitě: nezakrývání, neuhýbání a nepřekrucování smrti. Takovéto bytí k možnosti označujeme jako **předběh k smrti**. Předběh je možnost vlastní autentické existence, která nám pomáhá porozumět tomu, že musíme převzít „moc být“ sami na sebe.¹²⁰ Vystavení vlastní smrti osvobozuje pobyt ze ztracenosti.¹²¹

Dospíváme tak společně s Heideggerem a Yalomem k tomu, že úzkost, v níž je člověk postaven před nemožnost své existence, odemyká pobytu jeho nejzazší možnosti.¹²² Předběh osamocuje pobyt do jedinečnosti sebe sama. Samota jako taková zde vystupuje ze svých

¹⁰⁹ HEIDEGGER, Martin. *Bytí a čas*. Praha: 2018, s. 275-276

¹¹⁰ HEIDEGGER, Martin. *Bytí a čas*. Praha: 2018, s. 276

¹¹¹ Tamtéž, s. 275

¹¹² Tamtéž, s. 287

¹¹³ Tamtéž, s. 284

¹¹⁴ Tamtéž, s. 61

¹¹⁵ Tamtéž, s. 153

¹¹⁶ Srov. HEIDEGGER, Martin. *Bytí a čas*. Praha: 2018, s. 289

¹¹⁷ HEIDEGGER, Martin. *Bytí a čas*. Praha: 2018, s. 289

¹¹⁸ HEIDEGGER, Martin. *Bytí a čas*. Praha: 2018, s. 295

¹¹⁹ Tamtéž, s. 296

¹²⁰ Tamtéž, s. 298-299

¹²¹ Tamtéž, s. 300

¹²² Tamtéž, s. 302

negativních konotací a vyjevuje se jako bytostná možnost autentického života bez jakékoliv iluze.¹²³

3.3.2 Existenciální osamělost ve vztahu ke svobodě

„Nemohou mě děsit jejich prázdná místa mezi hvězdami – jež od lidí jsou čistá. Mám to v sobě, zcela na dosah, sám sobě si svá pustá místa chystám.“

– Robert Frost, Desert Places

Heideggerova filozofie má experimentální ráz. Nepostupuje podle předem vytvořeného plánu, nebojí se neustále nově uchopovat své myšlenky a nezdráhá se užívat pojmy v nových souvislostech.¹²⁴ Proto není překvapením, že i pojetí svobody je u Heideggera dvojí. Prvé lze nalézt v díle *Bytí a čas*, druhé Heidegger koncipoval až po obratu ve svém myšlení, který sám označil termínem „*die Kehre*“ a písemně zachycený ho můžeme spatřit ve spisku „O pravdě a bytí“ (*Vom Wesen der Wahrheit*). Ekkehart Fräntzki spatřuje pod vlastním smyslem *Kehre* změnu v pojetí pravdy, konkrétně reinterpetaci skrytosti a neskrytosti, jež vyvolala zvrát v přístupu k otázce bytí.¹²⁵ Jelikož se Yalom vztahuje výhradně k Heideggerovi, kterého známe z *Bytí a čas*, dovolíme si pro účely a udržitelný rozsah této práce pojednat pouze o období před *Kehre*, a tímto odkazujeme na poznámku pod čarou, kde je uvedena příslušná literatura k druhému pojetí.¹²⁶

Otázka lidské svobody (*Freiheit*) je u Heideggera nahlížena vždy prismatem bytí.¹²⁷ Vystupuje jako svoboda radikálně konečná, neboť se konstituuje v opozici proti tradičnímu teologickému pohledu a absentuje transcendentní protějšek.¹²⁸ Karfík ve svém článku „Dvojí pojem svobody u M. Heideggera“ rozlišuje svobodu v užším slova smyslu a svobodu vlastní. **Svoboda v užším slova smyslu** spočívá ve svobodné volbě možností jako svých vlastních.¹²⁹ Bytí pobytu je bytím jeho nejvlastnějších možností, do kterých se rozvrhuje a dostává se tak do předstihu před sebou samým.¹³⁰ Zmínili jsme však, že člověk ponejvíce přebývá v upadlém modu bytí, kde své nejvlastnější možnosti zpočátku nevidí.¹³¹ Pobyt je zde uvězněn ve vládě konformity „toho, co se má“ a veškeré výjimky jsou potlačeny.¹³² Touto diktaturou „veřejného ono se“ dochází k vyrovnávání možností, protože pobyt je utvářen veřejnými řečmi, jež určují jeho bytostné

¹²³ Tamtéž, s. 300

¹²⁴ FIGAL, Günter. *Úvod do Heideggera*. Praha: 2007, s. 8-9

¹²⁵ KARFÍK, Filip. Dvojí pojem svobody u M. Heideggera. *Reflexe* [online]. 1993, s. 19–20

¹²⁶ KARFÍK, Filip. Dvojí pojem svobody u M. Heideggera. *Reflexe* [online]. 1993, č. 9, s. 5 [cit. 2013-10-25]. ISSN 0862-6901. Dostupné z: https://www.reflexe.cz/File/Reflexe_9/karfik-heidegger.pdf

¹²⁷ Tamtéž, s. 31

¹²⁸ Tamtéž, s. 1

¹²⁹ Tamtéž, s. 4

¹³⁰ HEIDEGGER, Martin. *Bytí a čas*. Praha: 2018, s. 202

¹³¹ Tamtéž, s. 61

¹³² Tamtéž, s. 152

možnosti.¹³³ Jestliže svět předurčuje možnosti být, stává se světem anonymní nesvobody, kde jsou nám sice předkládány určité alternativy řídit se/neřídit již realizovaným jednáním, ale neklade před nás základní otázku, jak být chceme.¹³⁴

Karfík dále identifikuje **svobodu vlastní**, jež je spojena s nicotou (*Nichtigkeit*), o níž Heidegger praví že, „*náleží k uvolněnosti pobytu pro jeho existenciální možnosti. Svoboda je však pouze ve volbě jedné možnosti, to znamená v tom, že pobyt nese nezvolenosti ostatních a nemožnost volit je zároveň.*“¹³⁵ Svoboda ve vlastním smyslu znamená svobodu volby vlastních možností, ale rovněž i akceptaci toho, že jiné varianty necháváme uplynout. S volbou je tedy vždy spojena ztráta, „mrtvá průvodkyně každé volby“, jež je navždy ponechána ve skrytu nezvolenosti.¹³⁶

V pozadí již vyřčeného celou dobu trpělivě vyčkává ještě jeden bod, který volá po vyslovení. Na základě předchozí podkapitoly již víme, že v celkové moci být je pobyt vztážen ke smrti. Řekli jsme, že předběh umožňuje pobytu být sám sebou, což znamená „**být ve svobodě ke smrti**“ (*in der Freiheit zum Tode*).¹³⁷ „*Předběh odhaluje, že se pobyt ztratil v neurčitém ono se a staví ho před možnost být sám sebou bez iluze a v sebeúzkostné svobodě ke smrti.*“¹³⁸ Smrt nás tedy osamocuje do jedinečnosti sebe sama, čímž nám otvírá cestu ke svobodě.

Heideggerovsky tvarovanou **svobodu spojuje Yalom s odpovědností**, v níž vystupuje její fatalita a tragičnost. Osamělost vykresluje rovněž jako situaci, kdy je člověk sám sobě rodičem. „*Člověk je sám do té míry, nakolik je odpovědný za svůj život. Odpovědnost znamená autorství, být si vědom svého autorství znamená opustit víru, že existuje někdo jiný, kdo jej vytváří a ochraňuje. V aktu vlastního tvoření se skrývá hluboká osamělost.*“¹³⁹ Toto smíšené zažívání osamělosti a bezmoci identifikuje s Heideggerovým pojmem vrženosti na piedestal bytí.¹⁴⁰

Yalomův člověk si rovněž svět upravuje tak, aby nebylo vidět, že je sám jeho stvořitelem. Jakožto lidé se zabydlujeme ve světě známých předmětů, které jsou navzájem propleteny pojivem vzájemnosti. Jsme familiárně uchlácholeni v pocitu důvěrného přináležení a umlčujeme osamělost, která se proti naší ruce vzpírá a bojuje o své právo během krátkých nočních děsů a mýtických vidění. Přesto však existují chvíle, kdy opona padá a my vejdemo do pustého zákulisí, kde hlavní roli hraje krutá **defamiliarizace** a objektům je odejmut jejich význam.¹⁴¹ Defamiliarizace zahrnuje úplně vše, co je nám schopno poskytnout stabilitu a strukturu – etiku,

¹³³ Tamtéž, s. 152

Figal upozorňuje na to, že „neurčitým ono se“ Heidegger nemyslí kritiku kultury, ale míní jím výroky typu „toto se dělá, toto se nedělá.“ Koneckonců sám Figal mu vyčítá, že v Bytí a čas opomenul vztah k dějinné přítomnosti, což má za následek nezdar celého projektu. (FIGAL, Günter. *Úvod do Heideggera*. Praha: 2007, s. 68-69)

¹³⁴ FIGAL, Günter. *Úvod do Heideggera*. Praha: 2007, s. 68

¹³⁵ KARFÍK, Filip. Dvojitý pojem svobody u M. Heideggera. *Reflexe* [online]. 1993, s. 8-9

¹³⁶ Tamtéž, s. 9

¹³⁷ Tamtéž, s. 6

¹³⁸ HEIDEGGER, Martin. *Bytí a čas*. Praha: 2018, s. 302

¹³⁹ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 384-385

¹⁴⁰ Tamtéž, s. 385

¹⁴¹ Tamtéž, s. 385-386

pravidla, role, hodnoty atd.¹⁴² V takovýchto situacích zažíváme pocit prázdnoty a ztracenosti, která vůči nám není vnější, ale dlí v našem nitru. Ve vlastní pustotě se svět jeví jako naprosto cizí.¹⁴³

V těchto řádcích můžeme zřetelně slyšet Heideggerův pojem **nezabydlenosti**, na který se Yalom explicitně odvolává. Doposud víme, že „*pobyt odpadá od sebe samého jako autentické moci být a propadá světu, který sám patří k jeho bytí.*“¹⁴⁴ Každodenní bytí ve světě lze definovat jako „*být rozptýlen v*“, což má většinou charakter ztracenosti ve „veřejném ono se“, které do života vnáší poklidnou sebejistotu.¹⁴⁵ Odvrat od sebe sama je založen na úzkosti, jež osamocuje pobyt ke svobodě volit možnosti být. Právě v úzkosti se ocitáme v tísnivé nehostinnosti – „nejsme již doma“ a naše každodenní obeznámenost s věcmi mizí. Heidegger ovšem poukazuje na to, že fenomén nezabydlenosti musí být existenciálně-ontologicky pochopen jako původnější.¹⁴⁶

V nezabydleném světě saháme do jeho nicoty. Věci se nám vyjevují ve své prázdnotě a ztrátě významnosti. Setkáváme se s různými jsoucny, ale nenacházíme nic, čemu bychom mohli rozumět.¹⁴⁷ Yalom poukazuje na to, že v konfrontaci s nicotností světa zaplavuje člověka absolutní hrůza. Tváří tvář nicotě nám nikdo nemůže pomoci a pojem existenciální osamělosti prožíváme v jeho plnosti.¹⁴⁸

3.3.3 Existenciální osamělost ve vztahu k procesu růstu

Vystupme nyní z Heideggerova světa a pokusme se společně s Yalomem proniknout do nové situace. Život nás svou přirozeností vytrhává z rajske dětské závislosti a vede nás na cestu samostatnosti, kde se znovuzrodíme jako jsoucna oddělená od ostatních lidí a přírody, která se rozprostírá všude kolem nás. Postavení na vlastní nohy a získání soběstačnosti v sobě ovšem nese i tragické vyústění v osamělosti. Tento univerzální konflikt náleží každému člověku. Stávání se člověkem tak zahrnuje fundamentální a nepřekonatelné osamocení.¹⁴⁹ Přibližně těmito slovy Yalom popisuje vztah růstu a osamělosti.

Méně obrazně hovoří o růstu Rank, když ho charakterizuje jako proces stávání se oddělenou bytostí. Člověk si postupně buduje pevné hranice vymezující jeho prostor oproti světu ostatních. Od fyzické závislosti na matce postupujeme směrem k nezávislosti. Celý život je nesen dvojnásobnou skutečností: „*Neoddělit se znamená nevyrůst, avšak cenou za oddělení a růst je*

¹⁴² Tamtéž, s. 388

¹⁴³ Tamtéž, s. 387

¹⁴⁴ HEIDEGGER, Martin. *Bytí a čas*. Praha: 2018, s. 209

¹⁴⁵ Tamtéž, s. 213

¹⁴⁶ Tamtéž, s. 216-218

¹⁴⁷ Tamtéž, s. 375

V tomto momentě nám plněji vystupuje pojem úzkosti. V nicotném světě je nám úzko z toho, oč nám zároveň v úzkosti jde. „*Úzkost nemá charakter očekávání, ani vyčkávání. To, z čeho je nám úzko, je přece již „tu“, je to pobyt sám*“ (HEIDEGGER, Martin. *Bytí a čas*. Praha: 2018, s. 375)

¹⁴⁸ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 388

¹⁴⁹ Tamtéž s. 389

osamělost.“¹⁵⁰

Podobnou scénu rozehrává ve svém díle „Strach ze svobody“ (*Escape from Freedom*) i Fromm, na něhož se, jako na rodinného přítele, odvolává sám Yalom. Fromm tvrdí, že lidský život kopíruje dějiny lidské společnosti, jejichž *arché* usazuje do momentu vyčlenění člověka ze stavu jednoty s přírodním světem a s ostatními bytostmi. Podobně je to i s dítětem, které se postupně stává biologickou entitou bez závislosti na matce.¹⁵¹ Tento akt postupné individualizace implikuje hledání svobody a nezávislosti. Dítě fyzicky, mentálně a emocionálně roste, jeho části se integrují a je vytvářen organizovaný celek vlastního Já.¹⁵² Člověku je však odkryta i druhá strana mince jeho růstu, a to pocit osamocení. Růst síly si vybírá svou daň ve ztrátě původní totožnosti s ostatními a zvětšujícího se prožitku izolace. Žel Bohu, dle Fromma separace a individualizace nejsou s procesem růstu zcela synchronní. Individualizace probíhá automaticky, avšak náš růst zpomaluje celá řada příčin individuálního i společenského charakteru. Tato disharmonie vyvolává nesnesitelný pocit izolace a bezmocnosti.¹⁵³

Vrátíme-li se zpět k existenciální svobody, u Fromma nenabývá pozitivního smyslu „svobody k“, ale je promyšlena ve smyslu negativním jakožto „svoboda od“, především od „pudové determinace lidské činnosti“.¹⁵⁴ I ona je zdrojem ambivalence. Na jedné straně nás uschopňuje k integraci, nabývání síly, ovládnutí přírody, růstu lidského rozumu a solidarity s našimi bližními. Na straně druhé v nás rozhojňuje pocit izolovanosti, nejistoty a osamělosti.¹⁵⁵

Z předchozích řádků jasně vyvstalo úzké propojení mezi existenciální a interpersonální osamělostí, neboť „vydělení se od interpersonálního splynutí člověka vrhá do existenciální osamělosti.“¹⁵⁶ Téma splynutí – osamělost Yalom vidí jako problematiku vztahu, na který se zaměříme v paté kapitole. Nyní se podívejme na osamělost z trochu jiné perspektivy.

¹⁵⁰ Rank podle YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 389

¹⁵¹ FROMM, Erich. *Strach ze svobody*. Praha: 2014, s. 32

¹⁵² Tamtéž, s. 35

¹⁵³ Tamtéž, s. 37

¹⁵⁴ Tamtéž, s. 38

¹⁵⁵ Tamtéž, s. 40

¹⁵⁶ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 389

4. Osamělost z pohledu dialogické filozofie

„Dialog není zkušenost setkání lidí, kteří spolu mluví. Dialog je událost ducha přinejmenším právě tak neredukovatelná a stará jako ,cogito.““

– I. Levinas, *Le Dialogue*

Jak úvodem představit filozofii dialogu? Jak ji popsat, abychom z ní nevytvořili pouhou definiční poučku? Zkusme vstoupit do jejího myšlení skrze pojem **dialog**. Tento filozofický směr odmítá chápat bytostný rozhovor ve vymezených hranicích pojmově logického střetávání myšlenek či stanovisek, kde se dialog spíše neustále proměňuje v monolog. Jeho cílem není hermeneutický proces, který ústí v prohloubení porozumění určitému obsahu. Naopak zdůrazňuje pojetí, které *„transcenduje i tematizační možnosti filozofie.“*¹⁵⁷

Takovýto dialog překračuje i samotné filozofování, neboť dialogický vztah *„se už nevystavuje pohledu, jenž by mohl zahrnout oba jeho členy, ale děje se od Já k Jinému v setkání tváří v tvář.“*¹⁵⁸ Právě dialogický vztah je to, z čeho filozofie dialogu vyrůstá, aby se následně formovala z bezpodmínečného vztahu k Transcendenci.¹⁵⁹ Na rozdíl od Yalomova přístupu tematizuje lidské společně s božským a svou duchovní orientaci čerpá z židovsko-křesťanské tradice.¹⁶⁰

Vedle vztahování k Božství je pro filozofii dialogu určující otázka lidského Já. Dospívá k závěru, že vědomí Já je vždy doprovázeno vědomím druhého, určitého Ty, které je „multidimenzionální“. Každé lidské Ty je transparentní k Božskému Ty.¹⁶¹ Na našem osobním a dějinném protějšku zakoušíme „relativní mez transcendence“, která přichází ze strany druhého subjektu. Druhý nám dveře do svého příbytku musí otevřít sám. Nemáme žádný klíč, který by je nezávisle odemykal. Jsme odkázáni na uvolnění vstupu z druhé strany, čímž zakoušíme vlastní konečnost a omezenost. Tato limitace, zkušenost nedosažitelnosti druhé osoby, je zásadní pro vznik zkušenosti s transcendencí Boží, ale nelze je ztotožnit. Slovy profesora Kučery: *„Pouze tam, kde pronikne absolutní nárok na poslušnost a obět', anebo zasvitne přitakání jako na ničem nezávislá milost, setkává se člověk s Božím Ty.“*¹⁶² Vznik programové filozofie dialogu můžeme datovat do počátku 20. století, tedy do doby poznamenané zkušeností první světové války.¹⁶³ Za její hlavní exponenty lze považovat Martina Bubera a jeho mladšího kolegu Emmanuela Lévinase, na něhož

¹⁵⁷ POLÁKOVÁ, Jolana. *Filozofie dialogu: (Rosenzweig, Ebner, Buber, Lévinas)*. Praha: 1995, s. 10

¹⁵⁸ LÉVINAS, Emmanuel. *Totalita a nekonečno: (esej o exterioritě)*. Praha: 2020, s. 254

¹⁵⁹ POLÁKOVÁ, Jolana. *Filozofie dialogu: (Rosenzweig, Ebner, Buber, Lévinas)*. Praha: 1995, s. 11

¹⁶⁰ Tamtéž, s. 13

¹⁶¹ Tamtéž, s. 13

¹⁶² KUČERA, Zdeněk. *Hoře a milost: ke kořenům teologie církve radikálního modernismu*. Brno: 2001, s. 108

¹⁶³ Z této tragické zkušenosti vyrůstá i existencialismus. V práci operujeme s termíny jako je filozofie dialogu a filozofie existence, kam řadíme určité autory. Je však nutné říct, že v tomto rozlišení nepanuje jednota a existencialisté a filozofové dialogu bývají velmi často promícháni. (Srov. CORETH, Emerich, Peter EHLEN, Gerd HAEFFNER a Friedo RICKEN. *Filozofie 20. století*. Olomouc: 2006, s. 40) Pro přehlednost shrňme, že v této práci vycházíme v oblasti filozofie existence z rozlišení I. D. Yaloma a ve filozofii dialogu se řídíme podle J. Polákové.

měl jeho starší předchůdce bezesporu vliv. Oba myslitelé byli hluboce zakořeněni v judaismu. Zatímco Buber akcentoval proroky a byl ovlivněn židovským duchovním hnutím s názvem Chasidismus, které zdůrazňovalo mystiku všedního dne, Lévinas své oči obracel k Talmudu a Tanach četl jeho optikou.¹⁶⁴ Hebrejskou tradici nechceme od zmíněných myslitelů separovat, ačkoliv zde zaznívá pouze mezi řádky. Jejich filozofie vyrůstá z hebrejského dědictví a její hloubka podle nás musí být vždy odkrývána se zřetelem k ní.

Buberova antropologická filozofie se realizuje od člověka k člověku. Jeho klasická podoba filozofie dialogu v díle „Já a Ty“ (*Ich und Du*) je založena na rozdílu mezi dvěma postoji ke světu, které může člověk v životě zaujmout. Lévinasův fenomenologický přístup vyrůstá ze zkušenosti tváře druhého, jehož jinakost nepopíráme, ale odpovídáme na ní v diskusním vztahu.¹⁶⁵

Určit míru vlivu Buberovy filozofie na Lévinasovo myšlení je těžké. Jedním z důvodů je i skutečnost, že Lévinas současně četl i Franze Rosenzweiga a Gabriela Marcela.¹⁶⁶ Mimo to Lévinase můžeme zcela legitimně vnímat jako pokračovatele fenomenologického myšlení, které tvůrčím způsobem rozvíjel a mnohdy s ním polemizoval. Naším cílem však není zkoumat ani jednu tuto relaci. Prozatím se pokusíme nahlédnout do jejich artikulace osamělosti. S důvěrou nyní predikujeme, že i některé rozdíly v jejich filozofii postupně vystoupí na povrch.

4.1 Osamělost u M. Bubera

„To, o čem hovoříme je skutečný člověk, Ty a Já, náš život a svět, nikoliv žádné bytí o sobě.“

– M. Buber, Já a Ty

Na první pohled se nám může zdát, že v Buberově dialogicko-vztahové realitě nemůže osamělost existovat. Je zdánlivě vykázána ze světa, který je naplněn jástvím nikoliv o sobě, ale pouze ve vztahu Já – Ty či Já – Ono. Nicméně Buber sám o osamělosti hovoří. Není nežádoucím prvkem jeho filozofie, ale tvoří její důležitou součást.¹⁶⁷ Obdobně jako u Heideggerovy svobody můžeme identifikovat **„dvě podoby samoty v myšlení Martina Bubera.“**

Pro nahlédnutí do prvního pojetí se musíme obrátit k Buberově spisku, který předchází vydání jeho nejznámějšího díla „Já a Ty.“ Jedná se o krátký text z roku 1919 s názvem **„Co je třeba udělat?“** (*Was ist zu tun?*): *„Osamělý, dvě samoty jsou vpletené do tvého života. Jen jednu bys měl vymýtit: sebe-uzavření se, sebe-konfrontování se – samotu neschopnou společenství. Druhou bys měl nejprve opravdu založit a upevnit, nevyhnutelné vždy znovu-stávání se samotným. Silný člověk musí, aby posbíral novou sílu, čas od času volat svoje síly domů do*

¹⁶⁴ ATTERTON, Peter, Maurice FRIEDMAN a Matthew CALARCO (eds). *Levinas and Buber: dialogue and difference*. Pittsburgh: 2004, s. 16

¹⁶⁵ Tamtéž, s. 2

¹⁶⁶ Tamtéž, s. 6

¹⁶⁷ Srov. BIZOŇ, Michal. *Dvě podoby samoty v myšlení Martina Bubera*. Banská Bystrica: 2015, s. 112

samoty, kde spočívá ve společenství toho, co bylo a toho, co přijde a živi se tím, aby mohl v nové síle vyjít k společenství bytí." ¹⁶⁸ Zřetelně se zde rýsují dvě samoty, jejichž kritériem je rozlišení, zda je člověk schopen vstupovat do vztahu, nebo je mu tato realita vzájemnosti zapovězena:

- 1) Samota, kdy se uzavíráme do sebe a nejsme schopni společenství.
- 2) Samota jakožto opakované stávání se samotným – určitý předpoklad pro vstup do vztahu s druhými.

Druhé pojetí se nachází v závěrečné části „**Já a Ty**“, kde je formulováno v kontextu otázky, zda samota může být branou k Bohu. Existuje dvojí samota podle toho:

1) Od čeho se odvrací:

- 1.1. Samota jako vymanění se ze styku s věcmi, který má charakter zakoušení a užívání. Takovou je třeba stále, abychom dospívali k aktu vztahu vůbec.
- 1.2. Samota jakožto absence vztahu nastávající v případě, kdy nás opustili všichni bližní, které jsme oslovovali jako Ty. Osamocení ale není absolutní, neboť ten, kdo je takto osamocen, má ještě jednoho zastánce, jímž je Bůh sám. Ovšem tomu, kdo opustil všechny bytosti ze své vlastní vůle, zůstane Boží náruč uzavřená.

2) K čemu se obrací:

- 2.1. Samota jako místo očisty, kde získáme nové síly pro znovunavázání vztahu se světem a s Bohem.
- 2.2. Samota jako sídlo odloučenosti, kde vedeme rozhovor sami v sobě, abychom měli požitky ze samoúčelného utváření vlastní duše. Po pádu do této pevnosti se můžeme ocitnout v žaláři iluzí, že je to právě Bůh, který v nás dlí a my s ním hovoříme.¹⁶⁹

Bizoň upozorňuje na to, že toto rozdělení samoty neruší kritérium stanovené v dřívějším spise, avšak prvé pojetí lze aplikovat i na „Já a Ty.“¹⁷⁰

Na základě vyřčeného můžeme spolu s Hellerem hovořit o dobré a zlé samotě. Samota je zlá tehdy, když člověk nevstupuje do dialogické situace. Podle Bubera jsme vinni, když nejsme skutečně „tu“, ale zůstáváme pouze u sebe a neobracíme se k druhým celou svou bytostí. „*Kde jsi byl? To je volání svědomí. Nevola mě můj pobyt¹⁷¹, nýbrž volá mě bytí, které já nejsem.*“¹⁷² Dobrá samota může vypadat jako místo očisty, nebo uvolnění se z pout předmětných vztahů.

¹⁶⁸ BUBER, Martin. *Was ist zu tun?* In Buber, Martin: Martin Buber Werkausgabe, Bd. J, Friihe kulturkritische und philosophische Schriften (1891-1924). Tremel, M. (ed.), Gutersloh: 2001, s. 294. Podle BIZOŇ, Michal. *Dvě podoby samoty v myšlení Martina Bubera*. Banská Bystrica: 2015, s. 121

¹⁶⁹ BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 83-84

¹⁷⁰ BIZOŇ, Michal. *Dvě podoby samoty v myšlení Martina Bubera*. Banská Bystrica: 2015, s. 124

¹⁷¹ Buber vyčítá Heideggerovi, že je jeho pobyt monologický. Heideggerův autentický člověk podle Bubera neumí skutečně žít s člověkem a zná jen život se sebou samým. „*Tento dnešní člověk, tato dnešní hra našly svůj výraz v Heideggerově filozofii. Heidegger izoluje oblast, v níž se člověk vztahuje k sobě samému, od celku života, protože zabsolutňuje časově podmíněnou situaci radikální osamělosti člověka, protože chce podle noční měry jedné půlnoční hodiny vymezit bytnost lidského pobytu.*“ (BUBER, Martin. *Problém člověka*. Praha: 1997, s. 94-95)

¹⁷² BUBER, Martin. *Problém člověka*. Praha: 1997, s. 91

Na závěr připojme, že podle Bubera tato antropologická otázka vede k sebeuvědomění, neboť právě osaměle se cítící člověk je ten, který je nejlépe vyzbrojen setkat se sám se sebou.¹⁷³

4.2 Osamělost u E. Lévinase

„Tradiční myšlenka filozofie byla, že jsoucí chce trvat na svém bytí – a že se tedy brání každému narušení. Kdežto já v ontologii tuším průlom lidského.“

– I. Lévinas, Bytí pro druhého

Tento francouzsko – židovský myslitel, jenž moudrosti sobě vlastní oslovoval to lidské v člověku, nastoluje osamělost jako problém ontologický, neboť má za to, že ji nemůžeme omezit na pouhou psychologickou otázku.¹⁷⁴ V čem podle Lévinase osamělost spočívá? Lévinas praví, že jsme obklopeni lidmi a věcmi, s nimiž udržujeme vztahy, které jsou pouze tranzitní, přechodné. Naše bytí je zcela privátní. Bytosti si mohou vyměnit naprosto všechno kromě existování. V tomto faktu spočívá samota.¹⁷⁵ „Právě existováním, nikoliv nějakým obsahem, který by byl v nás nesdělitelný, jsme bez dveří a oken.“¹⁷⁶ Jelikož je spjata s našim bytím, nevnímá ji jako izolaci od druhých lidí, „nejeví se jako faktická existence nějakého Robinsona“, ale vystupuje jako „nezrušitelná jednota mezi existujícím a jeho dílem existování.“¹⁷⁷ Abychom mohli plněji prozkoumat její tvář, musíme se obrátit k ontologické události, kdy si existující (člověk) osvojuje existenci. Tuto událost Lévinas pojmenovává termínem **hypostaze**.¹⁷⁸

Pro pochopení předloženého pojmu přizvěme Heideggerův pojem vrženosti do existence (*Geworfenheit*), který se obvykle překládá jako osamělost či opuštěnost. Pojem akcentuje důsledek vrženosti a vyvolává dojem, že existence je na člověku nezávislá a existující se tak nikdy nemůže stát jejím pánem. Co se pod tímto Heideggerovým „existováním bez existujícího“ skrývá? Lévinas prohlašuje, že se zde nesetkáme s nicotou, ale potkáme samotný fakt existování, který je anonymní. „Anonymita existování tkví v tom, že toto bytí není nikdy připoutáno k nějakému objektu, který je – proto je bezejmenné.“¹⁷⁹ Popsané neosobní bytí označuje v díle „Existence a ten, kdo existuje“ (*De l'existence à l'existant*) pojmem „ono je“ (*il y a*). Jde o bytí, o které nikdo nestojí, je bytím bez bytostí.¹⁸⁰ Není známkou porušeného bytí, ale vystupuje jako sám fakt, že existující je

¹⁷³ Tamtéž, s. 21

¹⁷⁴ LÉVINAS, Emmanuel. *Čas a jiné: Le temps et l'autre*. Praha: 1997, s. 29

¹⁷⁵ Tamtéž, s. 35

¹⁷⁶ LÉVINAS, Emmanuel. *Čas a jiné: Le temps et l'autre*. Praha: 1997, s. 35

¹⁷⁷ LÉVINAS, Emmanuel. *Čas a jiné: Le temps et l'autre*. Praha: 1997, s. 37

¹⁷⁸ Tamtéž, s. 37

¹⁷⁹ LÉVINAS, Emmanuel. *Čas a jiné: Le temps et l'autre*. Praha: 1997, s. 41-43

¹⁸⁰ Srov. LÉVINAS, Emmanuel. *Existence a ten, kdo existuje*. Praha: 2009, s. 10

Vidíme, že se Lévinas snaží vymezit své anonymní bytí proti Heideggerově nicotě. Není nicotou! Lévinas vsouvá do popředí termín bytí bez nicoty, protože nicota dle něj neumožňuje uniknout. Bytí spadá do jednoho s nebytím, je to jejich vzájemná hra, dialektika protikladů. (Srov. LÉVINAS, Emmanuel. *Čas a jiné: Le temps et l'autre*. Praha: 1997, s. 47)

připoután ke své existenci.¹⁸¹

Jaké jsou konkrétní formy přimknutí existujícího k existenci? Jakým způsobem může z „ono je“ povstat člověk jako někdo, kdo existuje? Lévinas chce ve svých úvahách uchopit tuto událost zrození ve fenoménech, které předcházejí reflexi a dochází k závěru, že se takto klademe ve fenoménech **únavy** (*lassitude*) a **lenosti** (*paresse*). Celá skutečnost únavy a lenosti je založena na tom, že odmítáme přijmout závazek existování. To, co tu unavuje, je existence sama, která se v únavě připomíná jako závazek existovat v celé své vážnosti. Obdobně i lenost není zahálkou ani odpočinkem, ale vztahuje se k samotnému počátku aktu, který předjímá celou svou činnost. Již v něm je co ztratit, čímž je mu vtisknut punkt starosti. Lévinas zde polemizuje s Heideggerovou starostí, aktem bytí na pokraji nicoty. Lenost nám ukazuje, že již před počátkem stojí starost bytí. Nemáme tedy strach z nebytí, z nicoty, ale úzkost zde vystupuje jako strach z bytí samého.¹⁸² A konečně, z únavy vystupuje určité úsilí, které do ní však opět zase padá. Produkuje tak specifickou časovost, která zahrnuje **zpoždění** (*effort*), díky kterému může existující vyvstat z bytí jako něco odlišného.¹⁸³

Nyní může přistoupit ke slovu samotné hypostazování. Anonymní bytí není žádným abstraktním pojmem, avšak vyjevuje se v konkrétních situacích našeho života. Lévinas ho přirovnává k **nespavosti** (*insomnie*) či **nočnímu bdění** (*vigilance*), kdy se nevyhnutelná existence projevuje zvláště silně. Vzpomeňme si na situace, kdy ležíme ve své posteli, jsme schopni takřka „slyšet ticho“ a dusí nás tíha nemožnosti usnout. Nemáme žádný důvod k bdění, ale „něco“ naše víčka rozráží od sebe. Toto „něco“ značí anonymitu bdění. Zdá se, že je na nás nezávislé – bdí to. Naše myšlenky se obrací do prázdna a slastný únik v podobě spánku jako by neexistoval.¹⁸⁴

Z „ono je“ ovšem vystupuje **vědomí**, útulek spánku – možnost utéci před nespavostí. Pro každé vědomí je typické nějaké umístění zde, myšlení má výchozí bod. Umístění si však nemůžeme představovat prostorově, jelikož přesahuje objektivitu. Jde o vnitřní událost, zrod subjektivity.¹⁸⁵ Vidíme, že vyvstání vědomí je možné až skrze umístění, kladení se zde. Vědomí roztrhuje anonymitu bytí a v tomto smyslu je únikem z něj. Je už hypostazí, vztahuje se k situaci, kdy existující navazuje styk s existováním, přebírá nad ním moc.¹⁸⁶ Setkáváme se zde s něčím jiným než u Heideggera. Heideggerův člověk chtěl přitakat svému bytí a uchopit své nejvlastnější moci být. Lévinas proti tomu staví, že člověk je hypostazí a chce z něho vystoupit.

Suverenita existujícího není úplnou výhrou, ale zahrnuje v sobě dialektický zvrát. Tím, že existující přebírá moc nad existováním, činí dílo identity, jež tkví v tom, že ze sebe sice vychází, ale opět se k sobě vrací. „*Identita není neškodný vztah k sobě, ale připoutanost k sobě,*

¹⁸¹ VIK, Dalibor. Slovo, na kterém záleží: člověk a etika u Emmanuela Lévinase. Chomutov: 2014, s. 73

¹⁸² LÉVINAS, Emmanuel. *Existence a ten, kdo existuje*. Praha: 2009, s. 20–23

¹⁸³ Tamtéž, s. 30

¹⁸⁴ Tamtéž, s. 56

¹⁸⁵ LÉVINAS, Emmanuel. *Existence a ten, kdo existuje*. Praha: 2009, s. 57–58

¹⁸⁶ LÉVINAS, Emmanuel. *Čas a jiné: Le temps et l'autre*. Praha: 1997, s. 49–51

je to nutnost zabývat se sebou.¹⁸⁷ Lévinas tento vztah mezi Já a Já, které je sebou, nazývá **materiálním subjektem**.¹⁸⁸ Přikovanost k sobě se existující pokouší zrušit a prolomit tak samotou.

Nevynechejme ještě poslední téma. Samota u Lévinase nenese jenom privátnost nesdílitelného bytí, ale i etický prvek, který můžeme označit za pozitivitu spojenou s tímto ontologickým problémem. Pokusme se jej nyní ozřejmit. Začneme tím, že podle Lévinase k nám bližní přichází vždy jako **Tvář** (*Visage*). Tvář je dvojznačná: skrývá bohatý vnitřní svět Druhého, který nemohu nikdy uchopit, ale zároveň odhaluje tajuplné osamocení.¹⁸⁹ V tváři Druhého se značí bezbrannost, nahota a vystavenost smrti. Smrt¹⁹⁰ (*Mort*) Druhého je vepsána v jeho tváři a vyzývá nás: „*Nesmíš mě nechat zemřít o samotě! Nezabiješ mě!*“ To je důvodem, proč se nás smrt Druhého týká více než naše vlastní.¹⁹¹ Lévinas zde překračuje heideggerovské utkvění v bytí, které, jak poznamenává Buber, nezná bytí pro Druhého, tedy ani jeho etickou dimenzi. Tato socialita bratrství „Tváře“ neruší exterioritu (nepřisvojitelnost, jinakost) druhého, ale je respektováním vystupujících subjektivit.¹⁹²

Příkaz a zákaz v prosbě druhé Tváře jsou podle Levinase prameny odpovědnosti. „*Ohlašuje se v nás něco etického, proráží v nás lidství.*“¹⁹³ Do této praetické situace jsme uvedeni, aniž bychom ji volili, svoboda následuje až za ní.¹⁹⁴ Odpovědnost za nahou tvář Druhého pochází z doby před naší svobodou. Jsme rukojmími Druhého. Strach z jeho smrti se vymyká pojetí ze *Sein und Zeit*, protože se netransformuje do úzkosti z naší vlastní smrti.¹⁹⁵ V této odpovědnosti za to, co není v naší moci, věci naší svobody, jsme Druhému vydáni ještě dříve než sami sobě.¹⁹⁶ „*Chci říci: to všechno popisuje bytí rukojmím. A být rukojmím je možná jen tvrdé označení pro lásku.*“¹⁹⁷

¹⁸⁷ LÉVINAS, Emmanuel. *Čas a jiné: Le temps et l'autre*. Praha: 1997, s. 61

¹⁸⁸ Tamtéž, s. 63

¹⁸⁹ LÉVINAS, Emmanuel. *Éthique comme philosophie première*, s. 95. Podle VIK, Dalibor. Slovo, na kterém záleží: člověk a etika u Emmanuela Lévinase. Chomutov: 2014, s. 169

¹⁹⁰ Lévinas nesouhlasí s Heideggerovu interpretací smrti jakožto strachu z nicoty, nebytí. Smrti se bojíme z důvodu její radikální jinakosti a nepředvídatelnosti. Jsme v ní vystaveni „absolutnímu násilí, vraždě v temné noci“. Přichází k nám jako absolutní mystérium, z prostoru, který nás přesahuje. Současně nám ale „dává čas“ být zde pro Druhého a nalézt znovu smysl. (LÉVINAS, Emmanuel. *Totalita a nekonečno: esej o exterioritě*. Praha: 2020, s. 208-2011)

¹⁹¹ LÉVINAS, Emmanuel. *Být pro druhého: (dva rozhovory)*. Praha: 1997, s. 18–19

¹⁹² POLÁKOVÁ, Jolana. *Filosofie dialogu: (Rosenzweig, Ebner, Buber, Lévinas)*. Praha: 1995, s. 37-38

¹⁹³ LÉVINAS, Emmanuel. *Být pro druhého: (dva rozhovory)*. Praha: 1997, s. 18–19

¹⁹⁴ Tamtéž, s. 19

¹⁹⁵ LÉVINAS, Emmanuel. *Ethics as First Philosophy*. In: HAND, Seán (eds). *The Levinas reader*. Oxford: 2001, s. 83-85

¹⁹⁶ LÉVINAS, Emmanuel. *Být pro druhého: (dva rozhovory)*. Praha: 1997, s. 18

¹⁹⁷ LÉVINAS, Emmanuel. *Být pro druhého: (dva rozhovory)*. Praha: 1997, s. 20

5. Osamělost a vztah – východisko, obrana

„Nějaké poznání Boha oddělené od vztahu k lidem neexistuje.“

– I. Levinas, Totalita a nekonečno

V předchozích kapitolách jsme se pokusili naznačit dva pohledy na osamělost: pozici I. D. Yaloma a dialogické filozofie, kterou jsme představili na Buberovi a Lévinasovi.

Mezi jednotlivými tezemi nám vystoupily protikladné, rozdílné i shodné prvky. Prozatím je ještě necháme v poklidu odpočívat a zaměříme se na vazbu osamělost – vztah. I na ni budeme nahlížet z těchto úhlů pohledu. V následujících řádcích budeme vycházet ze dvou základních konceptů:

1) Vztah jako východisko z osamělosti:

- a) M. Buber
- b) E. Lévinas

2) Vztah jako obrana:

- a) I. D. Yalom

Zkusme do nich společně nahlédnout. Uvidíme, že Buberovým i Lévinasovým myšlením prostupuje základní koncept nepoznatelnosti a neredukovatelnosti Druhého. Tvar bližního se nám bude střídát. Někdy v něm zahlédneme Boží tvář, jindy ji vyhostíme na okraj.

5.1 Vztah jako východisko z osamělosti – M. Buber

„Ani jeho osamělost nemůže být nikdy opuštěností, a jestliže lidský svět mlčí, slyší hlas daimónia, jak říká Ty.“

– M. Buber, Já a Ty

Představitelé dialogické filozofie se snažili překonat tradiční dichotomii objekt – subjekt a směřovali k odhalení fundamentálnějšího rozměru nacházejícího se mezi bytostmi. Jednu z nejnámějších artikulací této snahy najdeme v Buberově rozlišení dvou vzájemně naprosto odlišných světů: „říše slova Ono“ (*Ich – Es – Welt*) a „říše slova Ty“ (*Ich – Du – Welt*).¹⁹⁸

Dva základní postoje ke světu v sobě nesou i dvojí Já, neboť Já základního slova Já – Ty je jiné než Já základního slova Já – Ono.¹⁹⁹ V první dvojici se Já vyznačuje spoluexistencí a zjevuje se jako osoba, jelikož vstupuje do vztahu k jiným lidem. Je subjektivitou. Oproti tomu Já druhého základního slova vnímá sebe samo jako subjekt zakoušení a užívání. Vystupuje jako individualita odlišující se od jiných individualit, jeho dynamikou je přivlastňování.²⁰⁰ Tato Buberova diferenciací ovšem nechce načrtnout dva typy lidí, nýbrž dva póly lidství.

¹⁹⁸ ZAHAVI, Dan, Felipe LEÓN a Patricia MEINDL. *Buber, Levinas, and the I-Thou Relation*. In: FAGENBLAT, Michael a Melis ERDUR (eds). *Levinas and Analytic Philosophy: Second-Person Normativity and the Moral Life*. New York: 2019, s. 3

¹⁹⁹ BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 7

²⁰⁰ Tamtéž, s. 52-54

„Žádný člověk není čistou osobou, žádný čistou individualitou. Každý žije v dvojím Já. Ale jsou lidé, v nichž je osoba tak určujícím činitelem, že je lze nazývat osobami, a lidé, v nichž je natolik určující individualita, že je lze nazývat individui. Mezi těmito dvěma póly probíhá dění, v němž se rozhodují dějiny.“²⁰¹

Vymezme si nyní základní rozdíly mezi uvedenými přístupy ke světu. Primární je, že se pravý vztah mezi entitami realizuje pouze ve společenství Já – Ty, dvojice Já – Ono umožňuje pouze jejich prožitek (*Erfahrung*). Etymologie německého termínu má své kořeny ve slově „*ervarn*“, prozkoumávat cestováním. Předměty zde zakoušíme tím, že pouze cestujeme po jejich povrchu a získáváme „znalosti o jejich konstrukci.“²⁰² Svět slova Ono se vyznačuje svou měřitelností a uspořádaností. Pro jeho spolehlivost se v něm můžeme dobře orientovat. Lze ho uchopit, ale nedává se nám, a třebaže se o něm můžeme s druhými dorozumět, zůstává navždy předmětem a jakékoliv setkání s bližním v něm není možné.²⁰³ Jde o svět oddělenosti a odloučení, na němž samotném není nic zlého, avšak k jeho transformaci ve zlo stačí pouze jeden krok. Až tak je snadná.²⁰⁴

Náš život se však neomezuje pouze na zakoušení a užívání. Předmětný svět můžeme překročit vstupem do vztahu.²⁰⁵ Vztah k druhému, který se ve své pravdivosti objevuje tam, kde se všechny prostředky hroutí, je bezprostřední.²⁰⁶ Bytostný čin, jenž dává základ bezprostřednosti, se obvykle chápe jako něco citového, ale city pouze doprovázejí metapsychický akt lásky mezi Já a Ty. Před tím, kdo skrze ni hledí, stojí osvobozené Ty, protějšek nezatížený žádnou kategorizací na dobré a zlé, ošklivé a krásné. Druhý se zjevuje ve své jedinečnosti a působí na nás stejně jako my na něj. Vztah je **vzájemností**.²⁰⁷

Existence ve vztahu zahrnuje radikální otevřenost, která nám umožňuje setkat se s bytostnou **jinakostí** Ty. Buber hovoří o momentu překvapení, který se uskutečňuje v dialogu

²⁰¹ Tamtéž, s. 54

²⁰² ZAHAVI, Dan, Felipe LEÓN a Patricia MEINDL. *Buber, Levinas, and the I-Thou Relation*. In: FAGENBLAT, Michael a Melis ERDUR (eds). *Levinas and Analytic Philosophy: Second-Person Normativity and the Moral Life*. New York: 2019, s. 3

²⁰³ BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 29

²⁰⁴ Tamtéž, s. 40

Buber vedle osoby a individuality identifikuje též tzv. **démonské Ty**, které vykresluje jako vládce osamělosti. Jedná se o Ty, kterému se nikdo nemůže stát protějškem, protože všechny (i samo sebe) vidí jako nástroje výkonu. (BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 10)

²⁰⁵ Buber rozlišuje tři sféry, kde se zakládá vztah. Jedná se o: a) vztah s přírodou, který je pod prahem řeči, b) vztah s lidmi, kde figuruje řeč, c) vztah s duchovními jsoucnostmi, jenž je sice mimo řeč, ale plodí ji. Žádné Ty v něm neslyšíme, ale přesto pocítujeme, že jsme jím voláni. (BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 10)

²⁰⁶ BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 14

O tomto vztahu k druhému, který je pro Bubera podstatou lidské existence můžeme říci, že se vyskytuje jaksi „a priori“. Buber hovoří o **vrozeném Ty**, které se ukazuje u dítěte, jež chce s předměty prvotně navazovat vztah, personifikuje je, vede s nimi rozhovor. (BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 25-27)

²⁰⁷ Tamtéž, s. 16-17

a je uznáním toho, co je na druhém člověku jiné.²⁰⁸ Uznání ovšem nepramení ze získání znalostí, neboť druhý se jakémukoliv poznání vzpírá.²⁰⁹ Každý skutečný vztah se zakládá na individuaci, která umožňuje, aby se lidé vzájemně poznávali, ale je i jeho mezí, neboť znemožňuje dokonalé poznání.²¹⁰ Člověk, jemuž říkáme Ty, tak není předmětem naší zkušenosti.²¹¹ „*Vztah Já-Ty je přímý, vzájemný, odehrávající se v přítomnosti a otevřený. Je dialogem, ve kterém je druhý přijímán ve své ojedinělé jinakosti a není redukován na pouhý obsah naší zkušenosti.*“²¹²

Bytostný vztah Já – Ty Buber tematizuje společně s existenciálou svobody, jejíž podoba je zde rozvíjena jinak než u Heideggera. Pro Bubera je schopen rozhodování pouze člověk, jenž neztratil způsobilost navazovat vztah. Spojuje svobodu s osudem a říká, že „*pouze ten, kdo se rozhoduje z hloubi, odkládá majetek i oděv a předstupuje nahý před tvář svého Ty, je svobodný a osud mu jde vstříc jako protějšek svobody.*“²¹³ Takto svobodného člověka Buber vymezuje proti svévolníkovi, který nezná pravé sepětí a je motivován pouze prožitky.²¹⁴

Zapřeli bychom Bubera, kdybychom v závěru této podkapitoly nezmínili vztah k Věčnému Ty. Celá Buberova filozofie se vždy s láskou obrací k Nejvyššímu mysteriu mezi nímž a námi zeje propastná diference. I přes to je nám zároveň tak blízké, že můžeme takřka spatřit, „*jak nad námi rozjasnilo svou tvář.*“ **Každé jednotlivé Ty je k němu průhledem.**²¹⁵ Tento absolutní vztah je úhrnem, kde se dovršují a sjednocují všechny ostatní vztahy.²¹⁶ Člověk v nejvyšším setkání přímá přítomnost jakožto sílu, jež v sobě zahrnuje naprostou plnost skutečné vzájemnosti, přijetí, sepětí a potvrzení smyslu – nic už nemůže být nesmyslné. Nejedná se o smysl „*onoho světa*“, ale našeho.²¹⁷ Neboť „*ten, kdo vyjde, aby se setkal se světem, vyjde i za Bohem. Nevíme nic o světě, který by mohl oddělit člověka od Boha, to, co se tak nazývá, je život s odcizeným světem slova Ono, život, který zakouší a užívá.*“²¹⁸

Takto pojatý bytostný a svobodný vztah, křišťálové splynutí Já a Ty, představuje východisko z osamění. Neexistuje škvíra, kterou by osamělost převzala vládu, vždyť i celé nebe je naplněno Ty a „*nebesa chválu pění Tvou, slávu a čest, velebí Tebe každý tvor, tisíce hvězd.*“²¹⁹ A co svět, není v tu chvíli odcizen? Odpovězme: Mohl by? Svět slova Ty se přímo dotýká naší

²⁰⁸ ZAHAVI, Dan, Felipe LEÓN a Patricia MEINDL. *Buber, Levinas, and the I-Thou Relation*. In: FAGENBLAT, Michael a Melis ERDUR (eds). *Levinas and Analytic Philosophy: Second-Person Normativity and the Moral Life*. New York: 2019, s. 4

²⁰⁹ BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 62

²¹⁰ Tamtéž, s. 80

²¹¹ Tamtéž, s. 12

²¹² BUBER, *Knowledge of man*, s. 71

²¹³ BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 45

²¹⁴ Tamtéž, s. 50

²¹⁵ Tamtéž, s. 60

²¹⁶ Tamtéž, s. 66

²¹⁷ Tamtéž, s. 87-88

K setkání s Bohem dochází proto, abychom osvědčovali smysl ve svém vztahu ke světu, avšak místo toho se stále znovu Bohem spíše zabýváme. Při této reflexi není žádného Ty, neboť se k Bohu obracíme jako k nějakému Ono a činíme Jej předmětem. (BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 92-93)

²¹⁸ Tamtéž, s. 76

²¹⁹ FISCHEROVÁ, Marie. *Naše koledy*. Praha: 2015, s. 38

bytosti.²²⁰ Člověk bytostného vztahu miluje skutečný svět, který nechce být popřen. Buberův velký vztah existující pouze mezi skutečnými osobami tak představuje východisko z osamělosti. „*Může být silný jako smrt, protože je silnější než osamělost, protože prolamuje meze hluboké osamělosti, přemáhá její přísný zákon a přes propast úzkosti ze světa klene most od jednoho, bytí sebou' k druhému.*“²²¹

5.2 Vztah jako východisko z osamělosti - E. Lévinas

„*Tato existence pro Druhého, tato Touha Jiného, tato dobrota, osvobození od egoistické gravitace.....*“

– I. Levinas, Totalita a nekonečno

Lévinasovo hledání bytostného vztahu je hluboce promyšlenou reakcí na francouzský existencialismus, jehož meta-tématem je nezrušitelná lidská osamělost, která se později opět dostává ke slovu v myšlení I. D. Yaloma.²²²

Připomeňme. Řekli jsme, že tím, že na sebe existující bere své bytí, je zároveň ke své existenci navždy připoután. Tato připoutanost k sobě samému je základní tragikou Já, skutečností, že jsme doslova přitaveni ke svému bytí a zabředáme sami v sobě. Hypostaze se vyskytuje jako samota.²²³ Zamysleme se: Je něco, co by dokázalo tuto osamělost prolomit? Jestli ano, jak „to“ vypadá? Pakliže chceme rozbít materiálně subjektu, musíme rozvázat pouto mezi Já, které je sebou a Já.²²⁴

V každodenním světě jsme obklopeni předměty, které jsou „ozářené světlem“, mají smysl, a tak existují, jako by pocházely z nás samých. Je to sice svět, kterému rozumíme a umíme se v něm orientovat, ale zároveň je světem osamocení, jelikož jsme v něm uzavřeni do jedné existence. Tuto samotu nezruší Druhý jako alter ego, Platónova interpretace Erótu, vztah jako připoutání k Druhému, ani společenství kolem třetího, neutrálního členu. Východiskem z osamělosti nám může být pouze **bližní (autrui) jakožto radikálně Jiný (Autre)**. Lévinasův vztah ontologicky znamená „*událost nejradikálnějšího prolomení samých kategorií Já, neboť to pro nás značí být jinde než v sobě, dosáhnout odpuštění, nebýt definitivní existencí.*“²²⁵

Posuňme se v pokusu o vystižení podstaty tohoto osvobozujícího daru dále. Vztah, který charakterizuje náš společenský život, je **nereciproční**. Druhý je tím, kým nejsme my,

²²⁰ BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 30

²²¹ BUBER, Martin. *Problém člověka*. Praha: 1997, s. 104–105 Neschopnost navázat opravdový vztah s Ty je to, co Buber vyčítá Heideggerovi. „*Když osaměvší člověk už neumí říci 'Ty', mrtvému' známému Bohu, záleží vše na tom, zda to ještě umí říci živému neznámému Bohu tím, že celou svou bytostí řekne 'Ty' jinému člověku, živému a známému. Neumí-li ani to, pak mu snad ještě zbývá povznesená iluze odloučeného myšlení, že je v sobě uzavřeným 'sebou', avšak jako člověk je ztracen. Člověk 'autentického' pobytu v Heideggerově smyslu, člověk 'bytí sebou', který je podle Heideggera cílem existence, není člověk, který skutečně žije s člověkem, nýbrž člověk, který už neumí skutečně žít s člověkem, člověk, který zná skutečný život už jen ve styku se sebou samým.*“ (BUBER, Martin. *Problém člověka*. Praha: 1997, s. 94)

²²² Srov. POLÁKOVÁ, Jolana. *Filosofie dialogu: (Rosenzweig, Ebner, Buber, Lévinas)*. Praha: 1995, s. 35

²²³ LÉVINAS, Emmanuel. *Existence a ten, kdo existuje*. Praha: 2009, s. 70-71

²²⁴ LÉVINAS, Emmanuel. *Čas a jiné: Le temps et l'autre*. Praha: 1997, s. 79

²²⁵ LÉVINAS, Emmanuel. *Existence a ten, kdo existuje*. Praha: 2009, s. 71

je samotnou jinakostí. Znázorněme na příkladu: my jsme vdovy, vdovci a sirotci, zatímco Druhý je bohatý a mocný. Intersubjektivní prostor je zásadně **asymetrický**, jelikož Druhý k nám přichází z výše své transcendence.²²⁶ Tato fundamentální asymetrie představuje výtku, kterou Lévinas vznáší proti Buberovi. Vyčítá mu vzájemnost a symetričnost jeho vztahu Já – Ty, kterými se podle Lévinase dopouští násilí na „výšce“ Druhého.²²⁷ Nejvýmluvnější pasáž nalezneme v Lévinasově textu „Martin Buber a teorie poznání“ (*Martin Buber and the theory of knowledge*), kde do polemiky zapojuje etiku, protože trvá na tom, že vztah mezi námi a druhými je zásadně etický a zahrnuje podřízenost Druhému. Pozice Já není zaměnitelná s Ty. Já a Ty nejsou, jak tvrdí Buber, rovnocennými partnery, ale Druhý je vyšší, a přesto chudší než my. Tímto se, jak sám praví, rozchází s Buberovým formalismem.²²⁸

V předchozí kapitole jsme řekli, že Druhý se nám zjevuje skrze Tvář, která překračuje jakýkoliv obraz, jenž bychom si o něm mohli utvořit.²²⁹ Co přesně si pod tím máme představit? Nechme promluvit samotného Lévinase: „*Víte, jinakost Druhého neznamena, že na něm vidím rysy, které mi nejsou podobné, třeba rysy povahy nebo obličeje. Přistupovat k člověku jako ke Tváři znamená oslovovat ho jako Tvář a hned rozumět řeči Tváře. Tvář je to, co mluví dříve, než mluví řeč, je to výraz ještě, než přijdou slova.*“²³⁰ Jinakost Druhého vystupuje jako absolutně protikladný protiklad, který Lévinas chápe jako **Ženství** (*Féminin*). Víme, že se existující naplňuje v subjektivnu, nyní poznáváme, že jinakost své naplnění nachází v Ženství, jež se ve skrytosti manifestuje jako cudnost. Druhý nám vždy uniká, zůstává skryt. Tato transcendence Ženství spočívá v pohybu, že se uchylujeme jinam – ven ze svého **egoismu** (*egoïsme*).²³¹

Jestliže chceme uniknout ven ze svého bytí, musí existovat něco, co naše bytí překračuje. Lévinas proto přichází s myšlenkou **Nekonečna** (*Infini*)²³², která je v nás od počátku přítomná.²³³ K Nekonečnu se vztahujeme skrze **metafyzickou touhu** (*désir metaphysique*), touhu po absolutně Jiném (*absolument Autre*), jež se nedá uspokojit.²³⁴ Nekonečno se též nikdy nemůže stát, stejně jako Buberovo Věčné Ty, záležitostí objektivní zkušenosti, a to nikoliv proto, že je subjektivní, ale proto, že objektivitu převyšuje.²³⁵ Z Lévinasových slov lze zřetelně cítit jeho snahu o udržení absolutní exteriority metafyzického cíle, kterou dle něj alespoň načrtává slovo transcendentní.

²²⁶ LÉVINAS, Emmanuel. *Totalita a nekonečno: (esej o exterioritě)*. Praha: 2020, s. 178

²²⁷ ZAHAVI, Dan, Felipe LEÓN a Patricia MEINDL. *Buber, Levinas, and the I-Thou Relation*.

In: FAGENBLAT, Michael a Melis ERDUR (eds). *Levinas and Analytic Philosophy: Second-Person Normativity and the Moral Life*. New York: 2019, s. 8

²²⁸ LÉVINAS, Emmanuel. *Martin Buber and the Theory of Knowledge*, s. 72. In: HAND, Seán (eds). *The Levinas reader*. Oxford: Blackwell, 2001. s. 59-74

²²⁹ LÉVINAS, Emmanuel. *Totalita a nekonečno: (esej o exterioritě)*. Praha: 2020, s. 36

²³⁰ LÉVINAS, Emmanuel. *Být pro druhého: (dva rozhovory)*. Praha: 1997, s. 17

²³¹ LÉVINAS, Emmanuel. *Čas a jiné: Le temps et l'autre*. Praha: 1997, s. 145-147

²³² Lévinas se poměrně zdráhá užívat slovo Bůh a až do 80. let 20. stol. užívá spíše termíny jako Jiné (*Autre*), Absolutno (*Absolu*), Nekonečno (*Infini*) či Onakost (*Illéité*). (VIK, Dalibor. *Vyjádřit to lidské v člověku*. In: VOGEL, Jiří, Zdeněk KUČERA a Dalibor VIK (et al.). *Náboženství a teologie ve filosofické reflexi: mezi modernou a postmodernou*. Chomutov: 2012, s. 195)

²³³ VIK, Dalibor. *Slovo, na kterém záleží: člověk a etika u Emmanuela Lévinase*. Chomutov: 2014, s. 103

²³⁴ LÉVINAS, Emmanuel. *Totalita a nekonečno: (esej o exterioritě)*. Praha: 2020, s. 19-20

²³⁵ POLÁKOVÁ, Jolana. *Filosofie dialogu: (Rosenzweig, Ebner, Buber, Lévinas)*. Praha: 1995, s. 39

Transcendence popisuje vztah s určitou skutečností, která je radikálně jiná, nekonečně vzdálená od té naší, aniž by však tato vzdálenost rušila vztah a vztah by rušil tuto vzdálenost.²³⁶

Rozměr Transcendence se otevírá v základu lidské tváře – Nekonečno k nám přichází skrze tvář Druhého. To znamená, že vztah k Bohu je neodmyslitelně spjat s druhými lidmi, realizuje se jako sociální vztah. Epifanie božského nás v základu zasahuje, protože k nám přichází skrze Tvář bližního, chud'ase, bezbranného tvora vystaveného smrti. Metafyzika tkví v našich vztazích k lidem.²³⁷ Do Lévinasova pojmu Druhý se vždy promítá tato dvojznačnost. Bližní je pro náš vztah k Bohu nepostradatelný. „*Naprostu nemá úlohu nějakého prostředníka. Druhý není vtělením Boha, nýbrž svou tváří, v níž je odtělesněn, je manifestací oné výše, v níž se zjevuje Bůh.*“²³⁸

Vztah, který nás vykupuje z naší samoty, je tedy vztah k Druhému jakožto Cizinci (*Entrager*), který se děje v relaci k Transcendentnu. „*Druhý přichází, aby nás vykoupil. Neboť pouze skrze službu Druhému jsme vyvázáni k připoutání k sobě: z bytí pro sebe se stává bytí pro druhého.*“²³⁹

5.3 Vztah jako obrana – I. D. Yalom

„*Vztah, ve své nejlepší podobě, váže lidi, kteří spolu komunikují bez zapojování svých vlastních potřeb.*“

– I. D. Yalom, Existenciální psychoterapie

Odlisný pohled na vztah nabízí Yalom, který ho odmítá rozvíjet jako odpověď na výzvu Transcendence. Podle Yaloma je tíživost existenciální osamělosti tak veliká, že ji člověk není schopen snášet příliš dlouho. Proto na scénu vstupují nevědomé obrany a odstraňují ji z dohledu vědomí. Hlavním popíračem osamělosti je právě lidský vztah.²⁴⁰

Z uvedeného nás pravděpodobně ani tolik nepřekvapí, že podle Yaloma **žádný vztah nemůže osamělost odstranit**. Každý z nás stojí ve svém bytí zcela sám. Jsme schopni pouze sdílet naši samotu takovým způsobem, že nám láska může vynahradit bolest z osamělosti. Domnívá se, že jsme-li způsobilí připustit si svou definitivní osamělost a postavit se před ní tváří v tvář, dokážeme se též obracet s láskou k druhým lidem.²⁴¹ Yalomovi tak nezbyvá nic jiného než zformulovat takový vztah, který by jako obrana před existenciální osamělostí obstál. Pro účely definování tohoto „zralého vztahu“ vytváří syntézu Bubera, Maslowa a Fromma, u nichž se snaží najít odpověď na otázku podoby lásky bez vlastních potřeb. Každý z nich rozvíjí dva způsoby relace k druhému, z nichž jeden bližního deformuje a druhý jej nechává vystoupit v jeho jedinečné

²³⁶ LÉVINAS, Emmanuel. *Totalita a nekonečno: (esej o exterioritě)*. Praha: 2020, s. 27

²³⁷ LÉVINAS, Emmanuel. *Totalita a nekonečno: (esej o exterioritě)*. Praha: 2020, s. 63-64

²³⁸ Tamtéž, s. 64

Vzpomeňme si nyní na Buberovo věčné Ty, k němuž je každé jednotlivé Ty průhledem.

²³⁹ VIK, Dalibor. *Vyjádrít to lidské v člověku*. In: VOGEL, Jiří, Zdeněk KUČERA a Dalibor VIK (et al.). *Náboženství a teologie ve filosofické reflexi: mezi modernou a postmodernou*. Chomutov: 2012, s. 204

²⁴⁰ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 390

²⁴¹ Tamtéž, s. 391

plnosti. U Bubera jsme tento vztah popsali, ale považujeme za důležité říci, že nesouhlasíme s Yalomovým tvrzením, že Buber „*předpokládal, že stav lásky je přirozený stav bytí člověka a osamělost je stavem upadlým.*“²⁴² Viděli jsme, že samota u Bubera není pouze „upadlým stavem“, ale má i velmi pozitivní a ozdravující podobu. Ponechme tedy Bubera tak, jak vystoupil v předchozích kapitolách a přesuňme se nyní ke krátkému popisu zbývajících myslitelů.

Začněme **Frommem**. Zmínili jsme, že podle Fromma je nejhlubší lidskou potřebou překonat odloučení. Je to právě akt lásky, který dokáže znovuvybudovat mosty mezi námi a druhými, abychom se tak mohli opětovně sejít a překonat tíživé osamocení. Lásku považuje za „odpověď na problém existence“, což je pojetí, které se blíží stanovisku Yaloma. Avšak ne všechny lásky jsou uspokojivým řešením.²⁴³ Fromm rozlišuje formu upadlé lásky, symbiotické spojení, jakési splynutí motivované potřebou druhého. Dále lásku zralou, která je spojením za podmínky zachování vlastní individuality.²⁴⁴ „*Láska je aktivní silou v člověku; silou, která proráží zdi, jež dělí člověka od ostatních lidí, a sjednocuje ho s jinými; láska působí, že překoná pocit izolace a odloučenosti, a přesto může být sám sebou, zachovat svou celost. V lásce dochází k paradoxu, že dvě bytosti splynou vjedno, a přece zůstávají dvě.*“²⁴⁵ Vidíme, že láska je aktivitou, nikoliv pasivitou, jde o to v ní především radostně dávat, ne pouze přijímat.²⁴⁶ Ten, kdo takto dává, obohacuje druhého, v němž se předané odráží a míří zpět k dávajícímu. Tak se ukazuje, že ve vztahu lásky není pouze jeden dárcce, ale i obdarovaný se proměňuje v dávajícího. „*V aktu dávání se něco rodí a dárcce i obdarovaný se těší z toho, co se zrodilo pro ně oba.*“²⁴⁷

Dvojí rozlišení lásky uvádí i **A. H. Maslow**, jenž ji charakterizuje jako nedostatkovou potřebu. Nabývá rozměrů tůně, která potřebuje být naplněna, a pakliže životodárný pramen není v dohledu, ovládnou naši mysl rozličné patologické stavy. Ve svém díle „*O psychologii bytí*“ (*Toward a psychology of being*) identifikuje dva typy lásky odpovídající orientacím lidské motivace, která je živena buď nedostatkem, anebo růstem. Jedná se o sobeckou D – lásku vyplňující nedostatek a nesobeckou B – lásku, lásku k bytí druhého člověka. B – láska není vlastnická, nýbrž obdivující. Nic nežádá, a proto nepůsobí žádné potíže, ba naopak, má až terapeutické účinky. Lidé oplývající B – láskou jsou méně závislí, samostatnější, nestrannější, altruističtější a více pečující. A především, nesobecká láska nám umožňuje nejopravdovější vnímání druhého. V zásadním slova smyslu vytváří partnera, neboť mu daruje sebehodnocení a pocit přijetí. Druhý se cítí jako hoden lásky.²⁴⁸

²⁴² Tamtéž, s. 398

²⁴³ Srov. YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 399

²⁴⁴ FROMM, Erich. *Umění milovat*. Praha: 1966, s. 21–22

²⁴⁵ Tamtéž, s. 22

²⁴⁶ Tamtéž, s. 23

²⁴⁷ Tamtéž, s. 25

Můžeme zde slyšet určitou podobnost s Buberovou vzájemností, kdy na nás „Ty“ působí stejně jako my na něj. (Srov. BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 16-17)

²⁴⁸ MASLOW, Abraham H. *O psychologii bytí*. Praha: 2014, s. 100-102

Na základě uvedeného **Yalom** konstruuje charakteristické znaky „zralého a vlastní potřeby nezohledňujícího vztahu“, který je schopen obstát jako obrana před existenciální osamělostí. Uvedme si nyní bodově jeho charakteristiky:

- 1) Nesobeckost: člověk se vztahuje k druhému celou svou bytostí a nehledá chválu, moc, peníze, sexuální uvolnění, obdiv aj.
- 2) Prožívání druhého co nejplněji: nesobeckost nás vede k tomu, že jsme schopni prožívat druhého celostně, nikoliv jen tu část, která slouží k pragmatickému účelu.
- 3) Aktivní zájem o bytí a růst druhého.
- 4) Tento zájem je způsob bytí ve světě, ne pouze prchavé společenství s člověkem.
- 5) Zájem vyrůstá z vlastního bohatství. Ve „zralém vztahu“ nepřistupujeme k druhému jako k naší potřebě, která zmírní skličující samotu.
- 6) Vztah je vzájemný. V zralém vztahu se člověk mění, obohacuje a jeho existenciální osamělost se zmírňuje.²⁴⁹

I přes to, že nám podoba tohoto vztahu může v ledasčem připomínat slova z předchozích podkapitol, je nutné mít na paměti, že ani takto formulovaný vztah osamělost neprolamuje. I když se k druhým primárně nevztahujeme jako k předmětům, v posledku všech věcí je vztah prostředkem, který nám dovoluje tíži osamělosti snášet. Kdyby nás hrůza z existenciální osamělosti přemohla, nebyli bychom schopni navazovat kontakt s druhými lidmi, ale místo toho bychom „*po nich lapali rukama, abychom se neutopili v moři existence.*“²⁵⁰ V takovéto situaci by byly naše vztahy pouze karikaturami těch opravdových.

V Yalomově podání tak před námi stojí paradoxní vyjádření lidského bytí: I když je vztah obranou, jsme schopni na ni nesnižovat svého bližního.²⁵¹

²⁴⁹ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 401–402

²⁵⁰ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 391

²⁵¹ Srov. YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 390–391

6. Osamělost z pohledu Existenciální hagioterapie

„Příběhy jsou tvůrčími akty, jimiž tvoříme svět.“

– Reb Reuven, Chasidské povídky

„Nejsme jen zvířata ve stádu, kterým se líbí být na očích ostatních, ale máme vrozené nutkání chovat se tak, aby si nás všimli a ocenili. Těžko bychom pro někoho hledali d'ábelštější trest než to, pokud by to bylo vůbec možné, že bychom jej zanechali ve společnosti, kde by si ho nikdo absolutně nevšímal.“²⁵² Básníkova slova potvrzuje i psychologická zkušenost. Náš život se odehrává ve vztazích a je bez nich zcela nemyslitelný. V životě však nastávají situace, kdy se struktura vztahů zpřetrhá a osamělost převezme vládu. V takových případech hagioterapie zastává, že „základní reakci člověka na osamělost představuje vedle heroického sebezapření snaha o opětovné navázání vztahů. S druhými lidmi, s Bohem.“²⁵³

V šesté kapitole se znovu zaměříme na tuto dvojici – osamělost a vztah, tentokrát však konečně z přímé perspektivy hagioterapie. Povoláme ke slovu myšlenky již vyřčené v předchozích kapitolách a ozřejmíme jejich souvztažnost s EH. Pro lepší orientaci uvádíme tabulku s přehledem pojetí osamělosti dle výše zmíněných autorů. V následujících řádcích se jim budeme dále věnovat.

²⁵² JAMES, William podle YALOM, Irvin D. a Molyn LESZCZ. *Teorie a praxe skupinové psychoterapie*. Praha: 2021, s. 44

²⁵³ Srov. REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše*. Praha: 2013, s. 171

Tabulka 1 – Přehled osamělosti dle autorů

Pohled	Vztah	Bližní	Transcendence	Osamělost
<i>I. D. Yalom</i>	Zralý vztah je obranou před osamělostí. Osamělost neprolamuje. Nesobecký, vzájemný.	Ve zralém vztahu druhého prožíváme co nejplněji a nelze v něm druhého redukovat na obranu.	Bůh neexistuje, jsme zcela svobodní a odpovědní za náš život (i za své utrpení). Základní tragičnost a bezsmyslnost světa.	Existenciální osamělost je nezrušitelná. Jedná se o odloučenost mezi člověkem a světem, nepřekonatelnou propast stojící mezi námi a druhými.
<i>M. Buber</i>	Je východiskem ze samoty. Pravý vztah pouze mezi Já – Ty. Vzájemný, nepředmětný, bezúčelný. Je dialogem.	Zcela jedinečný, bytostná jinakost Ty. Druhý na nás působí stejně jako my na něj. Jenom ten, kdo se staví před tvář Ty, je svobodný.	Věčné Ty. Vztah k Bohu je spjat s druhými (každé Ty je k němu průhledem). Bůh nás neodděluje od světa. Absolutní vztah je úhrnem, kde se dovršují ostatní vztahy.	Lze prolomit. Dobrá samota = místo očisty, uvolnění z předmětných vztahů. Zlá samota = nevstupujeme do dialogické situace.
<i>E. Lévinas</i>	Je východiskem ze samoty – prolamuje kategorie Já. Nereciproční, asymetrický, etický (zahrnuje podřízenost vůči druhému).	Jedinečný, radikálně odlišný. Zodpovědnost za jeho tvář, která stojí ještě před naší svobodou.	Nekonečno. Idea nekonečna je v nás od počátku přítomná. Metafyzická touha. Absolutní exteriorita. Vztah k Bohu je spjat s druhými lidmi – božské se nás dotýká v tváři Druhého.	Problém ontologický – náleží k naší existenci. Nabývá rozměru připoutanosti k sobě samému, nutnosti se zabývat sám sebou. Lze prolomit. Zahrnuje prvek etický.

6.1 Podstata a cíle – existenciály

„Strach ze smrti určuje prvek úzkosti v každém strachu. Úzkost nezmírněná strachem z nějakého objektu, úzkost ve své nahotě je vždy úzkostí před absolutním nebytím.“

– Paul Tillich, Odvaha být

Krátký vstup do Existenciální hagioterapie jsme absolvovali již v druhé kapitole. Zkusme se nyní ponořit hlouběji. Připomeňme, že hagioterapie je dynamickou, existenciální a narativní psychoterapií, přičemž orientace na lidskou existenci a existenciální struktury tvoří její nejvýznamnější rys. Zároveň předpokládá, že biblické příběhy mají potenciál proměnit člověka.²⁵⁴ Abychom mohli postoupit dále, pokusíme se v této podkapitole rozšířit naše poznatky.

EH zastává, že pramen úzkosti a psychopatologie vyvěrá z konfrontace se základními záležitostmi bytí, což je paradigma, které sdílí s Yalomem. Jako nejhlubší dynamiku lidského nitra identifikuje smrt. Za vznikem mnohých psychických dekompenzací EH spatřuje na jedné straně nedostačivost některých užívaných strategií, jež jsou založené na popření, na straně druhé neschopnost psychického pole integrovat negativní účinky samotných obranných mechanismů. I funkční obranné úsilí tak může na jiném místě způsobovat psychickou poruchu.

Ve své terapeutické praxi EH proto rozlišuje mezi adaptivními a patologickými mechanismy, které mohou být rovněž nápomocné, ale za svou pomoc si vybírají vysokou daň. Pakliže jsou tyto nezdravé postupy účinné, nelze je přímo terapeuticky měnit a většinou ani radikálně odstranit, jelikož účinné mechanismy jakéhokoliv druhu zůstávají v lidské psyché trvale zakonzervovány a při oslabení obran se mohou kdykoliv revitalizovat. Psychika totiž dokáže integrovat i patologické prvky, jestliže plní významnou obrannou funkci.²⁵⁵ Základní terapeutické motto hagioterapie proto zní: „*Nemůžeme-li změnit destruktivní vzorce myšlení, jednání a prožívání, které ovládají psychiku člověka, změňme prostředí, v němž tyto vzorce působí, aby destruktivním vzorcům byla vzata jejich zotročující síla.*“²⁵⁶ Terapeutický proces se tak zaměřuje na proměnu psychického pole člověka, aby nad ním destruktivní vzorce ztratily moc.²⁵⁷ EH uznává, že existuje mnoho způsobů, které vedou ke změně celkové psychické struktury člověka. Za nejmocnější z nich spatřuje tematizaci existenciál.

Ze zkušenosti hagioterapie se existenciální témata (svoboda, vina, smysl, smrt, osamělost...) objevují téměř při každém hagioterapeutickém sezení. Jako nástroj k jejich přiblížení Remeš uvádí otázky typu: „*Kdyby byl tento příběh poselstvím pro Váš život, jak byste mu rozuměli? Kdyby byl tento příběh sen, který by se Vám zdál, jak byste rozuměli, co Vám chce tímto snem říct Vaše nevědomí?*“²⁵⁸ Dále je možné rozprodit diskusi o etických, filozofických

²⁵⁴ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 15–17

²⁵⁵ Tamtéž, s. 31–33

²⁵⁶ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 34

²⁵⁷ Tamtéž, s. 95

²⁵⁸ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 96

a náboženských problémech a dilematech (umírání, samota, víra, trest smrti a jiné). „Koneckonců se dá říci, že tematizace jakýchkoliv existenciál může napomáhat proměně životního pohledu.“²⁵⁹

Prostředek, který člověku pomáhá nahlédnout vlastní destruktivní vzorce, vidí hagioterapie v Bibli. Má za to, že *biblické příběhy* mohou zaujímat *různé funkce*, jež dopomáhají dosažení vytyčeného cíle. Nejdůležitější jsou tři: **okno** (zprostředkování různých pohledů na rozmanité situace), **zrcadlo** (ztotožnění s paralelami, které příběh nabízí) a **most**. Most ze své podstaty spojuje to, co je oddělené – biblický příběh a náš život. Tyto dva elementy se propojí ve chvíli, kdy ve starověké naraci uvidíme sami sebe. Právě to je moment, který dokáže způsobit zásadní proměnu.²⁶⁰

Bezprostředním cílem EH je nové porozumění vlastnímu životu pomáhající ke změně existenciálních struktur. Nové pochopení se utváří rozbitím idealizovaného sebeobrazu a podpořením akceptace odmítaného Já. V tomto procesu hraje opět významnou roli tematizace existenciál, a to předně těch, jež se vztahují k „Transcendentnu v duši člověka.“ Vzdáleným cílem Existenciální hagioterapie je poté změna psychického pole a dosažení nových konstruktivních vzorců chování.²⁶¹

Není to pouze samotná tematizace existenciál, která dává hagioterapii její silný terapeutický potenciál. Důležité je především napětí, které je se základními fundamenty lidského bytí spojeno. Zejména tenze mezi teorií a našim prožíváním. Mezi definicí osamělosti, jejím dělením, a tím, jak ji prožíváme ve svém životě. Lze ji prolomit? A pakliže ano, jak by měl tento vztah vypadat? Je symetrický? Asymetrický? Existuje Bůh, který by k nám vztáhl ruce? Nebo je svět bez Boha a jsme v něm zcela svobodní, avšak zároveň nezrušitelně osamělí a naše osamění můžeme pouze sdílet? Yalome, Bubere, Lévinasi, jak to vše máme zažívat? Tyto otázky jsou důkazem, že bude stále existovat tvořivé napětí mezi tím „*jak dokážeme obecně o existenciálech přemýšlet, a tím, jak je žijeme v událostech svého života a emociálně prožíváme v nejhlubších vrstvách své duše.*“²⁶² S tímto napětím pracuje hagioterapie. Snaží se ho terapeuticky redukovat a zároveň z něho vytváří prostor ke změně.

Než ukončíme tento exkurz, neopomeňme zmínit ještě jeden fakt. Specifikem hagioterapie je její metodologický a/teismus. Na rovině empirické vychází z metodologického ateismu, neboť nepostuluje existenci Boha, ale náboženskost považuje za geneticky podmíněnou sílu duševna. Zároveň se však distancuje od Yaloma, který razí bazální tragičnost a nesmyslnost života.

²⁵⁹ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 96–97

²⁶⁰ Tamtéž, s. 67–69

²⁶¹ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 41–42
Konkrétní podoba terapeutické změny závisí na druhu psychoterapie. Lambert vyjadřuje přibližnou proporcionalitu proměnných, které se podílejí na úspěšnosti terapie takto: 1) ze 40 % se jedná o faktory na psychoterapii nezávislé: okolnosti, které klienta provází, sociální podpora atd. 2) z 30% faktory, které nezávisí na teoretickém zaměření terapeuta: empatie, povzbuzování, vstřícnost atd. 3) z 15 % je to očekávání, že terapie pomůže a uvědomění si děje léčení. 4) dalších 15 % se skládá z psychoterapeutických technik. Ovšem ne vždy má terapie očekávané účinky. Může způsobit i zhoršení psychického stavu. (Lambert podle VYBÍRAL, Zbyněk a Jan ROUBAL, *Současná psychoterapie*. Praha: 2010, s. 34–35)

²⁶² REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 35

Na rovině existenciální proto zastává postulát smysluplnosti a naděje: „Žít, chovat se a rozhodovat tak, jako by byl Bůh, jako by život byl dialog a jako by život měl smysl a naději.“²⁶³ Tuto pozici metodologického teismu považuje za konzistentní s geneticky podmíněnou strukturou lidské psyché.²⁶⁴

6.2 Osamělost a vztah

„A být rukojmím je možná jen tvrdé označení pro lásku.“

– E. Lévinas, Být pro druhého

Víme, že hagioterapie přejímá Yalomovu základní dynamickou strukturu lidského nitra. Dodejme, že EH souzní s její konkretizací z pera Larryho Crabba, který dává tento existenciální model do souvislosti s biblickým příběhem o prvním lidském páru. Bůh poté, co lidé pozřeli plod ze stromu poznání, volá na člověka: „Kde jsi?“ Ten mu zprostřed stromová odpovídá: „Uslyšel jsem v zahradě tvůj hlas a bál jsem se. A protože jsem nahý, ukryl jsem se.“ (Gn 3, 8-11) Crabb praví, že biblický „adam“ (hebrejsky člověk) je ukryt v každém z nás, neboť „na každého člověka a v jakékoli době Bůh volá: ‚Kde jsi ty ve svém světě?‘“²⁶⁵ EH Crabbovi přitakává a biblickou výpověď spojuje se třemi dynamikami, jimiž jsme konstituováni:

- 1) „Jsem nahý.“ → vědomí smrtelnosti (základní poznání, že člověk není více než prach).
- 2) „Bál jsem se.“ → zoufalství a úzkost (základní lidská reakce na smrt je úzkost).
- 3) „Ukryl jsem se.“ → obranná strategie.²⁶⁶

Pro naše téma je důležitá především poslední výpověď. Hagioterapie zde předpokládá, že v centru naší osobnosti stojí dialogické Já, které je schopno autentického vztahování k jiným lidem. Vývojem a zráním dospíváme k dialogickému setkání Já – Ty, a právě v této relaci se s úzkostí vyrovnáváme různými obrannými strategiemi.²⁶⁷ Remeš uvádí, že úzkost zamezuje, abychom chovali k ostatním lidem a k Bohu autentické city, jelikož nás nutí uchýlovat se do různých rolí, čímž se stáváme osamělými.²⁶⁸

Uvedené je pro vymezení osamělosti v kontextu hagioterapie klíčové: člověk je bytost veskrze vztahová a tento vztah má kvalitu Buberova setkání Já – Ty, případně Já – Ono, neboť tato dvě základní slova jsou bez sebe nemyslitelná. Naše Já lze tedy charakterizovat slovy: „Je to já nekonečného rozhovoru. (...) Toto já žilo ve vztahu k člověku, ve vztahu, který se ztělesňuje v rozhovoru. (...) Ani jeho osamělost nemůže být nikdy opuštěností, a jestliže svět mlčí,

²⁶³ Tamtéž, s. 58

²⁶⁴ Tamtéž.

²⁶⁵ BUBER, Martin. *Úvahy o chasidismu*. Praha: 2015, s. 1

²⁶⁶ CRABB, Lawrence J., ALLENDER, Dan. B. *Encouragement*. S. John Bacon: 1985, s. 8-9.

Podle REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 16-17

²⁶⁷ Tamtéž, s. 17

²⁶⁸ Srov. REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše*. Praha: 2013, s. 19

slyší hlas *daimonia*, jak říká Ty.²⁶⁹ V návaznosti na Buberu můžeme tvrdit, že jsme v základu našeho bytí nikoliv individualitou, ale osobou, jejíž podstatou je schopnost vstupovat do vztahu a zít své opravdové bytí.²⁷⁰ V literatuře o EH však najdeme o osamělosti a vztahu pouze nepatrné střípky. Tato existenciála nebyla doposud více rozvinuta, proto nikde nenalezneme charakteristiku setkání s druhým člověkem. Pokusíme se ji nyní rozpracovat, avšak mějme na mysli, že naším cílem není najít řešení, ale spíše otevřít prostor pro diskusi.

Prozatím jsme odkryli, že člověk je bytost vztahová. Hagioterapie ve své existenciální pozici rozvíjí rovněž oblast eticko – morální a vyznačuje se otevřeností pro témata etická a náboženská. Zaměření na tuto hlubší existenciální tematiku dává větší prostor pro proměnu v oblasti osobní zralosti a integrity.²⁷¹ To je důvodem, proč se terapeuti během hagioterapeutických skupin snaží podněcovat rozhovor o morálně – etických otázkách, a vytvářet tak konfrontaci mezi obecnými postoji a životním chápáním.²⁷² Když si tato dvě témata dovolíme propojit, můžeme do naší diskuse povolat i Lévinase, jehož v této práci navrhujeme jako alternativu k Buberovi.²⁷³ Máme za to, že teze tohoto myslitele mohou být pro hagioterapii velmi inspirativní, a to především vzhledem k jeho zásadně etickému zaměření a obdobné výchozí pozice, kterou zastává i jeho starší kolega. Oba považují za zásadní setkáním s druhým, avšak každý rozvíjí jeho odlišnou dimenzi.

Viděli jsme, že Buber klade velký důraz na vzájemnost vztahu Já – Ty. Podle Sirovátky tím zřejmě myslí nutnost vztahu pro rozvinutí lidské osoby a její plnohodnotný život, což je pozice, která je blízká i hagioterapii.²⁷⁴ Lévinas to ovšem odmítá přijmout a trvá na zavedení „paradoxního rozdílu mezi Já a Ty“. Společně s Buberem zdůrazňuje, že ve skutečném vztahu vnímáme druhého v jeho jedinečnosti a celistvosti, čemuž přitakává i Yalom. Avšak to, co Buber ani Yalom hagioterapii nabídnout nemohou, je imperativ, který do této relace vnáší Lévinas. Francouzský filozof přináší do vztahu, a odvažme se říci, že i do celé existenciály osamělosti, ještě další fundamentální záležitost, svobodu, ale diametrálně odlišně, než jak jsme viděli v Yalomově podání. Lévinasova svoboda je svobodou, která se konkretizuje, a zároveň sama sebe omezuje v odpovědnosti za druhého, v jehož tváři se manifestuje bytostná zranitelnost a nuznost. Tvář druhého nás volá ze své nejhlubší nouze, ze své smrtelnosti, a tak proměňuje naši egoistickou osamělost v bytí pro druhého. Etický nárok nás zavazuje a osvobozuje zároveň.²⁷⁵ Lévinas chce ukázat tento etický vztah jako pramen etiky samotné a je bytostně přesvědčen, že jakýkoliv etický nárok je nemyslitelný bez přítomnosti konkrétního člověka.²⁷⁶

²⁶⁹ BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 55

²⁷⁰ BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 53-54

²⁷¹ Srov. REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 90

²⁷² Tamtéž, s. 93

²⁷³ Pouze na poli hagioterapeutického vymezení osamělosti.

²⁷⁴ SIROVÁTKA, Jakub. *Asymetrie versus symetrie: Emmanuel Lévinas a Martin Buber*. In: SIKORA, Ondřej a Jakub SIROVÁTKA. *Lévinas v konfrontaci*. Praha: 2019, s. 85

²⁷⁵ Tamtéž, s. 82

²⁷⁶ Tamtéž, s. 81

A ještě dále. Buber hagioterapii nabízí pouze vztah Já a Ty, vztah dvou bytostí. Lévinas však činí expanzi této základní relace a zahrnuje do ní i „třetího“ (*le tiers*), tedy „druhé lidi Druhého.“²⁷⁷ Druhý není pustý ostrov, ale láskyplně se vztahuje k jiným lidem, a pakliže se i my s láskou vztahujeme k němu, spadají do našeho vztahu i milované bytosti druhého. Láska nemá hranice, odkazuje vždy mimo sebe. Takovéto pojetí je však pouze jedna dimenze „třetího“, jež je spíše naší interpretací.

Lévinas jde ještě dále a do tohoto „pojmu“ zahrnuje celé lidstvo. Společenství s druhými nemá charakter soběstačného Já a Ty, které by zapomínalo na veškerenstvo.²⁷⁸ „*Ono ty se staví před my. Být tímto my neznamena navzájem se ‚srážet‘, anebo bok po boku sledovat společný cíl. Přítomnost tváře – nekonečno Jiného – je nouze, přítomnost kohosi třetího (to jest celého lidstva, které se na nás dívá) a je to příkaz příkazující příkazovat. (...) ‚Všechny společenské vztahy se jako derivace odvozují z prezentace Jiného Stejnému výhradně výrazem tváře, tedy bez jakéhokoliv zprostředkování obrazem či znakem. (...) Původní faktum bratrství je dáno mou odpovědností vůči tváři (...) Sám status lidství v sobě zahrnuje bratrství a ideu lidského rodu.‘*“²⁷⁹

Podle našeho názoru může Lévinas hagioterapii nabídnout krok k rozvinutí jejího uchopení bytostného vztahu. A nejen to. Jeho dílo je prodechnuto etickým rozměrem a skrývá mnoho dalších obsahů, které by mohla hagioterapie v rámci svých terapeutických skupin tematizovat, a rozdmýchat tak hluboká existenciální témata. Jako příklad uveďme nástin úvodních otázek, které je možné využít při vstupní části skupinového setkání:

- 1) Je vůbec možné hovořit o nějakém etickém lidství, které je v nás přítomno, když víme, jakých hrůz je člověk schopen?
- 2) Bojíme se smrti kvůli tomu, že zanikneme, nebo kvůli její jinakosti? Nebojíme se spíše toho, že ji vůbec neznáme, jejího neočekávaného příchodu a možné bolesti než toho, že „nebudeme“?
- 3) Co si myslíte o tom, že osamělost je jenom náš egoismus?
- 4) Představte si situaci, že se Váš/Vaše partner/partnerka opije a naprosto opilý/á Vám volá, že sedí na obrubníku a nemůže dojít na autobus. Vy jste zrovna na firemní akci, kde prezentujete důležitý projekt. Pojedete ihned pro ni/něj? A když ano, tak proč? Kde je Vaše svoboda?

²⁷⁷ Tamtéž, s. 86

²⁷⁸ LÉVINAS, Emmanuel. *Totalita a nekonečno: (esej o exterioritě)*. Praha: 2020, s. 188

²⁷⁹ LÉVINAS, Emmanuel. *Totalita a nekonečno: (esej o exterioritě)*. Praha: 2020, s. 188-189

6.2.1 Transcendentno

„Ale transcendence právě vzdoruje totalitě a vymyká se pohledu, který by ji chtěl zvenčí zahrnut.“

– E. Lévinas, Totalita a nekonečno

Podle Remeše stojí „každá existenciální psychoterapie před výzvou, jak se vypořádat s otázkou transcendence.“²⁸⁰ Uvedli jsme, že specifíkem EH je její metodologický a/teismus. Podívejme se nyní blíže na jeho existenciální část, religiózní dynamiky člověka. Začneme tím, že Yalom nahlíží na víru v absolutního zachránce (osobního Boha)²⁸¹ a vlastní výlučnost jako na dvě základní obrany, popření smrti, a spojuje s nimi různé formy psychopatologie.²⁸² EH na rovině intrapsychické uznává, že náboženství mohou budovat účinné obrany umožňující vypořádat se s hrůzou z vlastní konečnosti, ale distancuje se od jeho tragického pojetí lidské existence.²⁸³

Jak tedy hagioterapie nahlíží na vztah k Bohu? Prostorem, kde vztah k Bohu ve svém nitru zažíváme, je existenciální pole s názvem náboženskost, která je pokládána za geneticky podmíněnou.²⁸⁴ Wilson tvrdí, že „dispozice k náboženské víře je nejsložitější a nejmocnější síla v lidské psychice a velmi pravděpodobně nevykořenitelná součást lidské přirozenosti.“²⁸⁵ EH zdůrazňuje tři základní konfigurace náboženskosti, jež se odehrávají na rovině kognitivity, emocionality a existenciality. Oblast kognitivity představuje náboženská víra. Hagioterapie se domnívá, že v rozměru víry o Bohu nelze hovořit jinak než dialogicky, vztahovat se k Němu jako k Věčnému Ty.²⁸⁶ Pakliže o něm budeme hovořit z pozice třetího členu, zcela se s ním mýjíme. Halík tuto skutečnost ilustruje na Ježíšovi: „Ježíš sám je po celý život v trvalém rozhovoru s Otcem – ba i onen výraz nejhlubší vzdálenosti (...) ‚Bože můj, proč jsi mne opustil?‘, je vyřčen jako přímá otázka, byť zdánlivě padající do černého prázdna.“²⁸⁷ Ježíšovo zvolání k Otci tak nepramení z naprostého opuštění, jelikož i s Visicím na kříži bylo přítomno Věčné Ty jako adresát jeho otázky. Nazaretského život byl i v okamžiku smrti bytostným rozhovorem, o kterém můžeme říci, že signalizoval zralost jeho víry. Hagioterapie totiž předpokládá, že čím zralejší je víra, tím více se život proměňuje v dialog, v setkání.²⁸⁸

²⁸⁰ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 20

²⁸¹ Yalom však víru v absolutního zachránce neomezuje pouze na víru v osobního Boha, ale poukazuje na fakt, že někteří lidé objevují zachránce nejen v „nadpřirozené bytosti“, avšak například i v nějakém vůdci či vyšším principu. (YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 144)

²⁸² YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 131

²⁸³ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 44

²⁸⁴ Tamtéž, s. 21

²⁸⁵ WILSON, Edward O. *O lidské přirozenosti: máme svobodnou vůli, nebo je naše chování řízeno genetickým kódem?* Praha: 1993, s. 163

²⁸⁶ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 44

²⁸⁷ HALÍK, Tomáš. *Oslovit Zachea*. Praha: 2003, s. 263

²⁸⁸ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 24

A konečně: víra má podle EH moc formovat život. Máme za to, že pro rozvinutí uvedené myšlenky může být inspirativní Buber, jenž rovněž tvrdil, že z okamžiku setkání s Věčným Ty člověk vychází proměněn, něco se s ním stává. V tomto daru, který nemá povahu obsahu, ale okamžiku a síly, si dovolíme rozkrýt následující:

- 1) terapeutický potenciál → Něco, o čem ani náznakem nemůžeme říci, jaké je to povahy, nám dává pocítit plnost vzájemnosti, sepětí a *přijetí*.
- 2) potvrzení existenciálního smyslu → v horizontu Věčného Ty již nemůže být nic nesmyslné.
- 3) potvrzení plného vztahu ke světu → smysl musíme osvědčovat v tomto životě a ve vztahu k našemu „pozemskému světu“. Takovýto svět můžeme vykreslit jako místo, kde přitakáváme svému bytostnému Já a vstupujeme do dialogu života.²⁸⁹

Hagioterapie ovšem neakcentuje pouze prožitkové pole Já a Ty, ale je si vědoma i fascinující nicotnosti a nepatrnosti, kterou pocítujeme „*tváří v tvář nekonečnému, vznešenému a uchvacujícímu Majestátu*.“²⁹⁰ Tímto tvrzením tak zdůrazňuje naprostou transcendenci Transcendence. Tyto dva momenty naší relace k Transcendentnu – blízkost a vzdálenost – do určité míry tematizuje i Lévinas. Proto si jej opět dovolíme přizvat a nabídnout tak jeho myšlenkové bohatství.

Lévinas rozvíjí otázku po Bohu dvojím způsobem. První způsob je zdůraznění Jeho absolutní jinakosti a asymetričnosti našeho vztahu k Němu. Pro vyjádření této skutečnosti označuje Nekonečno třetí osobou jednotného čísla, tedy neologismem *Illeité/Onost*.²⁹¹ Na stranu druhou, jak jsme viděli již v páté kapitole, vztahuje Boha do bezprostřední blízkosti tváře Druhého. Právě tato zakotvenost v konkrétních situacích lidského žití je to, co může blíže ozřejmit naše prožívání. Máme za to, že Buberovy relace Já – Ty a Já – Ono tuto skutečnost hagioterapii nabídnout nemohou. Buberovi totiž chybí „fenomenologický postoj“ ozřejmování „abstraktních pojmů“ na konkrétních fenoménech každodenního života. To je důvodem, proč by mohl mít čtenář „Já a Ty“ pocit, že se mu význam slov ztrácí v neuchopitelné formulaci jejich autora. V posledku všech věcí se tak bytostný vztah Já – Ty z důvodu nedostatečné projasněnosti může proměnit v jeho protiklad, neboť jeho plnost může zůstat skryta. To ovšem neznamená, že popíráme předchozí řádky o našem bytostném dialogickém určení. Hagioterapie s touto psychologickou zkušeností pracuje a staví ji do jádra osamělosti, aby tak zničila její moc. I Buber se snaží vyhnout jakémukoliv idealismu: „*Tuto podstatně dvojí povahu světa nelze překonat tím, že se budeme dovolávat "světa idejí" jako něčeho třetího, co je nad protiklady*.“²⁹² Pouze se snažíme poukázat, že Lévinas oproti Buberovi více předkládá konkrétní fenomény na reálných životních situacích.

²⁸⁹ Srov. BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 87-88

²⁹⁰ REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 26

²⁹¹ SIROVÁTKA, Jakub. *Asymetrie versus symetrie: Emmanuel Lévinas a Martin Buber*. In: SIKORA, Ondřej a Jakub SIROVÁTKA. *Lévinas v konfrontaci*. Praha: 2019, s. 87

²⁹² BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 46

Existuje ještě jedna věc, kterou bychom chtěli zmínit, a jež by mohla představovat alternativu k hagioterapeutickému pojetí hluboké náboženské zakořeněnosti člověka. Lévinas tvrdí, že „na transcendenci, jak Metafyzik tento pohyb označuje, je pozoruhodné to, že vzdálenost, již vyjadřuje – na rozdíl od všech vzdáleností-, vchází do způsobu existence vnější bytosti.“²⁹³ U Lévinase nastává „antropologický obrat“ – otázka po Bohu mění svůj směr a stává se otázkou po člověku.²⁹⁴ Tato otázka, která se pokládá v relaci k Transcendentnu, není pouze „sterilní teorií“ vyjadřující obecné uvažování nad lidským údělem, ale vstupuje přímo do nás, jsme možná jejím původním bydlištěm.

Rahner uvádí lidské tázání do souvislosti se zakoušením radikální konečnosti „pozemského žití“, v jejíž uvědomění, které se děje zároveň s jejím překročením, se člověk zakouší „jako bytost transcendence, jako duch. Nekonečný horizont lidských otázek je zakoušen jako takový horizont, který se stále vzdaluje, čím více odpovědi člověk dokáže najít.“²⁹⁵ Tázání je tak nikdy nekončícím procesem, jelikož je neustále živeno neúnavným generováním dalších a dalších otázek. Člověk ovšem nepravne poznat to, co o sobě již ví, ale to, co se skrývá v blízkosti Boží, v horizontech, kam jeho oko již nedohlédne. Touží po odpovědi na skutečnost, že „Bůh stvořil člověka, aby byl jeho obrazem, stvořil ho, aby byl obrazem Božím, jako muže a ženu je stvořil.“ (Gen 1,27)²⁹⁶ Dalo by se říci, že toto „chybění“ představuje jednu z existenciál, která tvoří dynamiku člověka a neustále obrací jeho oči za obzor poznatelného.

6.2.2 Výstup z osamělosti

„Když to řekl, zvolal mocným hlasem: ‚Lazare, pojd' ven!‘“ (J 11, 43)

Prozatím zůstává nezodpovězena otázka: Jaký pohled má hagioterapie na samotnou existenciálu osamělosti? Abychom našli odpověď, vraťme se na chvíli zpět do biblického ráje. Doposud víme, že poté, co první lidský pár pojedl ze stromu poznání, začal se před Hospodinem skrývat. Lidé si totiž uvědomili, že jsou nazí. Na Boží otázku po původu tohoto poznání odpověděli: „Žena, kterou jsi mi dal, aby při mně stála, ta mi dala z toho stromu a já jsem jedl.“ Proto řekl Hospodin Bůh ženě: ‚Cos to učinila‘ Žena odpověděla: ‚Had mě podvedl a já jsem jedla.““ (Gen 3, 12-13) Středobodem tohoto příběhu je emancipace a vzpoura. Lidé se odvrátili od cíle svého života, žití v dialogu, setkání se svým bližním v relaci Já – Ty, a postavili se proti sobě. Vzájemně se nepodpořili, ale shazovali se, svalovali vinu jeden na druhého. Jejich vzpoura

²⁹³ LÉVINAS, Emmanuel. *Totalita a nekonečno: (esej o exterioritě)*. Praha: 2020, s. 21

²⁹⁴ VIK, Dalibor. *Vyjádrít to lidské v člověku*. In: VOGEL, Jiří, Zdeněk KUČERA a Dalibor VIK (et al.). *Náboženství a teologie ve filosofické reflexi: mezi modernou a postmodernou*. [Chomutov]: Pontes pragenses (L. Marek), 2012, s. 198

²⁹⁵ RAHNER, Karl. *Základy křesťanské víry*. Svitavy: 2002, s. 65

²⁹⁶ Srov. VIK, Dalibor. *Vyjádrít to lidské v člověku*. In: VOGEL, Jiří, Zdeněk KUČERA a Dalibor VIK (et al.). *Náboženství a teologie ve filosofické reflexi: mezi modernou a postmodernou*. [Chomutov]: Pontes pragenses (L. Marek), 2012, s. 198

vedla do osamělosti a sobectví.²⁹⁷ Vidíme, že osamělost se v hagioterapii vyjevuje jako porušení mezilidských vztahů, odcizení od bytostného Já, jehož podstatou je rozhovor. Povšimněme si ještě jedné souvislosti. Jedná se o vstup do osamělosti a sobectví. Jako kdyby autentické vztahování souviselo s etikou. Povězme, nevyvstal nám zde další prostor, jenž by v rámci hagioterapie mohl být artikulován v souvislosti s Lévinasem? Koneckonců spojení vztahovosti a etiky zde bylo již několikrát zmíněno.

A konečně. Má podle hagioterapie osamělost východisko? Nebo je nezrušitelná, jak tvrdí Yalom? Podle EH je vnitřní dynamika člověka složena z boje mezi vztahovostí a osamělostí. Yalomovo pojetí osamělosti je pro hagioterapii obohacující. Sympatizuje s jeho dělením osamělosti na interpersonální, intrapersonální a existenciální. Taktéž vnímá jako užitečné terapeutické techniky, které Yalom při práci s osamělostí zavádí.²⁹⁸ Podle hagioterapie člověk může prožívat to, že z osamělosti nelze vystoupit. Jedná se ovšem o individuální prožitek na rovině konkrétního jedince! Ve své teorii se však EH od Yaloma distancuje a kloní se k Buberovi a Lévinasovi, kteří říkají, že osamělost lze prolomit vztahem.

Jakou podobu má vztah, který je schopen prolomit osamělost? Přesnou odpověď podat nelze, jelikož tato problematika v hagioterapii prozatím nebyla definována. Necítíme se být nikterak schopní či povolání obsah tohoto vztahu přesně konkretizovat, avšak můžeme navrhnout cestu, kterou se lze ubírat. Zkusme se na tento problém podívat z trochu jiné perspektivy. Remeš uvádí náznaky, **jaký by takový vztah neměl být.** Když se je pokusíme systematizovat, objeví se tři typy „poškozených vztahů“:

- 1) Touha po absolutním splynutí s druhým jedincem, s hnutím, sociální skupinou, Bohem, jež ničí naše jáství.
- 2) Nahrazení Ty objektem sexuality.
- 3) Druhý jako inventář slávy, moci a touhy zanechat nesmazatelnou stopu ve vzpomínkách lidí.²⁹⁹

Můžeme říci, že první z nich nachází svou paralelu ve Frommově symbiotickém spojení a svůj nepoškozený protiklad v lásce zralé, která překonává pocit osamění, aniž by redukovala plnost druhého: „*V lásce dochází k paradoxu, že dvě bytosti splynou vjedno, a přece zůstávají dvě.*“³⁰⁰ Třetí vztah se podobá sobecké D – lásce a neporušený protiklad nalézá v lásce nesobecké, jež nic nežadá a vytváří tak prostor pravého přijetí. Společně je pak, i s druhým pojetím, můžeme shrnout do věty, že „*osamělost nezruší Druhý jako alter ego, Platónova interpretace Erótu, vztah jako*

²⁹⁷ Srov. REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše*. Praha: 2013, s. 139-140

²⁹⁸ Pakliže by se chtěl čtenář s těmito technikami seznámit, nalezne je zde: YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2020, s. 423-446

²⁹⁹ Srov. REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše*. Praha: 2013, s. 171-172

³⁰⁰ FROMM, Erich. *Umění milovat*. Praha: 1966, s. 22

připoutání k druhému, ani společenství kolem třetího, neutrálního členu.“³⁰¹

Učinili jsme tedy negativní vymezení s možným nástínem „zralého vztahu.“ Ale jak jej uchopit v jeho plnosti? Uvažme. Jestliže je cílem člověka setkání s bližním v kvalitě Já – Ty, měl by to být pravděpodobně vztah autentický, nečinící z druhého předmět našich tužeb a přání. Ale jak postoupit dále? Jedná se o vztah symetrický? Asymetrický? Lévinas, nebo Buber? Oba? Tyto otázky ponechme k úvaze samotné hagioterapii.

V závěru se vyjádřeme k poslední otázce. Hraje ve výstupu z osamělosti nějakou roli vztah s Bohem? Odpovězme, že ano. A jedná se o úlohu velmi zásadní. Hagioterapie totiž výstup z osamělosti zdůrazňuje především na rovině vztah Bůh – člověk, který se, jak jsme již uvedli, děje opět v dialogickém setkání. Na tuto spojitost nahlíží z pozice psychologie, neboť předpokládá přítomnost nábožensko – spirituálních struktur v lidské psychice, jež jsou nezbytné pro naše zdravé fungování.³⁰² Přítomnost Boží se pak konkretizuje právě v těchto psychických konstrukcích, jimiž se ale nepopírá skutečná Boží existence.

O pár stránek výše jsme charakterizovali naše Já v kontextu hagioterapie slovy: „*Ani jeho osamělost nemůže být nikdy opuštěností, a jestliže svět mlčí, slyší hlas daimonia, jak říká Ty.*“ Nyní se může vyjevit daleko hlubší význam tohoto vnitřního hlasu. Hagioterapie totiž tvrdí, že vztah k Bohu je naší bytostnou součástí. Proto se dá říci, že naše osamělost není nikdy opuštěností. Bůh přebývá v našem nitru jako „tichá spoluúčasť“ každého lidského kroku. Naše dialogické Já má po svém boku partnera, kterého může s láskou oslovit a důvěřovat, že jeho slova nezůstanou bez odezvy. Ovšem domníváme se, že každý, kdo v sobě objevil hloubku náboženskosti přitaká, že jsou v životě situace, kdy se tato slova jeví jako na míle vzdálená. Společně s žalmistou tak můžeme vyznat: „*Hospodine, nakloň ucho, odpověz mi, jsem tak poníženy, zubožený. Ochraňuj mě, jsem tvůj věrný, spas, můj Bože, svého služebníka, který v tebe doufá. Smiluj se nade mnou, Panovníku, po celé dny k tobě volám. Vlej do duše svého služebníka radost, k tobě, Panovníku, pozvedám svou duši, neboť ty jsi, Panovníku, dobrý a nabízíš odpuštění; ke všem, kdo tě volají, jsi nejvyšší milosrdný.*“ (Ž 86, 1-5)

Pamatujme, že se výše uvedené nachází na rovině teoretické. EH jako každá správně mířená intervence vůči člověku vychází vždy z místa, kde stojí její uživatel. Proto hagioterapie na prožitkové úrovni akceptuje i pozici Yaloma, jelikož si uvědomuje, že každý člověk je zcela jedinečný. Jsme jako zrnka písku. Každé je jiné, má svébytný tvar a v závislosti na jeho typu i různé vlastnosti. A ačkoliv jsou velmi nepatrná a můžeme je mělnit ve svých dlaních, jsou schopná zformovat se do závratných výšin.

³⁰¹ Srov. LÉVINAS, Emmanuel. *Existence a ten, kdo existuje*. Praha: 2009, s. 71

Jedná se však pouze o příklady. I Buberův či dokonce Yalomův „obrný vztah“ má podobné charakteristiky. Autoři většinou obsah „bytostného vztahu“ vyjadřují podobnými vlastnostmi.

³⁰² Srov. REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 8

7. Empirická část

„Není svobodný ten, kdo nedobyl říši sebe sama.“
– Pythagoras

V této části práce se budeme zabývat otázkou „**Jak prožívají účastníci Existenciální hagioterapie osamělost?**“ Přestupujeme tedy k druhému cíli, k jehož naplnění bude užita metoda Interpretativní fenomenologické analýzy. V duchu fenomenologie, která tiše prostupuje touto prací, se obrátíme od „abstraktních pojmů k žité zkušenosti“. Dílčí otázky kladené respondentům vycházely z teoretické části práce. Získaným datům se budeme blíže věnovat v následující kapitole. Nyní se zaměříme na popis realizace výzkumu.

7.1 Cíle výzkumu a výzkumná otázka

Položme si otázku: Proč se zabývat osamělostí v kontextu Existenciální hagioterapie? Existuje nějaká studie, která by se jí věnovala, a na jejímž základě bychom mohli najít ospravedlnění pro tuto práci? Nalezneme něco, co by nám říkalo, že existuje mezera ve zkoumání, která potřebuje zaplnit? Nikterak. Pohybujeme se v prázdném prostoru. A není snad právě tato prázdnota důvodem proč se začít ptát? Nevychází z ticha nejvíce otázek? Potřeba tedy pramení z nutnosti udělat první krok, začít více zkoumat jednotlivé existenciály.

Cílem výzkumu je odpovědět na základní výzkumnou otázku, která byla koncipována takovým způsobem, aby odpovídala požadavkům Interpretativní fenomenologické analýzy. Výzkumná otázka se v rámci IPA³⁰³ ptá, „*jak určitý jednatel nebo skupina vnímají nebo prožívají určitou situaci, s níž jsou konfrontováni, a jakým způsobem této zkušenosti přisuzují smysl.*“³⁰⁴ Je primárně zaměřena fenomenologicky, na porozumění určitému fenoménu. Měla by tedy spíše explarovat, nikoliv objasňovat, a zaměřuje se spíše na význam než na příčiny a důsledky. To je důvodem, proč je formulována otevřeně, avšak nesmí být přespříliš široká. Velmi často se v její formulaci objevují termíny jako prožitek či zkušenost.³⁰⁵ S ohledem na výše uvedené má naše výzkumná otázka takovéto znění: „**Jak prožívají účastníci Existenciální hagioterapie osamělost?**“

³⁰³ Interpretativní fenomenologická analýza

³⁰⁴ KOUTNÁ KOSTÍNKOVÁ Jana a Ivo ČERMÁK. *Interpretativní fenomenologická analýza*. In: ŘIHÁČEK, Tomáš, Ivo ČERMÁK a Roman HYTYCH. *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: 2013, s. 12

³⁰⁵ Tamtéž, s. 13

7.2 Metoda a její limity

IPA představuje kvalitativní přístup k datům, u jehož počátku stál v 90. letech minulého století **Jonathan A. Smith**. Její základ tvoří zaměření na porozumění žité zkušenosti a její podrobnou exploraci.³⁰⁶ Interpretativní fenomenologická analýza vyrůstá z následující trichotomie: *fenomenologie, hermeneutika a idiografický přístup*.³⁰⁷

1) Fenomenologie

Za zakladatele tohoto filozofického směru bývá považován Edmund Husserl, původním vzděláním matematik, který vycítil hlubokou krizi vědy spočívající v neschopnosti hovořit o otázkách poslední, existenciální pravdy. Věda vytváří exaktní svět, který se čím dál více vzdaluje od žité zkušenosti. Husserl praví, že je třeba obrátit zrak zpět před vědecké bádání, přímo ke kořenům věcí samých. A to s přímým náhledem, nikoliv zprostředkovaně. Dle Husserla musíme vystoupit za horizont neosobního a odstranit třetí osobu, která nám zprostředkovává náhled na život. Návrat k původní přítomnosti smyslu by měl překonat onu krizi, ve které se věda ocitla.³⁰⁸ Podle Kostínkové a Čermáka však klasická fenomenologie zachycuje zkušenost pouze deskriptivně, neboť jen tak lze postihnout čistý fenomén nezkreslený zkušeností interpretujícího. IPA souvislost s fenomenologií spatřuje zejména v hledání žité zkušenosti, ovšem fenomenologii úzce spojuje s hermeneutikou.³⁰⁹ To je důvodem, proč se IPA přiklání rovněž k Heideggerovi a jeho „hermeneutické fenomenologii“. Smith praví, že rozhodujícím rysem „Bytí a času“ je „*Heideggerovo čtení fenomenologie hermeneutickou optikou*“.³¹⁰ Heidegger ve svém nejznámějším díle píše, že „*Λόγος fenomenologie pobytu má charakter ἐμφανεύειν, jímž pro porozumění bytí, které patří k pobytu samému, vyvstává vlastní smysl bytí, a základní struktury jeho vlastního bytí*“.³¹¹ Toto propojení fenomenologie s hermeneutikou je pro IPA příznačné.

2) Hermeneutika

V rámci Interpretativní fenomenologické analýzy sice výzkumník fenomenologicky interpretuje zkušenost respondenta, ale zároveň si uvědomuje, že velkou roli hraje i jeho vlastní zkušenost a náhled na svět. Prekoncepce tedy nemusí být nutně „uzávorkovány“, odstraněny,

³⁰⁶ Tamtéž, s. 10

³⁰⁷ Tamtéž, s. 9

³⁰⁸ PETŘÍČEK, Miroslav. *Úvod do (současné) filosofie: [11 improvizovaných přednášek]*. Praha: 1997, s. 20-23

³⁰⁹ KOUTNÁ KOSTÍNKOVÁ Jana a Ivo ČERMÁK. *Interpretativní fenomenologická analýza*. In: ŘIHÁČEK, Tomáš, Ivo ČERMÁK a Roman HYTYCH. *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: 2013, s. 10

³¹⁰ SMITH, Johann A., Paul FLOWERS a Michael LARKIN. *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research*. London: 2009, s. 18

³¹¹ HEIDEGGER, Martin. *Bytí a čas*. Praha: 2018, s. 54

ale jsou nezbytné k tomu, aby mohl být zachycen význam zkušenosti participanta.³¹² Součástí IPA je rovněž práce s **hermeneutickým kruhem**, který se zaměřuje na dynamický vztah mezi částí a celkem, a to na několika úrovních. Uveďme příklad: význam slova se začne objasňovat teprve v kontextu celé věty a naopak, význam věty závisí na významu jednotlivých slov. Navíc je interpretace části textu viděna v rámci výzkumníkovy historie výkladů předchozích textů, například toho, co dříve četl. Ačkoliv přístupy ke kvalitativní analýze jsou popisovány lineárně, IPA je analýzou iterativní a v jejím rámci je možno pohybovat se v textu tam a zpět.³¹³

3) Idiografický přístup

Idiografie se zabývá něčím konkrétním. IPA se zaměřuje na toto určité ve dvou perspektivách: a) v zaměření na detail v rámci hloubky své analýzy, b) v porozumění, jak jsou konkrétní zkušenostní fenomény chápány konkrétními lidmi v konkrétním kontextu.³¹⁴

Po popisu metody však nesmíme opomenout její **limity**. První z nich lze spatřovat již ve výzkumné otázce a vedení rozhovoru. Sporné může být to, že některé otázky, například úvodní, nemusí odpovídat formulované výzkumné otázce, což pramení z narativního modu rozhovoru, který je v IPA aplikován.³¹⁵ Na základě naší zkušenosti však nemůžeme říci, že by se tento bod týkal i předkládané práce.

To, co se stalo pro náš výzkum aktuální, je otázka subjektivity výzkumníka, případně celého výzkumného procesu. Jak již bylo naznačeno, subjektivitu v kontextu IPA netřeba demonizovat, neboť „*je vnímána jako přednost – jednak je reflektována, jednak jedině ona nám umožňuje vstup do zkušenosti své i druhého, jednak nic jiného nemáme a jednak je nástrojem validizace.*“³¹⁶ I přesto s ní musíme počítat jako s určitým limitem, s kterým se lze vyrovnat co největší transparentností výzkumného procesu. Aby byl v co největší míře zachován původní význam myšlenek respondentů, bylo během rozhovoru využito aktivní naslouchání, ponejvíce technika shrnutí, která byla aplikována vždy po dokončení určitého tematického celku. I případný „zárodek interpretací“ byl s respondenty probrán během samotného rozhovoru. Proti zkresení bylo dále užito zejména neustálé opírání o slova respondentů. Tuto snahu kotvit jakékoliv interpretace v přímých citacích participantů uvidíme v následující kapitole.

Poslední uvědomovaný limit, který můžeme na základě naší zkušenosti zmínit pramení z využití techniky během rozhovoru. Patrně se jedná o nevyhnutelné riziko jeho zaznamenávání.

³¹² KOUTNÁ KOSTÍNKOVÁ Jana a Ivo ČERMÁK. *Interpretativní fenomenologická analýza*. In: ŘIHÁČEK, Tomáš, Ivo ČERMÁK a Roman HYTYCH. *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: 2013, s. 11

³¹³ SMITH, Johann A., Paul FLOWERS a Michael LARKIN. *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research*. London: 2009, s. 28

³¹⁴ Tamtéž, s. 29

³¹⁵ KOUTNÁ KOSTÍNKOVÁ Jana a Ivo ČERMÁK. *Interpretativní fenomenologická analýza*. In: ŘIHÁČEK, Tomáš, Ivo ČERMÁK a Roman HYTYCH. *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: 2013, s. 39

³¹⁶ Tamtéž, s. 11

Stalo se, že některé věty byly méně srozumitelné, s čímž se však šlo vyrovnat opakovaným a pečlivým přehráváním problematické části rozhovoru. Nelze opomenout ani to, že byly dva rozhovory realizovány online formou, která je zcela závislá na kvalitě internetového připojení. U jednoho rozhovoru se nám stalo, že se na určitý časový úsek nepřenášel obraz respondenta, což sice neovlivňuje záznam jeho slov, avšak může to negativně působit na vzájemné interakce. S tímto limitem jsme se vyrovnali jeho tematizací a zamezením poruch v komunikaci.

7.3 Participanti výzkumu

Pro výběr participantů byla zvolena nejrozšířenější metoda při aplikaci kvalitativního výzkumu – **záměrný výběr participantů**. Respondenti byli vybráni podle určitých vlastností a stavu (pro nás příslušnost k určité skupině) a samozřejmě též podle ochoty se do výzkumu zapojit.³¹⁷

Interpretativní fenomenologická analýza obvykle pracuje s nižším počtem respondentů. Pro studentské práce typu magisterské se doporučuje vzorek o 3-6 respondentech. V souladu s tímto kritériem byl pro náš výzkum zvolen $N=3$ a byly tak provedeny celkem tři rozhovory. Pro výběr respondentů byla stanovena následující kritéria:

- 1) Účast na sebezkušnostní hagioterapeutické skupině.
- 2) Ochota hovořit o svých zkušenostech s osamělostí.

Při výběru jsme s důvěrou vycházeli ze zkušenosti hagioterapie, která ukazuje, že se existenciální témata vynořují téměř při každém setkání nad textem. Tím pádem by pro respondenty neměla být zcela neznámá.³¹⁸ Participanti byli osloveni na hagioterapeutickém setkání, kde jim byl stručně vysvětlen záměr a průběh výzkumu. Po svolení obdrželi email s většími podrobnostmi, čímž se navázala užší spolupráce.

7.4. Sběr dat

Výzkum byl realizován v červnu 2022 a pro jeho naplnění byla zvolena Interpretativní fenomenologická analýza. Sběr dat pro předkládaný výzkum probíhal současně se sběrem dat pro výzkum, který vedla kolegyně Bc. Eliška Nečasová. Participanti byli nejprve o možnosti výzkumu informováni vedoucími terapeuty. Poté, co souhlasili s naší návštěvou, jsme jim s kolegyní v rámci etiky výzkumu, tedy z důvodu, aby potenciální respondenti nebyli zbytečně přetěžováni, společně vysvětlily průběh výzkumu a naši motivaci. Celkově souhlasili s výzkumem 4 respondenti, ale v následné komunikaci pokračovali jen respondenti 3. Konečný počet respondentů se ustálil na $N=3$. Další komunikace již byla vedena odděleně. Po osobním setkání byl participantům zaslán email, který obsahoval představení výzkumu a jeho cíle, předpokládanou dobu trvání a místo

³¹⁷ MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: 2006, s. 135

³¹⁸ Srov. REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: 2019, s. 96

konání. Dále plán rozhovoru a informovaný souhlas. Jeden rozhovor byl realizován osobně, zbývající dva z důvodu větší preference respondentů online formou.

Jak již bylo uvedeno, sběr dat probíhal současně s výzkumem Bc. Elišky Nečasové. Na počátku rozhovoru jsme s respondenty prošli informovaný souhlas, který všichni potvrdili. S respondenty jsme se seznámily již na osobním setkání v rámci večerní skupiny hagioterapie, takže jsme se pouze krátce připomněly, ještě jednou představily výzkum a zdůraznily jejich anonymitu a možnost na otázky neodpovídat. Též jsme participanty obeznámily s tím, kdy budeme spouštět a vypínat nahrávání. Všichni si před zahájením prošli otázky, takže pro ně nebyl problém odpovídat. Kvitovali, že si je mohli přečíst předem, protože vyžadovaly delší zamyšlení. Délka rozhovoru se pohybovala kolem 1 hodiny a 45 minut s tím, že každá z nás měla přibližně 50 minut.

V rámci Interpretativní fenomenologické analýzy byl využit **polostrukurovaný rozhovor**. Orientovaly jsme se podle souboru otázek, jehož pořadí nemuselo být striktně dodržováno, a pakliže respondent začal hovořit o nějakém tématu dříve, pokojně ho mohl rozvíjet. Během rozhovoru došlo k použití tzv. *inquirů*, vysvětlení a upřesnění odpovědí účastníků. Účastníci byli například požádáni o dovysvětlení některých jejich výpovědí a skrze doplňující otázky bylo téma rozpracováno do hloubky. U polostrukurovaného rozhovoru máme tedy definované jádro, otázky pokládáné respondentům, ale ty se obvykle liší od původního pořadí a vyskytují se i drobné nuance ve znění a stylu jejich pokládání.³¹⁹

Participanti měli možnost si vybrat, kterým tématem (naše téma/ téma slečny Nečasové) chtějí začít. Navzájem jsme si s kolegyní do témat nezasahovaly. Když hovořila jedna, druhá setrvala v tichém přihlížení. Výjimku tvořila otázka: „*Když přemýšlíte nad odpovědností za Váš život, do jaké míry máte pocit, že to leží jen na Vás, a do jaké míry v tom hraje roli zásah transcendentna (osud, Bůh, vesmír a jiné)?*“, kterou jsme měly společnou, jelikož oběma vyplynula z teoretické části práce. Praxe probíhala tak, že otázka byla zařazena do části, kdy se ptala kolegyně Nečasová a společně jsme se respondentů případně doptávaly.

Rozhovor byl zahájen obecnou otázkou: „*Co pro Vás znamená osamělost?*“ Stalo se, že respondenti začali do odpovědi zahrnovat i témata z ostatních otázek, ke kterým jsme se postupně volně přesunuli. Na konci rozhovoru, po ukončení nahrávání, proběhla jeho krátká reflexe a respondentům byl dán prostor vyjádřit své emoce, případně položit otázky, které chtěli vědět.

³¹⁹ Srov. MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: 2006, s. 160

7.5 Etika výzkumu

Předkládaný výzkum byl realizován v souladu s etickými normami výzkumu. Podle Miovského se jedná o následující body:³²⁰

- 1) Souhlas s účastí ve výzkumu.
- 2) Ochrana soukromí a osobních údajů účastníků výzkumu.
- 3) Odměna účastníkům výzkumu.
- 4) Zabránění poškození či újme účastníků výzkumu.

Všem participantům byl s dostatečným předstihem zaslán email s informovaným souhlasem³²¹ a plánem rozhovoru³²², aby se s nimi mohli patřičně seznámit. Rovněž všichni byli několikrát obeznámeni, že mohou účast na výzkumu odmítnout, jelikož je přirozeně zcela dobrovolná. Odměna účastníků, která může, ale nemusí být,³²³ nebyla v tomto výzkumu použita.

Jak již bylo zmíněno, dva rozhovory byly uskutečněny online formou. S těmito respondenty byl předem domluven konkrétní způsob online provedení, a to prostřednictvím aplikace Google Meet. Čas byl přizpůsoben jejich možností. Před zahájením samotného rozhovoru byl společně s participanty přečten a srozumitelně vysvětlen informovaný souhlas. Všichni s jeho zněním souhlasili a podepsali jej.

Poté byli všichni ujištěni, že v případě, pokud by pociťovali, že je pro ně otázka nepřijemná, nemusí odpovídat a své odpovědi mohou rozvíjet jen do takové šíře, která pro ně bude bezpečná. Po dokončení rozhovoru měli respondenti prostor pro zveřejnění svých pocitů.

Závěrem neopomeňme ještě jednou zopakovat fakt, že jsme rozhovory realizovaly společně s kolegyní Nečasovou. Důvodem bylo především to, že jsme naše participanty nechtěly zbytečně přetěžovat, například nadbytečným opakovaným odpovídáním na stejnou otázku. Anonymita dat je zajištěna smyšlenými jmény.

³²⁰ MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: 2006, s. 280-284

³²¹ Příloha B.1

³²² Příloha B.2

³²³ MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: 2006, s. 284

7.6 Proces analýzy

Cílem procesu analýzy je formulování témat, které „zachycují esenci fenoménu, jenž je předmětem výzkumu.“³²⁴ Současné pojetí upřednostňuje začít u prvního rozhovoru a následně provést samostatnou analýzu každého dalšího případu. Je však přirozené, že se výzkumník nemůže zcela vyhnout vlivu předchozích analýz, proto se snaží o uzávorkování myšlenek spojených s předešlou analýzou.

V předkládané práci byl výzkum veden podle následujícího analytického postupu:

- 0) **Reflexe výzkumníkovy zkušenosti s tématem výzkumu** → během reflexe by si měl výzkumník uvědomit prekoncepce a svou motivaci pro práci s daným tématem. Jedná se o nástroj zvědomění interpretativní role ve výzkumném procesu, která pomáhá zajišťovat validitu analýzy. Lze využít vnitřní dialog, či požádání jiné osoby o rozhovor na dané téma. V této práci byla zvolena první možnost.
- 1) **Čtení a opakované čtení** → první fáze si klade za cíl přiblížení k respondentově náhledu na svět a vzbuzení aktivního zájmu o data.
- 2) **Počáteční poznámky a komentáře** → fáze druhá zahrnuje tvorbu komentářů a poznámek, které byly při procesu psány na okraj textu. Jednalo se o tři typy komentářů: deskriptivní (to, co respondent říká), lingvistické (jak to respondent říká) a konceptuální (více interpretativní, avšak založené na respondentových slovech).
- 3) **Rozvíjení vznikajících témat** → dochází k redukci objemu poznámek skrze formulaci rodičích se témat. V třetí fázi se již zabýváme spíše vytvořenými poznámkami než původním přepisem textu.
- 4) **Hledání souvislostí napříč tématy** → poté, co byla témata zformulována, dochází k hledání jejich vzájemného propojení. V této fázi byla témata sepsána s uvedením konkrétní strany podle toho, jak se objevovala v přepisu rozhovoru. V závěru čtvrté etapy byl vytvořen seznam nadřazených témat a subtémat.
- 5) **Analýza dalšího případu** → opakování předchozích fází.
- 6) **Hledání vzorců napříč případy** → v závěrečné etapě přichází ke slovu propojení jednotlivých případů. Hledáme, jaká je mezi zkušenostmi respondentů souvislost, a které z témat vystupuje napříč analýzami jako nejsilnější. Výsledkem této fáze je seznam tematických okruhů, hlavních témat a subtémat.³²⁵ S tímto soupisem budeme pracovat v následující kapitole.

³²⁴ KOUTNÁ KOSTÍNKOVÁ Jana a Ivo ČERMÁK. *Interpretativní fenomenologická analýza*. In: ŘIHÁČEK, Tomáš, Ivo ČERMÁK a Roman HYTYCH. *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: 2013, s. 16

³²⁵ Tamtéž, s. 16–21

7.7. Reflexe vlastní zkušenosti s tématem osamělosti

„I když půjdu roklí šeré smrti, nebudu se bát ničeho zlého, vždyť se mnou jsi ty. Tvoje berla a tvá hůl mě potěšují.“ (Ž 23, 4)

Nyní se podrobněji zaměříme na nultou fázi výzkumu, reflexi zkušenosti nad zvoleným tématem, kterou by měl výzkumník učinit před zahájením dalších etap výzkumného procesu. Ještě jednou připomeňme, že výzkumníkovy prekoncepce nejsou vnímány jako něco negativního, jsou naopak chápány jako nezbytné pro práci se zkušeností respondenta.³²⁶

S osamělostí se podle mého soudu setkává každý z nás. Netoužíme po ní, zve se sama, aby se s námi mohla sdílet. Vynořuje se z různých zákoutí našeho života a chce nás sevřít svým chladným stiskem. Objímá nás, a pakliže je její objetí moc silné, splyneme s ní. Když se poté podíváme do zrcadla nevidíme naši tvář, ale uzzíme ji. Nejsme schopni pohlédnout ani do tváří svých bližních, neboť jim je osamělost vzala. Přibližně těmito slovy bych popsala, jak vnímám osamělost. Osamělost je tedy negativní, kdežto samota může být jak negativní, tak pozitivní.

Kdybych se měla vyjádřit k teoretické části práce a konfrontovat své prožívání s jednotlivými autory, tak to nedokáži, jelikož povaha osamělosti je pro mě „každý den trochu jiná.“ Někdy je to výše zmíněné chladné vězení, jindy mám dojem, že je to mé sobectví, jež se musí rozbít. S čím jsem si však jistá je pocit, že osamělost lze prolomit. V mém životě to nedokáží všichni, ale moc dobře vím, jaké to je, když se druhému vrací jeho tvář a zve mě zpět k sobě. *„Druhý přichází, aby nás vykoupil. Neboť pouze skrze službu Druhému jsme vyvázáni k připoutání k sobě: z bytí pro sebe se stává bytí pro druhého.“*³²⁷ Toto sdílení se s druhým ve vzájemné službě vnímám jako výstup z osamělosti. Není to prázdná fráze, ale hluboký cit. Nic povrchního, sterilního a formálního mě z osamělosti nikdy vysvobodit nemůže. Pouze hřejivé přijetí Ty je toho schopné.

A Hospodin? Může osamělost prolomit? Není to tak, že bych se utěšovala myšlenkou existence Boží a spoléhala na ni jako na poslední přeživší naději v útrokách samoty. Tento mechanismus u mě ve chvílích osamění selhává. Ale věřím, že Bůh ke mně přichází právě skrze druhé. Že nade mnou rozjasnil svou tvář a je mi milostiv ve vlídných obličejích ostatních lidí. To neznamena, že bych popírala Jeho reálnou existenci. Je to důvěra, že může být někdy až tak blízko, že k Němu mohu „vztáhnout své ruce“. *„Věřit Bohu znamená spolehnout se na to, v co doufáme, a být si jist tím, co nevidíme.“* (Žd 11, 1)

³²⁶ Srov. KOUTNÁ KOSTÍNKOVÁ Jana a Ivo ČERMÁK. *Interpretativní fenomenologická analýza*. In: ŘIHÁČEK, Tomáš, Ivo ČERMÁK a Roman HYTYCH. *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: 2013, s. 11

³²⁷ VIK, Dalibor. *Vyjádřit to lidské v člověku*. In: VOGEL, Jiří, Zdeněk KUČERA a Dalibor VIK (et al.). *Náboženství a teologie ve filosofické reflexi: mezi modernou a postmodernou*. Chomutov: 2012, s. 204

8. Výsledky

„Člověk, jenž jako fyzická bytost se stále obrací mimo sebe a myslí si, že jeho štěstí leží mimo něj, nakonec svoji pozornost obrací do svého nitra a zjišťuje, že zdroj štěstí nosí v srdci.“

– Søren Kierkegaard

V této kapitole se zaměříme na jednotlivé respondenty a jejich prožívání osamělosti. Nejprve si participanty představíme společně s jejich dělením osamělosti a samoty. Následně budeme postupovat podle tematických okruhů, které budeme doplňovat přímými citacemi respondentů. V závěru provedeme krátkou diskusi nad získanými daty ve spojení s teoretickou částí práce.

8.1 Fenomenologický kontext života respondentů a jejich dělení osamělosti a samoty

Anežka

Anežka je duchovní a na hagioterapii dochází dlouhodobě již třetím rokem. Osamělost pro ni není o fyzické blízkosti ani o vztazích, ale o jejím aktuálním psychickém nastavení: *„Já se cítím nemilovaně, nepotřebně a vyčleněně. Třeba ten druhý to v tu chvíli může mít jinak. Je to o mém vlastním pocitu. Nějak jsem prostě oddělená. Já nevím. Od Boha, protože to může být i vůči Bohu, od sebe sama, nebo od těch druhých, od těch nejbližších, nebo od přátel.“*

Rozlišuje dva pojmy – osamělost a samotu. Zatímco osamělost je pro ni ryze negativní, samotu, jež spojuje s fyzickým oddělením, vnímá velmi pozitivně a chápe ji jako dar: *„...samota, to je něco, co až považuju za mou šanci, příležitost, dar, kdy mám být šanci sama se sebou, s mými myšlenkami, mít prostor úplně sama pro sebe. Je to tedy něco velmi a velmi pozitivního.“* Tuto šanci může prožívat klidně každý den. Spatřuje ji v situacích, kdy jde na procházku se psem, projede se autem, účastní se duchovních cvičení atd. To, jestli je samota někdy negativní, nedokázala přesně říci. Bylo pro ni obtížné vybavit si konkrétní epizodu ze své historie a vzpomínala na samé drastické okamžiky, které ani nebyly její. Po chvíli vypátrala neurčitou vzpomínku z dětství, kdy sama, bez rodičů, musela zvládnout některá lékařská ošetření. V pozdější fázi rozhovoru dokázala popsat i situaci ze současnosti: *„Jsou to například ty okamžiky, kdy je toho na mě doma hodně, odejdu, vezmu klíče od auta a jedu se na hodinu projet. Nebo vezmu psa a raději jdu na hodinu na procházku se psem. Jsem sama, beru to něco jako pozitivního, abych tu situaci zvládla, ale zároveň jsem osamocená, plná vzteku a všeho.“* Negativní samota je pro ni situací, kdy se spojí samota s osamělostí: *„...pokud tedy spojíš tu fyzickou samotu s osamělostí, tak by to byly právě tyto okamžiky.“* Samota tedy není negativní sama o sobě, ale jenom, když se spojí s osamělostí.

Určité rysy existenciální osamělosti splývají s Anežčinou definicí osamělosti. Jako příklad uvádí večírek, který jí nesedl, ale musela tam být: *„Ti lidé byli neznámí, ta společnost byla mimo.“*

Nějakým způsobem jsem to dala, ale tak, že jsem tam byla opravdu osamělá. I když nikdo by to na mě asi nepoznal.“ Nemůžeme je však ztotožnit, jelikož u Anežky dochází k zásadnímu vymezení. Přesné důvody se nám vyjeví při práci s tematickými okruhy.

Intrapersonální osamělost ve svém životě zažívá a popisuje ji jako určité potlačení a překrytí. Vnímá ji jako schopnost lidské mysli, která se tak vyrovnává s určitými věcmi. O konkrétních prožitcích se rozhovořila následovně: *„Napadají mě příklady dětského snění, které jsem taky zažila. Myslím, že by to do toho taky patřilo. Nebo to jsou situace náročnější, abych zvládla tu situaci, třeba i osobní, tak vstoupím do role. Nutili mě, abych pohřbila vlastního strejdu, tak v tu chvíli jsem tam byla za paní farářku, abych tu situaci dala.“*

Štěpán

Štěpán pracuje ve farmaceutickém průmyslu a hagioterapii navštěvuje dlouhodobě. Osamělost je pro něj takový stav mysli, kdy zažívá, že je na všechno sám: *„...řekl bych, že společnost, okolí, lidé tě nevnímají. Nebo tě přehlídí, nebo je vůbec nezajímáš.“* Rozlišuje mezi osamělostí, negativním pocitem, který může nastat i uprostřed davu, a samotou, jež vnímá prostorově a vykresluje ji jako situaci, kdy kolem něj nejsou žádní lidé: *„...takže si myslím, že být sám a být osamělý jsou úplně rozdílné věci. Osamělý můžu být klidně, já nevím, na nějaké firemní party, kde jsou lidé, které neznám. Tak to je takový pocit, který se dá popsat slovy: ‚Co tady dělám? Já jsem vlastně nepatřím.‘“*

Samotu rovněž dělí na pozitivní a negativní. Kladná je například v situacích, kdy řídí automobil, což je pro něj chvilka dne, kdy má čas na své myšlenky a sám na sebe. Popisuje ji jako nothing box: *„It is a box and there is absolutely nothing. Takže můj nothing box je třeba, že mám na chvilku nějakého koníčka. Například teď chodím hledat to zlato. Přijedeme tam s kamarádem, ale poté tam má každý svou díru v řece. Do slova a do písmene...“* Negativní samotu zažil v předělu mezi střední a vysokou školou, v kterém též odcházel ze své rodné země do Čech: *„...než jsem zapadnul do toho úplně jiného prostředí, do toho úplně jiného světa, tak to chvilku trvalo. Ale já si myslím, že jsem relativně společenský, takže nemám problém se začít bavit s lidma. Za chvilíčku se to spravilo, no. Toto byl takový největší rozdíl, protože maturitou něco končilo, taková pospolitost, která je mezi spolužákama. A ta druhá se ještě nevytvořila. Říkal jsem si: ‚A co nyní?‘ Nebyl jsem doma nikde.“*

Štěpán uvádí, že intrapersonální osamělost neprožívá. Otázku přeformuloval a začal hovořit o situacích velkého překvapení, že je to právě on.: *„Najednou řekneš: ‚Ty kráso, tohoto jsem schopen?‘ Nazval bych to zděšení ze sebe. Staly se věci, které jsem si myslel, že bych nikdy neudělal. Říkal jsem si, že s tímto se budu muset nějak srovnat a nejlepší srovnávač je čas.“* Říká, že všechny těžké činy a životní situace integroval: *„Bylo to přijaté, nebylo to vytlačené, ale přijaté, nedošlo k nějakému odtržení. I když to bylo těžké, bylo to přijaté jako součást Já.“* Osamělost do těchto chvil zapojuje jiným způsobem, a to tak, že se jedná o situace, se kterými si člověk musí poradit úplně sám: *„...to osamění je v tom, že je to věc, s kterou ti nikdo nepomůže,*

s kterou si musíš poradit sám...“

Určité rysy jeho pojetí osamělosti nesou i prvky osamělosti existenciální, avšak pouze v pojetí odcizení mezi lidmi. Více se nám vyjeví při práci s tematickými okruhy.

Jana

Jana pracovala jako pedagožka a nyní je již na penzi. S hagioterapií se seznámila poměrně nedávno. Začala ji navštěvovat v minulém roce a docházela na ni půl roku. Osamělost rozděluje na pocitovou a prostorovou. Dále ji vždy dělí na negativní a pozitivní.

Negativní pocitovou osamělost popisuje jako vypadnutí ze sítě vztahů: *„Osamělost pro mě znamená, když vypadnu z různých důvodů ze vztahů kolem mě. Když mám pocit, že jsou mi moji blízcí v rodině, tak moji přátelé, vzdálení.“* Někdy má osamělost prosté životní zdůvodnění. Svou životní zkušenost popisuje jako vlny, které v momentě, kdy jdou dolů, sestupují do pocitu negativní osamělosti. Ta nabývá rozměru prázdné bubliny, která má velmi silné stěny: *„...někdy mám takový pocit, že se mi všichni lidé někam vzdálili, že kolem mě je taková prázdná bublina.“* Později vystupuje i místo, kde se tato bublina vyskytuje. Je to její nitro, propast, kde se ztrácí síla: *„Člověk se propadne sám do sebe a ztratí kontakt s lidmi kolem sebe a nemá sílu. Je to takový pocit osamělosti, že jsi sama, lidé jsou vzdálení a nemáš energii vykročit k nim.“* Pozitivní pocitovou osamělost vnímá jako okamžiky, kdy je sama za sebe: *„...jsem ráda, protože se mohu soustředit sama na sebe.“*

Negativní prostorovou osamělost zažívá například na chalupě, kde je sama, což jí vadí. Říká, že se jedná o situace, které nejsou vždy z její vůle: *„...nemohu to hned tak změnit a není to ani vždycky z mé vůle.“* Pozitivní prostorovou osamělost vnímá naopak jako dobrovolnou: *„...to jsem chtěla být sama. Děti byly například během prázdnin na táboře a manžel byl v práci. Nepřijel pak ani na noc a já jsem tady byla sama, ale chtěla jsem být sama.“* Pozitivní samotu rovněž zažila ve chvílích před svými operacemi: *„Vždycky jsem byla sama na pokojích a jsem za to hrozně vděčná, protože jsem měla čas v tom smyslu pozitivním, že mě nic nerušilo. Sestřičky už potom odešly a já jsem se mohla soustředit sama na sebe, na čtení Bible a na modlitbu. To byla pozitivní osamělost. Jsem za to velmi vděčná, že jsem v takových chvílích mohla být sama.“*

Negativní pocitová osamělost v sobě skrývá i prvky existenciální osamělosti: *„Nedávno jsem měla oslavu s rodinou, seděla jsem tam fyzicky, dala jsem si i víno, ale prostě ten rozhovor se odvíjel takovým způsobem, že jsem si připadala jako takový pozorovatel, tak jako z věže. Nebyl to příjemný pocit. Nakonec jsem z té oslavy odešla, protože jsem cítila, že nejsem součástí, že tam nepatřím.“*

8.2 Témata a subtémata prožívané osamělosti

Analýzou rozhovorů vyplynulo 5 tematických okruhů. Oblasti jsou rozdělené na hlavní témata a subtémata. Témata jsou uspořádána tak, že se nejdříve dotýkají samotné osamělosti, a až poté následují okruhy, kdy je osamělost spojená s jinými existenciálními. Jako poslední uvádíme oblast „osamělost v hagioterapeutických setkáních.“

Tematické okruhy jsou do určité míry ovlivněné otázkami, které jsou přiložené v příloze plán rozhovoru (B.2). Nikdy to však není tak, že by téma vystoupilo jen v jedné z otázek. Témata se objevila i v jiných otázkách, kde v rámci struktury rozhovoru nebyla plánována.

Můžeme si též všimnout, že se objevily všechny Yalomovy existenciály. To plyne z žité zkušenosti respondentů, kteří existenciály zmiňovali i v jiných otázkách, nebo základní fundament vystoupil, aniž by na něj byli přímo dotazováni. Ilustrovat to lze na existenciále svobody a na její artikulaci v podobě odpovědnosti, která se, jak uvidíme, stala velmi markantní v pojetí osamělosti dvou respondentů.

Tabulka 2 – Přehled výsledných témat

TEMATICKÉ OKRUHY	HLAVNÍ TÉMATA	SUBTÉMATA
8.3.1. Vztah a osamělost	1) Rodina a blízcí 2) Transcendentno 3) Vztah ke svému Já	<i>Vztah jako smysl</i>
8.3.2. Práce s osamělostí	4) Zvládnání osamělosti 5) Výstup z osamělosti	<i>Zkušenost</i> <i>Bariéra</i>
8.3.3. Svoboda v kontextu osamělosti	6) Vyrovnanost 7) Tíha odpovědnosti 8) Odpovědnost a růst	<i>Ideál</i> <i>Nakládání s odpovědností</i>
8.3.4. Smrt v kontextu osamělosti	9) Samota 10) Etický aspekt	<i>Negativní pocity spojené s vlastní smrtí</i> <i>Ztráta smyslu</i>
8.3.5. Osamělost v hagioterapeutických setkáních	11) Biblický příběh a jeho prožitek	a) Abraham, Hagar; Izmael a Izák (Gn 21,1-21 + 22,2-19) b) Stvoření člověka a jeho pád (Gn 2,15-3,7) c) Samsonova svatba, Samsonův boj (Sd 14,1-15,6) + Saul v Én-dóru a Saulova smrt (1 S 28,4-25) d) Ukřižování a Ježíšova smrt (J 19,17-42) e) Smrt Jana Křtitele (Mk 6,14-29)

8.3 Interpretace individuálních zkušeností respondentů

„Je toho dnes na mne příliš, když ani má duše se mnou nerozmlouvá. Je to vskutku velmi přehnané, jako bych ani nebyl brán na vědomí.“

– Dialog zoufalce

V této části se budeme podrobněji soustředit na dílčí tematické okruhy, které vyplynuly z analýzy. Rozčleníme podle nich jednotlivé podkapitoly, v nichž budeme postupovat podle identifikovaných hlavních témat a k nim náležejících subtémat. Výjimku z tohoto členění bude tvořit poslední okruh „osamělost v hagioterapeutických setkáních“, kde se vyjevilo jako logické rozčlenění podle jednotlivých biblických příběhů, subtémat. Písmena v závorce označují zkratky jmen jednotlivých respondentů: (A) = Anežka, (Š) = Štěpán, (J) = Jana.

8.3.1 Vztah a osamělost

„Do té doby nám zůstává víra, naděje a láska, tato trojice; ale největší z nich je láska.“
(1Kor 13, 13)

Tento tematický okruh se bude věnovat různým „typům“ vztahu podle toho, ke komu se v nich respondenti vztahovali. V analýze se objevilo následující: rodina a blízcí, Transcendentno a sebevztah. Participantů rovněž vnímají vztah s těmito skutečnostmi jako důležitou náplň jejich smyslu.

1) Rodina a blízcí

Pro všechny respondenty je velmi důležitá rodina a jejich blízcí přátelé. Popisují spíše užší okruh lidí, s kterými mají pevné vazby: *„Vztahy jsou pro mě opravdu velmi důležité, především rodina, děti a důvěrní přátelé.“* (A) Všichni též zmiňují určité těžkosti, které se v rodině občas vyskytují a mohou být zdrojem osamělosti: *„...ale třeba rodinu si nevybíráme, a tam ty situace osamělosti taky jsou.“* (J) *„Ale když mě naštvou, tak abych je tady nepozabíjela, tak vezmu psa a jdu.“* (A) Současně jsou pro ně rodina a přátelé velkou pomocí v osamělosti. Jedná se například o situace, kdy věděli, že se musí s touto skutečností popasovat samotní, ale zároveň pro ně bylo úlevné, že ji mají s kým sdílet: *„Já jsem měl velkou kliku, že jsme s bráchou byli na tom stejně. O tom se nemusíš ani bavit, jenom se na sebe podíváte a oba víte, že si s tím musíte prostě poradit sami.“* (Š)

Ačkoliv většinou hovoří o velmi důvěrných vazbách s nejbližšími lidmi, u většiny respondentů se rovněž objevuje význam širšího okruhu lidí, kteří ani nemusí být nikterak blízcí. Respondenti tento okruh umísťují do doby školní docházky. Štěpán hovoří o určitém společenství, které je mezi spolužáky: *„...jo, taková ta pospolitost, která je mezi spolužákama...“* Identifikaci se spolužáky respondenti chápou jako významnou: *„Protože pokud je člověk v nějaký skupině, tak si třeba nějaké věci tolik nepřipouští. Možná to mohu říct i ne úplně za sebe, ale určitě jsem to já také pociťovala, ale všimla jsem si toho, když jsem učila jako kantorka.“*

Děcka byly v té třídě, v té bublině, všichni byli taková parta.“

Na závěr uvedme fakt, že pro respondenty je absence těchto rodinných a přátelských vztahů rysem osamělosti, ale i negativního fyzického oddělení. V těchto temných situacích značně vystupuje fyzická/pocitová separace od rodiny a blízkých přátel. Jako příklad připomeňme slova Jany: *„Osamělost pro mě znamená, když vypadnu z různých důvodů ze vztahů kolem mě. Když mám pocit, že jak moji blízcí v rodině, tak moji přátelé jsou mi vzdálení.“*

2) Transcendentno

Vztah s Transcendentnem je další téma, které se v tomto tematickém okruhu objevuje. Můžeme ho rozdělit na dvě základní části. První z nich je vztah s osobním Bohem. Ten se může realizovat pomocí biblických citátů a veršů: *„...tak to jsou biblické citáty a verše, které si člověk pamatuje.“* (J) Občas však nastávají situace, kdy se i tento vztah zakaluje osamělostí: *„...protože mám pocit, že mě Pán Bůh neslyší.“* (J) Nemusí se jednat pouze o představu Boha, který stojí mimo nás, ale Bůh může přebývat přímo v našem nitru. Anežka o této představě hovoří v rámci Sváté Trojice: *„...jako já věřím i v ducha ve mně.“* Pro Anežku vztah s Bohem není otázkou vteřiny, ale buduje se: *„Ve vztahu k Bohu ty věci postupně rostou a nacházej se.“*

Druhé pojetí Transcendentna lze charakterizovat jako „vztah úcty s neosobním Čímkoliv.“ Zajímavé je, že Štěpán Boha se samotou a osamělostí nikdy nespojoval. Podle něj v tom není rozdíl: *„No, i když ho máš, tak jsi sám. V tom rozdíl není. Já si myslím, že jako nejsem ateista tím stylem: ‚Můžeme tomu říkat Bůh, že? Ano můžeme.‘ Vychovávaný jsem byl jako katolík. Takovou tou typickou katolickou babičkou. Takže nějaký vztah k tomu mám, takovej jako respektu a úcty. A čím jsem starší, tím více nechávám věcem volný průběh v tom smyslu, že to nějak dopadne. Kdo jsem já, abych mu kecal do práce, že jo. Ale nemám to úplně spojené, že by v tom tématu osamělosti Bůh hrál nějakou roli.“* Podle Štěpána je vztahování k Bohu ve chvílích osamělosti určitou kompenzační metodou: *„Ale chápu, že si lidi, kteří jsou osamocení třeba řeknou: ‚Mám toho Boha, půjdu se modlit.‘ Asi je to nějaká kompenzační metoda, ale já ji nemám.“*

3) Vztah ke svému Já

Všichni respondenti zdůrazňují jako důležitý vztah k sobě samému: *„Pro mě je hodně důležitěj vztah k sobě samé.“* (A) Není zásadní mít vyřešené vztahy pouze s ostatními lidmi, případně s Transcendencí, ale i sám se sebou. Zdravý sebvztah nám pomáhá redukovat osamělost. O to smutnější je, že se velmi často podceňuje: *„Vztahování k sobě se ve společnosti hodně podceňuje, ale je hrozně důležitý být sám se sebou v souladu. To je dobré. Potom můžeš být sám a nejsi osamělej.“* (Š) Můžeme si všimnout, že vztah k sobě samému je jedním z darů prostorového oddělení od jiných lidí: *„...samota to je něco, co až považuju za mou šanci, příležitost, dar, kdy mám být šanci sama se sebou, s mýma myšlenkama, mít prostor úplně sama pro sebe. Je to tedy něco velmi a velmi pozitivního.“* (A)

Vztah jako smysl

Vztah se ukazuje jako základní aspekt existenciálního smyslu. Participanti uvádějí, že smysl nacházejí ve vztahu: „*Vždycky smysl nacházím ve vztahu. K Bohu, k sobě, k mým blízkým, přátelům, nebo ke všemu, co mi nějakým způsobem bylo svěřené. To je například i vztah za dědictví po mých předcích. To všechno do toho patří.*“ (A) I Jana spojuje smysl se vztahy, ale i s konkrétními činnostmi, které dělá pro druhé lidi: „*Já ve vztazích vidím smysl a jeho naplnění je pak v konkrétních činnostech, který dělám pro lidi, co mám kolem sebe.*“

Štěpán poukazuje i na bolestný prvek takto pojatého smyslu, který je spojen s tím, že náš smysl je často vložen do tkáně živých bytostí, jež procházejí vývojem a v určité části životní cesty mohou jít vlastním směrem: „*Rodina a děti, tam je můj smysl, i když jako já vím, že děti jednou odejdou.*“

8.3.2 Práce s osamělostí

Nyní se budeme soustředit na práci s osamělostí, kterou rozdělíme na dvě témata. První z nich je zvládání osamělosti, tedy mechanismy, které nám pomáhají osamělost snášet, druhé se týká výstupu z osamělosti, rozbití jejích pout. Uvidíme, že zvládání osamělosti se lze naučit zkušeností, ovšem její prolomení nám mohou komplikovat rozličné bariéry.

4) Zvládání osamělosti

Osamělost lze zvládat různými mechanismy, jež se mohou vyskytovat samostatně, nebo v kombinacích. Někdy pomáhá načerpat sílu obrácením sama k sobě: „*Jsem sama u sebe ve svých myšlenkách, ale asi je to i tím, že jsem společenská a umím konverzovat. Někdy se zapojuji x různých technik, který se nějak pospojují. Nesedím tam sama u kafe, ale normálně mezi lidma a bavím se.*“ (A)

Jak můžeme vidět, se zvládáním osamělosti se pojí komunikační a společenská obratnost. Nejde jen o proniknutí do společnosti, ale i o umění z ní odejít, pakliže cítíme, že do ní nepatříme. Moment přijetí této nepatřičnosti a schopnost jít dál je též důležitým aspektem práce s osamělostí: „*Třeba nedávno jsme měli firemní akci, byli tam reprezentanti ze Slovenska a udělal se posed, když to tak řeknu. Přišel jsem tam a říkám si: ‚Aha jsem nepatřím, to nevdí jdu jinam.‘ Už si to tak neberu, už se tím netrápím, že se mi tohle stane.*“ (Š)

Zvládání osamělosti vnímá Jana jako posun od aktivního ovlivnění určité situace směrem k akceptaci, že občas pocity osamělosti jednoduše přicházejí. Jedná se o její vybudovaný mechanismus, který postupně přijala. Nesnaží se již události přetvářet tak, aby se v nich cítila lépe: „*Dříve jsem měla tendenci snažit se tu situaci ovlivnit, abych si ji přizpůsobila sobě a cítila se lépe. Časem jsem pochopila, že to nejde. Tak se uzavřu do té bubliny, a když už se mi zdá, že je to moc, tak odejdu. Dříve jsem byla taková, že jsem se to snažila nějakým způsobem ovlivnit. Nyní už to tak*

neřeším.“ Povšimněme si, že i Jana zmiňuje schopnost ze společnosti odejít, když cítí, že je pro ni situace silně nekomfortní.

Zkušenost

Během analýzy se ukázalo, že se všichni respondenti naučili zvládat osamělost z hlediska zkušenosti. Shodují se, že v dřívějších letech s osamělostí tolik pracovat neuměli a zažívali daleko těžší stavy: „*Já jsem si teďka promítla svoje dosavadní léta a bylo to asi horší, když mi bylo tak dvacet. Jo, myslím si, že jo. Když mi bylo těch patnáct, dvacet, dvacet pět. To byly asi daleko těžší stavy, než jsou teďka. Člověk to zvládá z hlediska zkušenosti.*“ (A)

Získáváním zkušenosti si vybudovali ony mechanismy, které jim pomáhají situace zvládat: „*Všichni to zažili, že někam přijdeš a cítíš se osamělej. Někteří mají tu sílu odejít a někteří ne. To pak dopadá špatně. Třeba se tam někde ožerou a něco podobného. Takže to určitě zažil každý, já jsem to určitě zažil víckrát. Čím jsem starší, tím jsem se víc naučil s touto situací pracovat.*“ (Š)

Není to ovšem samotná zdatnost, kterou si člověk vypěstuje postupem života, ale připojuje se k ní i další proměnná, která způsobuje, že se stáváme pánem nad situací - čas. Je to právě on, kdo nám dává prostor pro získávání zkušeností a nabízí nám situace, skrze něž se stáváme odolnějšími. U Jany vystupuje čas přímo ve spojení s možností vyhnout se situacím, kde by osamělost potkávala častěji: „*Jasný je, že to člověk zvládá praxí, ale myslím si, že se to objevuje v podstatě pořád a neřekla bych, že to má nějak vzestupnou, či sestupnou tendenci. Spíše to asi závisí na tom, jak moc se člověk dostane do situace, která je mu blízká. Vlastně bych řekla, že teď je to možná ještě míň, protože jsem doma, nechodím do práce a nesedím s kolegama u toho stolu a nemusím je poslouchat. Takže si víc můžu vybírat, jak a s kým strávím svůj čas. Možná bych řekla, že je to trošku míň kvůli tomu, že jsem vlastně více pánem svého času. Tím pádem se mohu vyhnout situacím, ve kterých by mě to potkalo častěji.*“ (J)

5) Výstup z osamělosti

To, že osamělost zvládáme ještě neznamená, že ji prolomíme. Tyto mechanismy nám ji dovolují pouze snášet. Respondenti uvádějí, že se výstup z osamělosti děje vždy skrze vztah: „*...musí v tom být vždycky něco vztahového.*“ (A) Při analýze byly nalezeny dvě cesty vyvedení z osamělosti v závislosti na rychlosti výstupu.

První z nich je, že vyvedení z osamělosti nastává okamžitě, momentem přítomnosti někoho/něčeho k němuž/ čemuž máme vztah: „*To je často telefon a má kamarádka, která v něm řekne: 'Hele, už je ti dobře?' Tyhle zkušenosti mám hodně a řekla bych, že je to, nechci říci nejčastější, ale velmi častá situace, kdy se dostanu z osamělosti.*“ (J)

Druhou variantou je vnímání výstupu jako dlouhodobějšího procesu: „*Jo, vždycky je to nějaký proces, například proces při budování vztahu. Že to není jako ihned: 'Tak já jsem tady a jsem tady s tebou.' Nebo je to moment, kdy se vztah rodí. Ať je to vztah žák-učitel, partnerský*

vztah, vztah hloubkového přátelství, spirituální (duchovní), nebo vztah terapeutické. Tak je to něco, co se rodí a roste. Pak i dochází k vyvádění z osamělosti. Není to jeden moment, jedna vteřina.“ (A)

Není to vztah výhradně s živými lidmi, kteří prolamují hradby naší osamělosti, i když ti jsou pravděpodobně nejčastější. Může to být i vztah s určitým textem a jeho autorem: „Někdy pomůže nějaká knížka, nějaký text. Někdy pomůže denní čtení, kdy brnkne určitý citát, nebo spíše jeho porozumění. Ale řekla bych, že daleko nejčastěji jsou to jiní lidé. (...) Jako je v tom vztah v tom smyslu, že autor je naladěný tak, že mě to nějak pomůže, když si text přečtu. Toto se mi stává. Třeba tento rok jsem si koupila denní čtení. To je skvělé, protože se tam ti autoři různě střídají. Může to být i s tou osamělostí, že si řeknu: 'Wow!' Já to vnímám tak, že mi úplně otevřel oči. Nemusí to být ani osamělost, ale třeba sklíčenost, což s tou osamělostí souvisí. Ale jakmile se s tím člověkem nadechnu, tak mám chuť s tím něco udělat.“ (J)

Při analýze se objevila ještě jedna zajímavá stránka rozebíraného tématu. Podle Štěpána totiž při vyvedení záleží na příčině osamělosti. Vztah pro něj není automatickou pomocí, protože i on se na příčinu váže. Pakliže je příčina vnitřní, druzí učiní situaci pouze horší: „Když je ta příčina interní, že tě lidi štvou a nechceš, aby ti nikdo pomáhal, tak cokoliv, co udělají, jenom situaci zhorší.“ Jinak je to s příčinou objektivní: „Pokud je to taková objektivní osamělost, že se prostě nemám s kým bavit, a tak se cítím osamělý, pak samozřejmě dokážou v tomto smyslu druzí pomoc.“ Zároveň si myslí, že pokud by při interní příčině začal druhé z osamělosti vyvádět, tak by je mohl spíše naštvat: „Musí si přijít sami, protože vím, že je to někdy kontraproduktivní, někdy nebezpečné, někdy se tam můžou otevřít Pandořiny skříňky. Pak si to člověk taky vyčítá. Jo, jako vím, že je to nebezpečné a snažím se těm lidem pomoci, pokud oni chtějí, ale musí si sami říct.“ Tuto nevhodnost pomoci spojuje se smyslem a tvrdí, že se nesmí jednat o aktivitu, která diktuje člověku, co by měl dělat: „Nesmí to být nějaká aktivita ve směru: 'Ty seš tady tak sám, půjdeme si hrát!' To může být silně kontraproduktivní a lepší je říci: 'Hele, tady jsou hračky. Co s nimi? Máš nějaký nápad? Já si tady stavím věž, pojď mi pomoci.' Spíše zapojit druhého člověka tak, že mu nabídneme určitý smysl.“ Štěpán zároveň jako jediný zmínil, že je to spíše on, kdo pomáhá lidem vystoupit z osamělosti. Zkušenost na své straně jistě také má, ale markantnější je ta část, kdy je vyvaděčem, nikoliv vyváděným: „Spíše já jsem taková vrba, ke které si mnoho lidí chodí povídat. Nevím proč. Na to jsem doteď nepřišel, ale stane se, že lidi jsou se mnou otevření a vylíjou si tam to svoje srdíčko a já to nepouštím dál. To je možná celý. Takže spíš jsem byl na té druhé straně tahat někoho odněkud, než že by mě odněkud tahali, z nějakých bažin.“

Bariéra

Společný prvek, který se u participantů během vyprávění o výstupu z osamělosti objevil, můžeme pojmenovat slovem bariéra. Pro přehlednost si rozlišme několik modů, jak se zábrana projevuje u jednotlivých respondentů. První z nich jsou druzí, nikoliv jako pomoc, ale jako překážka. Někdy se totiž stává, že se jejich pomoc míjí s účinkem, a to hlavně v situacích, kdy

nebyla vyžádána: „Když jsem si vybíral školu, to jako jsou všichni chytrý jak rádio. Všichni nejlíp vědí, co máš vystudovat, a co máš dělat.“ (Š) Nebo: „Taky se ti stane, že každý ví nejlíp, jak máš vychovávat svoje děti, že jo.“ (Š)

Druhý způsob je pojetí: „Já sám jsem bariéra“: „Někdy to tak je, že nepomáhají ani lidi, ani modlitba. Jsem taková zahleděná do té osamělosti, že nemám oči otevřené pro to, že bych mohla vyjít. Jakože člověk se ještě víc zabývá sám sebou. Záleží, jak například modlitba funguje. Pokud se mi to podaří vnímat a osamělost v té modlitbě předkládám: ‚Pane bože, já jsem teď tak osamělá, tak to pak může pomoci. Někdy se ale člověk v té modlitbě ještě více zabředne a propadne se.‘“ (J)

Poslední možností je absence bariéry, neboť vztah je zažíván jako integrální součást Já. Tuto možnost velmi hluboce vyjadřuje Anežka: „Ty vztahy, ať už kolem mě, nebo k Bohu, jsou takovou mou nedílnou součástí. Jo, jsou asi okamžiky, kdy je mi někdo daleko, i Bůh. Jako jo, ale nemůžu říct, že by to byl můj trvalej životní pocit. Ta vztahovost je pro mě hrozně důležitá. To bych se jako ztratila i sama v sobě, protože i já jsem vztah, který mě z osamělosti může dostat.“

8.3.3 Svoboda v kontextu osamělosti

„Bytí člověka je mu nejen dáno, ale také se od něj vyžaduje. Člověk je za něj odpovědný; doslova, žádá se po něm odpověď, je-li dotázán, co ze sebe udělal.“

– Paul Tillich, Odvaha být.

Svoboda (odpovědnost) se stala velmi významným tématem spojeným s osamělostí. Respondenti zmiňují její tíhu, ale zároveň i potřebu vyrovnanosti, kterou chtějí ve svém životě zažívat. Shodují se, že se cítí lépe, když tíha odpovědnosti neleží pouze na jejich bedrech.

6) Vyrovnanost

U většiny respondentů se při přemýšlení nad odpovědností ve vlastním životě objevuje obraz jakési vyrovnanosti, která je spojená s Transcendentnem. Jedná se o představu, kde na jedné straně stojí osobní zodpovědnost, a na straně druhé zásahy „Vyšší moci“. To, co je zde dominantní, je právě balanc, o který se participanti vědomě/nevědomě snaží. Můžeme jej rozdělit na dvě subčásti. První z nich je vyrovnanost spojená s osobním Bohem: „Já si myslím, že je snaha, aby jazýčky na váze byly v mém životě vyrovnaný, takže nedokážu určit, co z toho je důležitější a dominantnější. Pokud tady zažívám nějaký vztah s Bohem, nebo s tím transcendentnem, tak se stále snažím, aby to bylo vyrovnaný. Nemám to vychýlený na jednu stranu, ale snažím se, aby to bylo v rovině. Takže ta odpovědnost na jedné straně, a na druhé straně ten Bůh, který je nějakým způsobem přítomen a nějak zasahuje.“ (A)

Druhý typ, vyrovnanost spojená s neurčitým Transcendentnem, vystupuje u Štěpána. U něj snaha zachovat rovnováhu nabývá jiných kontur a projevuje se především v přesvědčení o snížení jeho vlastní důležitosti v odpovědnosti za svůj život. Činí ji stabilní tím, že se zásahům neurčitého Transcendentna nebrání, protože „...si myslím, že to Něco, Někdo, má velkou moc.

A čím víc se Tomu člověk brání, vzpouzí, tak tím víc je nešťastnější. “ Svou zkušenost popisuje na dvou pólech, negativním a pozitivním, do kterého přicházejí události „nevěda odkud, proč a jak“: „Čím jsem starší, tím méně si myslím, že jsem v tom důležitý já. Protože věci se často samy řeší a můžeme to vnímat jako náhodu, transcendentno, že jo. Někdy máš neřešitelný problém, pak se něco stane a řekneš: ‚Bůh mě miluje‘, protože, nevím, vyhraju ve sportce, nebo vletím autem do lesa a zrovna se trefím mezi stromy. A nikomu, ani mně, se nic nestane. Takže zas na druhou stranu je situace, když si řeknu: ‚Proč se taková sračka stala zrovna mně?‘ Naštěstí já jsem v poslední době nic takového neměl. Jak na té lodičce máváš malinkatým pádýlkem trošku doleva, trošku doprava, ale v podstatě tě to nese. “ (Š)

Ideál

V souvislosti se zmíněnou vyrovnaností, kterou respondenti zažívají ve svém životě, se objevil ideální, nebojme se říci, že až rajský stav, který participanti prožívají, avšak jsou vlivem různých okolností neustále vyváděni za „hranice jejich Edenu“. Obraz z Bible je použit záměrně, neboť obdobně jako vyrovnanost byla spojena s Transcendentem, tak i tento stav je úzce propojen s Něčím, co nás přesahuje: *„Pak je taková příjemná hladinka, kdy člověk jakoby pluje. Pak zase vystřelí nahoru. Ale to padesát na padesát je spíše ideál, ale v realitě to jde furt jako křivka nahoru a dolu. Případně více křivek (...) Já bych teda těch vlnovek nakreslila ještě několik. Když mi umřela mamina, tak jsem dole, ale zároveň tam mám třeba ještě nakreslenou vlnovku nahoru, když se třeba děje něco doma fajn s dětma. Takže by těch vlnovek bylo více, jedna dole, ale současně je třeba v tom samém časovém úseku další vlnovka jakoby nahoru, nebo je tam ta klidná hladina s Bohem. Takhle teda, aby to bylo úplně jako nejpřesnější.“ (A)*

Nejedná se o situace, kdy s důvěrou hledíme na horizont a čekáme, že Hospodin do naší situace zasáhne jako *Deus ex machina* a promění náš upadlý svět v pozemský ráj. Můžeme mu vycházet vstříc například tím, že se budeme aktivně vyhýbat působení různých dramátů, které by čerily hladiny říčky života: *„Neměl jsem nějakou velkou ránu osudu, nebo nějaký neštěstí, nebo něco podobného, takže jsem za to vděčný Komukoliv a Čemukoliv, Co se o mě stará, nebo Co mě má rádo, nebo Co mě vede tím životem relativně hladkou cestou bez nějakých velkých neštěstí, bez nějakých nutností velkých, těžkých rozhodnutí. Já si tak v podstatě v klidu pluju po té malé říčce, na té malé kánoji. V podstatě se nic neděje, a to je skvělé, nuda je úžasná. Nepotřebuji žádná dramata.“ (Š)* Za chvíli uvidíme, že pro Štěpána je nutnost činit velká rozhodnutí spojená s intenzivním pocitem osamělosti. Na základě toho můžeme tvrdit, že tento ideální stav zahrnuje přinejmenším snížené riziko osamění.

Na závěr uvedme, že určitý ideálnější stav můžeme spatřit i u Jany, která se nyní cítí svobodnější, jelikož není tolik svázána odpovědností vůči druhým lidem. Přesunula se od svázanosti k zavázanosti, což do značné míry uvolnilo i její vztah s Bohem.

7) Tíha odpovědnosti

Respondenti shodně zdůrazňují negativní stránku, kterou v sobě odpovědnost nese a spojují ji s osamělostí. Tíhu odpovědnosti zakouší například ve chvílích, kdy mají pocit, že jsou na pokraji svých sil: „*To se každou chvíli spolu hádáme po večerech, že by mohl přidat, že já tady potím krev a tečou mi slzy.*“ (A) Anežka tuto situaci spojuje s Bohem, kterého, jak můžeme vidět, žádá o větší míru intervence. Zároveň poukazuje na to, že i On má pravděpodobně stejný nárok na ni. Tento požadavek se stává obsahem jejího duchovního dialogu: „*A on má asi i ten samý nárok na mě, že já bych zase mohla přidat. Tak se tak jako hádáme. Je to asi teďka vyjádřený v humoru, ale ta křivka nahoru dolů tam je. No, ale to jsou takový ty různé životní fáze, když se něco děje. Když jde člověk dolů, tak jde dolů i v jiných věcech.*“ Spojení tíhy odpovědnosti a vztahu s Bohem vyplynulo i u jiného respondenta, u kterého byla pocíťována, předně v mladších letech, velká míra odpovědnosti za svůj život: „*...což je takové zatěžující a zatěžuje to i vztah k Bohu. Jo, že nedostojím, neobstojím.*“ (J)

U Štěpána se odpovědnost stává důležitým rysem osamělosti, který doposud zůstával skryt a čekal na své vystoupení. Osamělost se vykresluje jako situace, kdy je člověk na vše sám a nikdo jiný mu nepomůže, což je přímo spojené s odpovědností: „*Pokud jsem za něco zodpovědný a musím o něčem rozhodovat s čím mi nikdo nepomůže, protože je to třeba moje zodpovědnost, tak tam ta osamělost může být. Proto třeba, můj názor, že ti lidé, kteří dělají velká rozhodnutí a nikdo je za ně neudělá, tak ti musí tou osamělostí mentálně trpět úplně strašně.*“ Břímě odpovědnosti ilustruje na příběhu svého přítele, který se ocitl ve velkých finančních problémech a tuto zátěž chce nést za každou cenu sám: „*Rozhodl se, že to jako chlap vyřeší sám, tak se dostal do šílené odpovědnosti a osamělosti. Už mu není rady a už mu není ani pomoci.*“ Veškeré rady, aby rodině vysvětlil, že se musí uskromnit, nebo zvážil, zda je vhodné kupovat nový automobil, odmítá: „*On to pořád odmítá, že na to bude pořád sám. No, tak jako je na to čím dál více sám, protože už mu nikdo moc více nepomůže.*“ (Š) Na uvedeném příběhu se krásně vykreslilo Štěpánovo propojení odpovědnosti a osamělosti. V situacích velkých rozhodnutí, jež nemohou být, ať už ze své podstaty, nebo z vědomého rozhodnutí jejich řešitele sdílena, se člověk ocitá v zajetí osamělosti.

Nakládání s odpovědností

Další subtéma je nakládání s tíhou odpovědnosti. Štěpán práci s odpovědností úzce propojuje s osamělostí. Viděli jsme, že pro něj s velkou zodpovědností nastávají i chvíle osamělosti: „*Se zodpovědností přichází osamělost, ale ta závisí na tom, jestli se o tu zodpovědnost dá podělit nebo nedá.*“ Jeho zápas vedený proti snoubení osamělosti s odpovědností probíhá tak, že velká rozhodnutí nečiní sám, ale vždy s účastí někoho jiného: „*...já osobně s tím bojuji tak, že velká rozhodnutí děláme se ženou.*“ Spoluúčast není jediný krok, jak pracuje s odpovědností. Je jím i pokora před druhými lidmi, která mu nedovoluje rozhodovat za druhé a narušovat tak jejich sebeurčení: „*Nesnažím se dělat rozhodnutí za někoho, ale spíše s ním. (...)* Třeba nebudu brát

zodpovědnost nejmladší dceři za její školu. Prostě je to tvoje zodpovědnost, já jsem tady, já ti s tím pomůžu, abys na to nebyla sama, ale nemůžu to rozhodovat za tebe, to bych dělat nechtěl.“ (Š)

Jiným příkladem nakládání s odpovědností je ubrání aktivity, která někdy může být až kontraproduktivní: „Už netlačím na pilu, že je to na mně. Že já jsem ta, na které to stojí, jestli ty věci dopadnou, nedopadnou. Někdy to totiž nedopadlo dobře.“ (J) V neposlední řadě zmiňme i situace, jak bojovat proti tomu, kdy se odpovědnost stane neudržitelným balvanem, který hrozí, že nás nadobro zavalí. V případě Anežky se jedná o situace, kdy dochází k vychýlení z rovnováhy, jež představuje soulad mezi její aktivitou a aktivitou Boží: „Samozřejmě po úmrtí maminy byla ta vlnovka pár týdnů, pár měsíců hodně hluboká, ale tu vlnovku dokázalo nadnášet něco zase jinýho. Třeba moje rodina, moje práce, přátelé, můj vztah s Bohem. Dokázala bych najít x jiných věcí, které mě zase přiblížily na ten můj ideál.“

8) Odpovědnost a růst

Všichni participanti uvádějí, že se míra odpovědnosti měnila během jejich života: „No, já bych řekla, že jsem člověk dost zodpovědný a měla jsem pocit, že je to na mně. Pak jsem zjistila, že ony ty věci, třeba i vztahy, se nevyvíjely tak, jak jsem si myslela. Takže bych řekla, že s přibývajícím věkem bych tu odpovědnost jaksi trochu umenšovala a zjišťuju, že jsem v životě spokojenější, když se necítím zodpovědná, jo. A ty věci se vyvíjí nakonec samy. Že jsem se s odpovědností někam posunula.“ (J) Jana během svého životního růstu zjistila, že překážkou může být ona sama a míru své odpovědnosti umenšuje. Nesmíme se však mylně domnívat, že se jedná o ztrátu odpovědnosti! „No, jako ona ta odpovědnost tam je, ale není tam v té odpovědnosti aktivita, že se snažím něco dělat. (...) Protože jsem kolikrát zjistila, že jsem byla třeba překážkou. Tady ta moje aktivita.“ (J) Obdobně jsme viděli i u Štěpána, že během svého života identifikuje snížení míry odpovědnosti: „Čím jsem starší, tím méně si myslím, že jsem v tom důležitý já.“ (Š)

Žádný z respondentů přímo nezmiňuje, že by pociťoval zvýšení odpovědnosti během života. Naopak zažívají kladné pocity spojené s tím, že se jim odpovědnost za druhé s přibývajícím věkem vytrácí: „A co se týče stárnutí, co mohu říci já, tak že by člověk získával větší odpovědnost, nevím. Já jsem byla zodpovědná vždycky, abych splnila všem, rodičům a tak, takže já jsem měla spíše pocit, že jsem svobodnější, že už nemusím mít odpovědnost vůči rodičům. Vůči dětem samozřejmě ano, ale už taky tak ne. Já si myslím, že zůstává odpovědnost vůči sobě samé, ale to taky není zrovna jednoduchý. Ale je to zase v tom svobodnější, že s tím můžu víc dělat. Jo, že s tím mohu nějak pracovat. Kdežto odpovědnost za druhé mě víc svazovala. Teď mám odpovědnost za čas, který mám, aby nebyl promarněnej, a to už je i v mých rukách. Tato odpovědnost mě tolik nesvazuje, ale spíše zavazuje, jestli je mezi tím slyšet rozdíl. Zavazuje v tom, že čas mám nějakým způsobem vymezený, dá se dohlédnout. Kdežto dříve mě odpovědnost svazovala.“

Jana tuto odpovědnost vůči sobě samé spojuje ještě s jiným aspektem svobody, kterým je svobodná vůle: „Protože mám svobodnou vůli, stejně to není neomezené, ale můžu se snažit s tím něco dělat. Je to na mně. Kdežto ta zodpovědnost za druhého tam byla, ale není úplně v mých

rukou. Rodiče mají za děti určitě odpovědnost, ale nyní už s tím tolik nenadělají. Teď mám zodpovědnost sama za sebe a za to, co s tím časem udělám. Jestli se například přihlásím na tu hagioterapii a budu o něčem přemýšlet. Anebo budu jenom sázet kytičky, cokoliv.“

Kromě svobody vystoupila ještě jiná existenciála – smysl. Sebeodpovědnost, aktivní využití volného času, souvisí s tím, že vymezený prostor vykazuje potřebu být zaplněn nikoliv prázdnými aktivitami, ale těmi, v kterých subjektivně spatřujeme smysl: „... je to vlastně spojený s odpovědností. Že má člověk nějaký čas, aby se tomu smyslu nějak přiblížil a naplnil ho.“ (J)

V životě participantů se tedy objevují různé fáze, v kterých zažívají odlišnou míru odpovědnosti. Do těchto etap mohou zasahovat situace, které jsou do značné míry nepředvídatelné a způsobují vychýlení nahoru či dolů: „Byly různé fáze, takže nemůžu říci. Teďka to zažívám v rovině, za chvíli třeba píchnu auto a budu dole. Budu stát někde na poli bez pomoci a ani nevím, kde mám rezervu.“ (A)

8.3.4 Smrt v kontextu osamělosti

„Živí totiž vědí, že zemřou, mrtví nevědí zhola nic a nečeká je žádná odměna, jejich památka je zapomenuta.“ (Kz 9,5)

9) Samota

Podle respondentů je smrt silně propojena s prostorovým oddělením od druhých lidí: „Ale samota a smrt si myslím mají blízko k sobě.“ (Š) Tuto spojitost můžeme specifikovat jako situaci, kdy se vynořuje přemýšlení nad smrtí: „No, musím říci, že pokud jsem o ní přemýšlela, tak to bylo ve chvíli negativní prostorové osamělosti.“ (J) Umírat sám, bez přítomnosti jiných lidí, je událost vsutku děsivá: „Děsivé je umírat sám. Nevím, jestli jsem tam jasný v tom rozdílu. Jako umřít mezi svými není tak strašný, jako umřít sám.“ (Š) Štěpán konkretizuje okruh lidí na své blízké. Umírání mezi lidmi, ke kterým nás pojí kladný vztah, tak ztrácí na hrůzostrašné podobě. Nebylo od ní však úplně očištěno, není to jen „tak strašný“, ale určitým způsobem, asi snesitelnějším, to stále strašné je.

Participantí umírání vnímají též jako situaci, kterou si každý člověk musí projít sám. Ačkoliv tam mohou být lineární dávkovače, polohovací postele, oxygenátory, antidekubitní matrace, duchovní předčítající biblický text, manžel držící za ruku aj., stále je to situace, v níž člověk stojí zcela sám: „...jsou to prostě okamžiky života, kterejma člověk musí projít sám. Úplně a úplně sám. Já si to přirovnávám k tomu zážitku s porodem. Sice tam mám jako kolem sebe veškerý technický zázemí, doktory, partnera, ale stále tím musím projít sama. Takže takhle to mám stejně i s tou smrtí.“ (A) Smrt je tedy dle Anežky zážitek, kdy dochází k propojení samoty s osamělostí. Víme, že pro ni samota není negativní sama o sobě, ale jenom tehdy, pakliže se spojí s osamělostí.

Negativní pocity spojené s vlastní smrtí

Respondenti se shodují v tom, že je smrt určitým způsobem stále latentně/zjevně přítomna: „*Smrt je tady asi nějakým způsobem stále přítomná. Ta konečnost. Ať skrze vlastní vnímání, nebo skrze druhé.*“ (A)

Lze stanovit dvě pozice, jež můžeme rozvést. Prvá z nich tkví v tom, že negativní pocity při přemítání nad vlastní smrtí nejsou přítomny: „*Otázky nad vlastní smrtelností mi nějak nevaděj, nejsou pro mě nějak svazující, nebo ohrožující, že bych se s nima neuměla vyrovnat.*“ (A) Druhá hovoří o tom, že strach ze smrti stojí v samotném základu naší existence. Ačkoliv se s ním můžeme snažit nějak pracovat, na smrt samotnou nás nepřipraví zhora nic: „*Strach ze smrti je základem naší existence. Takže mám strach, když jedu v noci autem. Někdy si řeknu: 'Ty jo, tady se někde vybourám a chcípnu v pangejtu.'* Tak to je ten strach. Ono to ale stejně přijde, na toto se stejně nikdo nepřipraví. Takže to je úplně jedno.“ (Š)

Ztráta smyslu

U většiny participantů se objevuje souvislost mezi smrtí, osamělostí a ztrátou smyslu. Ve chvílích, kdy člověk zabředne v úvahách o své vlastní smrti, ocitá se v prostoru silné osamělosti, v němž se ztrácí i samotný smysl života. Pustota, nicota, bezvýznamnost a prázdnota – tak lze načrtnout pocit absolutní bezesmyslnosti. Velmi silně o propojení zmíněných existenciál hovoří Jana: „*Protože jsem byla v intenzivní osamělosti, tak s tím souvisí pochybnost se smyslem života. Když seš v této situaci osamělá, tak tě napadá: 'Jaký je smysl života? A kdybych nebyla, tak co se stane?'* Mám pocit, že kolem mě je prázdno, a že když zmizím, tak se nic nestane a nikomu nebudu chybět.“

Obdobně situaci líčí i Štěpán. I u něj se při úvahách o vlastní smrti objevuje podobný pocit. Tento nežádoucí element je třeba zapudit: „*Někdy, když je člověk sám, tak si říká: 'Kdybych tady nebyl stalo by se něco? Vůbec nic by se nestalo.'* A už ti tam ten d'áblík v tom mozečku takto hrabe. Tak to je třeba zapudit takovéto myšlenky.“

10) Etický aspekt

Se smrtí v kontextu osamělosti se pojí ještě jeden důležitý aspekt. Sice nám v předchozích řádcích vystoupilo, že si smrtí musí projít každý sám, ale zároveň se jedná o momenty, které v sobě obsahují etický nárok, jenž tkví v tom, že druhého nemůžeme nechat samotného. Chceme k němu vztáhnout ruku a svou přítomností prosakovat do jeho světa jako tichá spoluúčast. Tato splátka, kterou máme ve svém srdci, je zároveň subjektem naděje, že i blízcí budou v okamžiku smrti s námi: „*Je důležitý, aby člověk nebyl v okamžiku smrti bez pomoci. To vnímám i u sebe, taky bych nechtěla být sama. Zároveň je důležitý, aby i moji blízcí nebyli při tom umírání samotní.*“ (A)

Pocit osamělosti je to, čeho se lidé při umírání děsí nejvíce. Naše přítomnost je ten největší dar, který jim v danou chvíli můžeme dát: „*Zažil jsem dvakrát u jiných lidí, že nakonec je stejně*

osamělost to, čeho se ti lidi bojí nejvíc. A být s nima je to nejvíce, co pro ně můžeš udělat. Nemusíš vůbec nic, stačí tam s nima být. To byla moje osobní zkušenost hlavně s tátou. Tak vím, že umírat sám je strašná představa, a že se jí bojím. Mám tři děti, jsem s nimi za dobře, tak doufám, že umřu dříve než oni.“ (Š)

Pozorně si všimněme, že když respondenti hovoří o vlastní naději, že nebudou umírat bez pomoci a o nutnosti nenechat druhé smrti všanc, zmiňují předně osoby, s kterými mají citový vztah: blízké, děti. Vypadá to tedy, že v posledku všech věcí ten největší závazek stejně cítíme vůči lidem, kteří uloupili největší díl našeho srdce.

8.3.5 Osamělost v hagioterapeutických setkáních

„Není dobré, aby člověk byl sám. Učiním mu pomoc jemu rovnou.“ (Gn 2,18)

Během analýzy se ukázalo, že respondenti v souvislosti s osamělostí zmiňují podobné, či totožné biblické příběhy. Uvedený výčet však není konečný, neboť: *„Těch příběhů v Bibli, které vyústí v osamělost, kdy v ní člověk zůstane uzavřený a bere život do svých rukou, což nekončí dobře, nebo naopak, kdy se v modlitbě snaží otevřít a ucítit vztah k Bohu, je více.“ (J)* Níže uvedené příběhy jsou spíše hlavními naracemi, v nichž pro participanty hrála osamělost stěžejní roli. Především se jedná o příběhy, na které si respondenti vzpomněli.³²⁸

V této části nám jde o jednoduché zmapování toho, zda respondenti existenciálu osamělosti prožívali i během hagioterapeutických sezení. Zcela přirozeně z této otázky vznikl samostatný tematický okruh.

11) Biblický příběh a jeho prožitek

V této části se odchýlíme od dosavadního průběhu a budeme postupovat podle subtémat, nikoliv hlavních témat. Během analýzy se totiž vyjevilo jako prospěšnější rozčlenit text tímto způsobem, neboť respondenti sice velmi volně přeskakovali mezi jednotlivými příběhy, ale zároveň je doplňovali svými pohledy. Zvolili jsme tedy spojení biblického příběhu a prožitku, jelikož je od sebe v naracích respondentů nelze odtrhnout. Zároveň se pro lepší orientaci v textu jeví jako žádoucí postupovat po jednotlivých příbězích.

a) Abraham, Hagar; Izmael a Izák (Gn 21,1-21 + 22,2-19)

Anežce ve spojitosti s osamělostí nejvíce utkvěl příběh Abrahama, Hagar, Izmaela a Izáka: *„Nejvíce mě v osamělosti asi napadá ten neskutečně bohatej příběh Abrahama a Izáka. Tam je těch osamělostí strašně moc.“* V jednotlivých aktérech se sama vidí. Dochází tedy k identifikaci, poučení, zamyšlení a někdy i k distanci od určitého jednání: *„O tom je hagioterapie, že chvílku je to příjemné povídání a pak, aniž by to člověk čekal, tak to najednou vjede pod kůži a dojde k procesu, ke kterému má dojít. Je to vedené jako skupinová terapie na*

³²⁸ Celé znění těchto biblických příběhů nalezneme v příloze B.3.

základě biblických příběhů a pokaždé je tam moment, kdy se to spojí se mnou. Nebo se se mnou spojí ta zkušenost druhého ve skupině.“

Abrahamovu osamělost Anežka spatřuje v konfliktu žen, který musel řešit sám a nebylo to pro něj jednoduché: *„...v tomto ohledu se od nich taky vzdaluje.“* Další osamocení vidí u Hagar, jež byla vyhnána z domu na poušť. Rovněž i u Sáry, když jí Abraham vezme syna a jdou neznámo kam. V neposlední řadě je to: *„...velká osamocenosť Izáka, když najednou je svazovanej a pokládanej na oltář. To jsou asi příklady, kdy ta osamělost konkrétních aktérů hodně moc vystupuje.“* Při identifikaci s těmito postavami najednou vidí, *„...že nejsem zas tak výjimečná, že to samé prožívá i někdo jinej. A zároveň mě to i stabilizuje. Asi to nebylo ihned, po tom prvním, druhým, třetím sezení. Postupně se ukazovalo, o čem hagioterapie je, a že to není jenom příjemné povídání, ale najednou z toho i člověk zalapá po dechu.“*

b) Stvoření člověka a jeho pád (Gn 2,15-3,7)

Tento příběh vystoupil u všech respondentů. Anežka vidí vyprávění o prvním lidském páru jako příběh o vztahovosti. Spatřuje v něm sebe, ale i svého partnera: *„...je to příběh i mého protipólu. Je to o mně a o mé lepší polovičce, o partnerovi. Někdo, kdo mě doplňuje, abych před Bohem byla plným člověkem.“* To, že Hospodin stvořil „adama“ jako muže a ženu a dal je k sobě, vnímá Anežka jako základní určení člověka, které tkví v tom, aby člověk nebyl sám.

Jana tento příběh líčí jako příběh o osamělosti. Toto téma v něm vystoupilo s věkem: *„Dříve jsem si to v těchto vazbách tolik neuvědomovala, že tam bylo řečeno, že není dobře člověku samotnému. Řekla bych, že je to i věkem, a proto si to teď uvědomuju výrazněji.“* Do vyprávění z Genesis zahrnuje i touhu člověka brát osud do svých rukou a rozhodovat. Na základě své zkušenosti říká, že to pro člověka představuje nebezpečí: *„Když se to člověk rozhodne řešit sám, tak je zde nebezpečí osamělosti. A člověku není dobře samotnému, tak mu Bůh stvořil ženu.“* V této souvislosti si vzpomeňme na Štěpánovo pojetí odpovědnosti a samoty. Vidíme, že Jana má nyní podobný pohled.

Štěpán uvedl, že se v pasáži jedná o to, že by člověk neměl být sám. Nezůstává jen u existenciální osamělosti, ale zapojuje i smysl: *„Nevím, možná, že kdyby to jablko nesnědli, taky by byl průser. Kdyby byli samotní v rajské zahradě, tak co tam? Jako beze smyslu v ráji? Všechno máš. Co budeš dělat? Takto mohli alespoň obstarávat Kaina a Ábela. To mi přijde jako peklo. Existence beze smyslu, jenom pro existenci.“* I přesto je narace o Adamovi a Evě i jeho příběhem: *„Jediný rozdíl je v tom, že tam mu Evu přidělil Pán Bůh. Tady jsem se pro svoji ženu rozhodl. To je asi paralela každého člověka, který chce zakládat rodinu, akorát místo jablka dostaneš prstýnek.“* Biblická pasáž pro něj představuje ponaučení, které vztahuje ke své zkušenosti: *„Je to alespoň poučení. Já bych měl rád ty Ábely. Proto říkám dětem, že musí držet pospolu, protože my jsme s bráchou drželi pospolu, díky tomu jsme přežili.“*

c) Samsonova svatba, Samsonův boj (Sd 14,1-15,6) + Saul v Én-dóru a Saulova smrt (1 S 28,4-25)

Pro Janu se osamělost projevuje i v příběhu Samsona: „*On od začátku věděl, že bude vybraný, že bude soudce. To věděl už od dětství, takže byl takový docela dost osamělý.*“ Osamělost zde spojuje s volbou a s velkou zodpovědností. Tím, že Samsonovi byla uložena takto významná role, zároveň obdržel i tíhu odpovědnosti. Dále v Janě rezonuje příběh Saula, který vypráví o tom, jak král ve svém zoufalství vyhledal pomoc čarodějnice. Byl v situaci velké osamělosti a nevěda kudy kam, navštívil ženu, jejíž „povolání“ sám zakázal. „*U Samsona a Saula jsem vnímala osamělost jako součást příběhu. Asi i jako možnou příčinu jejich osudu. To, že si s ní třeba nevěděli vůbec rady.*“

U Štěpána se v příběhu Samsona projevuje spojení osamělosti s odpovědností. Během hagioterapie se tedy propojuje s těmi osamělými postavami, na něž bylo vloženo břímě odpovědnosti. Podle Štěpána musel být Samson velmi osamělý: „*Samson udělal velká rozhodnutí, se kterými mu nikdo nemohl pomoci. Takže před tím rozhodnutím, nebo v rámci toho rozhodnutí, musel být hrozně sám.*“

d) Ukřižování a Ježíšova smrt (J 19,17-42)

Jana se Štěpánem společně tematizují velmi silnou osamělost Ježíše Nazaretského. Každý ovšem z trochu jiného úhlu. Jana vidí v Ježíšově nakládání s osamělostí ozdravný aspekt: „*Taky Ježíš na sebe bere velmi těžkou osamělost. On ale osamělost předkládá Bohu, a to je na tom pozitivní, když se osamělost otevře.*“ Janě se zde propojuje vlastní zkušenost sdílení osamělosti s Bohem a pojetí osamělosti jako „bublíny v propasti.“ Je to též právě Bůh, který může v modlitbách zbořit její silné hradby.

I Štěpán vlastní vnímání osamělosti spatřuje v příběhu Ježíše. Podle něj byl Ježíš jedním z nejosamělejších lidí: „*Podle mě byl jeden z nejosamělejších lidí na světě Ježíš, protože měl tu zodpovědnost tak obrovskou, že se o ní nemohl s nikým vůbec podělit.*“

e) Smrt Jana Křtitele (Mk 6,14-29)

Jako poslední uvedme příběh, který se objevuje u dvou respondentů. Jana jej na hagioterapii neprobírala, proto se u ní nemohl projevit. Zajímavé je, že se netýká existenciálně osamělosti, ale svobody, respektive odpovědnosti: „*Pokud je řeč o odpovědnosti, tak mi vždycky vytane na mysli tento příběh.*“ (A) Jedná se o příběh smrti Jana Křtitele.

Král Herodes dal Jana Křtitele zatknout, protože mu Jan vytýkal, že si vzal Herodiadu, manželku svého bratra. Herodias byla plná zloby, ale Herodes se Jana bál, protože to byl svatý muž. Herodias navedla svou dceru, které král slíbil vše, o co si požádá, aby poprosila o hlavu Jana Křtitele. Herodes se při její prosbě velmi zarmoutil, ale kvůli přísaze před spolustolovníky to splnil. Tak zemřel Jan Křtitel.

Pro oba respondenty v příběhu vyniká Herodes, ovšem v úplně jiných souvislostech.

Anežce do tohoto příběhu velmi vstupuje osobní odpovědnost a zkušenost s autoritami: „*Třeba já mám problém s autoritou, takže za to může Herodes, protože byl král, bylo to na jeho slově.*“ Anežka tedy viní ze smrti Jana Křtitele krále Heroda a odpovědnost připisuje na jeho stranu.

Úplně jinak to však vnímá Štěpán: „*Já jsem byl asi jediný, kdo obhajoval císaře Heroda. To byl první příběh na hagio, který já jsem zažil. Prokop měl nějakou tour a byl v Poděbradech. Tam jsme se potkali a bavili jsme se o tomhle příběhu. Jsou zde různé postavy. Takže mladé holky nenávidí tu Salome, ty starší její mámu. Všichni si tam najdou něco. Já jsem byl jediný, kdo obhajoval Heroda, protože musel splnit slib a dát jí to, o co si řekla. On není jako Lojza, on je císař, a když něco řekne, má zodpovědnost. Kdyby to neudělal, tak ztratí veškerou moc a úctu. A je po něm, že jo. Už ztratí vlastně všechno. Musel to takhle udělat. Salome byla mladá holka, mohl ji odmítnout, ale za mě nemohl. To je to, co je v tom příběhu o zodpovědnosti. Protože ta holka byla totálně nezodpovědná, její zodpovědnost byla nula.*“

Kromě svobody v příběhu vystupuje i existenciála smyslu, o které Štěpán začal hovořit v souvislosti s dcerou manželky Heroda: „*Smysl toho, co má dělat, jí implementovala matka. To byla největší mrcha, protože já jsem alergický na implementaci smyslu života lidem skrze média a různé aktivistické skupiny. Kdo tam měl tu zodpovědnost a slovo byl ten Herodes, který měl zrovna málo krve. A jsou dva orgány, které jsou na ní závislé. Jeden je mozek. A ten zrovna moc nepoužil. Myslel něčím úplně jiným, ale to ho té zodpovědnosti moc nezbavuje. Byl tam jediný člověk, kdo tam měl odpovědnost. A zodpovědnost za tu smrt nejvíce připisují té matce Salome. To byla největší příčina. Ten Jan Křtitel si taky samozřejmě zavařil, ale to je už jiný příběh.*“ Opět se tak ukazuje, že existenciály jsou spolu úzce provázené.

8.4 Diskuse k výsledkům

„Posvět' je v pravdě“ (J 17, 17)

Z výpovědí respondentů jsme se pokusili zodpovědět základní výzkumnou otázku: „**Jak prožívají účastníci Existenciální hagioterapie osamělost?**“ Na základě polostrukturovaných rozhovorů se třemi respondenty (ženy N=2, muži N=1) jsme pomocí Interpretativní fenomenologické analýzy vytvořili **5 tematických okruhů**:

- 1) Vztah a osamělost
- 2) Práce s osamělostí
- 3) Svoboda v kontextu osamělosti
- 4) Smrt v kontextu osamělosti
- 5) Osamělost v hagioterapeutických setkáních

Vycházeli jsme z praxe hagioterapie, která potvrzuje, že se existenciály objevují téměř při každém setkání na textem, tudíž by pro respondenty neměly být zcela neznámé. Ačkoliv naším záměrem nebylo jakýmkoliv způsobem potvrdit, nebo vyvrátit teoretickou část práce, spatřujeme jako obohacující uvést do diskuse teoretickou a empirickou část společně.

Začneme tím, že výpovědi respondentů korespondují se slovy Yaloma, který říká, že **jsou základní záležitosti (smrt, svoboda, ztráta smyslu a osamělost) vzájemně propojené a vystupují společně.**³²⁹ Z uvedených výsledků vidíme, že v průběhu rozhovorů vystoupily všechny fundamenty a respondenti je uváděli do vzájemných souvislostí. Jako nejvýraznější se ukázala vazba osamělosti a svobody, konkrétně možné/nutné vyústění velké odpovědnosti v osamělosti. „Proto třeba, můj názor, že ti lidé, kteří dělají velká rozhodnutí a nikdo je za ně neudělá, tak ti musí tou osamělostí mentálně trpět úplně strašně.“ (Š) Respondenti tak do určité míry přitakávají dalšímu tvrzení Yaloma, jež zní, že „**utvářet sebe sama a svůj svět (a být za to odpovědný), stejně jako si odpovědnost uvědomovat, je velmi děsivý poznatek.**“³³⁰ Na stranu druhou musíme poznamenat, že sebeodpovědnost ve slovech participantů nenabývala na tíživosti, naopak vykazovala známky uvolnění oproti odpovědnosti za druhé lidi. I přesto v sobě nese určitý závazek spojený s naplněním životního smyslu.

Participantí rovněž propojovali interpersonální osamělost, přemýšlení nad smrtí a pocity ztráty smyslu, jež při přemítání nad vlastní konečností prožívají. V oblasti existenciály smrti respondenti svým svědectvím potvrdili některé aspekty Heideggerovy fundamentální analýzy: „**Umírání musí vzít vždy pobyt sám na sebe, smrt je bytostně vždycky moje. Smrt je ontologicky konstituována existencí a tím, je vždy moje.**“³³¹ Zastupitelnost příznačná pro každodennost

³²⁹ YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: 2006, s. 517

³³⁰ Tamtéž, s. 239

³³¹ HEIDEGGER, Martin. *Bytí a čas*. Praha: 2018, s. 276

v okamžiku umírání selhává, pobyt jí musí projít zcela sám.³³² Tvrzení doložme odpovědí Anežky: „...jsou to prostě okamžiky života, kterejma člověk musí projít sám. Úplně a úplně sám. Já si to přirovnávám k tomu zážitku s porodem. Sice tam mám jako kolem sebe veškerý technický zázemí, doktory, partnera, ale stále tím musím projít sama. Takže takhle to mám stejně i s tou smrtí.“ Respondenti zároveň identifikovali **etický prvek, který je v „umírající tváři Druhého přítomen“**: „Je důležitý, aby člověk nebyl v okamžiku smrti bez pomoci. (A) Jejich prožívání se podobá slovům Lévinase, který hovoří o výzvě druhé Tváře: „Nesmíš mě nechat zemřít o samotě! Nezabiješ mě!“³³³ Jeden z respondentů dále tvrdil, že **smrt je základem naší existence**, čímž se shoduje s hagioterapií, Yalomem a Heideggerem.

Další zjištění je vnímání **vztahů jako náplně životního smyslu**. Obdobně se vyjadřuje Buber, když tvrdí, že právě v dialogickém vztahu k druhým a k Bohu, nachází smysl své místo: „Rodina a děti, tam je můj smysl, i když jako já vím, že děti jednou odejdou.“ (Š)

Nyní se zaměříme na samotnou **existenciální osamělost**. Pro zřehlednění dělení osamělosti a samoty podle jednotlivých respondentů uvádíme následující tabulku.

Tabulka 3 – Přehled dělení osamělosti a samoty dle jednotlivých respondentů

Anežka	a) Osamělost → ryze negativní pocit b) Samota pozitivní → prostorová separace, šance c) Samota negativní → pouze tehdy, propojí-li se osamělost se samotou
Štěpán	a) Osamělost → stav mysli, ryze negativní pocit b) Samota pozitivní → prostorové oddělení jako čas pro sebe c) Samota negativní → prostorové oddělení nechtěné
Jana	a) Pocitová osamělost pozitivní → okamžiky pro sebe b) Pocitová osamělost negativní → vypadnutí ze sítě vztahů c) Prostorová osamělost pozitivní → dobrovolná d) Prostorová osamělost negativní → nedobrovolná

Můžeme si povšimnout, že se pojetí respondentů vesměs shoduje s teoretickým popisem **osamělosti** jako negativního subjektivního prožitku, který je nezávislý na přítomnosti jiných lidí a vyjadřuje určitý deficit v mezilidských vztazích.³³⁴ U jednoho z respondentů ovšem osamělost získala i pozitivní hodnocení a byla vnímána především jako čas pro sebe.

Dva respondenti uvedli, že **intrapersonální osamělost** prožili, třetí tuto skutečnost na vědomé úrovni negoval. U **interpersonální osamělosti (samoty)** shodně zdůrazňovali její kladnou i zápornou stránku. Pozitivita se projevovala v prostoru sám pro sebe, možnosti utřídit si myšlenky a být s Bohem.³³⁵ Jeden participant udal, že samota není negativní sama o sobě, pouze spojí-li se

³³² Tamtéž

³³³ LÉVINAS, Emmanuel. *Být pro druhého: (dva rozhovory)*. Praha: 1997, s. 18–19

³³⁴ KUŽELOVÁ, Hana, Václava TYLOVÁ a Radek PTÁČEK. *Emoční a sociální osamělost v etiologii a léčbě duševních poruch*. Praha: 2014, s. 152

³³⁵ Připomeňme: Samota jako místo očisty, kde získáme nové síly pro znovunavázání vztahu se světem a s Bohem. (BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: 2016, s. 83-84)

s osamělostí. **Osamělost existenciální**, „*kteřá přetrvává navzdory těm nejspokojivějším vztahům s druhými lidmi a dokonalému sebepoznání a integraci*“ participant neprožívají, jelikož se všichni **shodli, že osamělost lze prolomit a výstup se děje skrze vztah**. Můžeme říci, že její obsah jim ovšem není zcela neznámý, spíše se vymezují proti její definitivnosti: „...někdy mám takový pocit, že se mi všichni lidé někam vzdálili, že kolem mě je taková prázdná bublina...“ (J) „Někdy když je člověk sám, tak si říká: 'Kdybych tady nebyl stalo by se něco? Vůbec nic by se nestalo.'“ (Š) „...Jsem taková zahleděná do té osamělosti, že nemám oči otevřené pro to, že bych mohla vyjít.“ (J)

Lze identifikovat dvě pojetí, jež se v tématu **výstup z osamělosti objevila**. V prvním z nich se výstup děje takřka okamžitě, a to ve chvíli, kdy se náš bližní přiblíží do pole osamělosti a zruší tak jeho neúprosnou gravitaci. V pojetí druhém je výstup z osamělosti chápán jako dlouhodobější proces. Existují však situace, kdy se druzí proměňují v bariéru a jejich přítomnost je kontraproduktivní.

Jeden z respondentů se přímo rozešel s Yalomem a tvrdil, že **kdyby na jeho nezrušitelnost osamělosti přistoupil, ztratil by se sám v sobě**, protože sebevztah jako nikdy neutuchající dialog nedovoluje osamělosti zaujmout definitivní vládu. Zároveň vztah není automatickou pomocí a záleží především na tom, zda daná osoba pomoci chce. V opačném případě intervence selhává.

Na vztah k Bohu respondenti nahlíželi dvojím způsobem. U dvou participantů se projevil **osobní vztah k Bohu, k Němuž se, jako ke svému „Ty“, vztahují v situaci osamělosti**. Mohou to být i biblické texty a denní čtení, které jsou „mostem mezi Ním a námi.“ Dále se objevil „**vztah úcty s neosobním Čímkoliv**“, které nás životem provádí a má tak o nás zájem. K takovému božství se však člověk nevztahuje ve chvílích osamělosti.

Tematický okruh osamělost v hagioterapeutických setkáních ukázal, že se **téma osamělosti objevuje během terapeutických skupin**. Pro lepší orientaci v příbězích, jež respondenti zmiňovali, obraťme pozornost na následující tabulku.

Tabulka 4 – Přehled biblických příběhů a jejich frekvence

PŘÍBĚH	FREKVENCE
a) Abraham, Hagar; Izmael a Izák (Gn 21,1-21 + 22,2-1)	1x
b) Stvoření člověka a jeho pád (Gn 2,15-3,7)	3x
c) Samsonova svatba, Samsonův boj (Sd 14,1-15,6)	2x
d) Saul v Ěn-dóru a Saulova smrt (1 S 28,4-25)	1x
e) Ukřižování a Ježíšova smrt (J 19,17-42)	2x
f) Smrt Jana Křtitele (Mk 6,14-29)	1x

Můžeme si povšimnout, že **nejvíce zastoupený byl příběh o stvoření člověka a jeho pádu**, který zmínili všichni respondenti. Kromě osamělosti participanti zapojili do narace o prvním lidském páru i smysl a svobodu (odpovědnost). Identifikace těchto existenciál se shoduje s náhledem hagioterapie, která tento příběh vidí nejen jako vyústění v osamělosti, ale i jako událost vzpoury – reakce lidí na Boží otázku zrcadlí odmítání odpovědnosti. Jako ilustraci toho, že se rovněž jedná o příběh ztráty smyslu zmiňme, že se lidé, jejichž smyslem bylo následování Hospodinových nařízení a pobývání v „Boží blízkosti“, opásali po objevení své nahoty fíkovými listy, které představovaly pro starověké obyvatele Palestiny strom spojený s démony. Člověk, který se cítí před Hospodinem vinen, hledá pomoc jinde, ve světě démonů. To je důvodem, proč jim Hospodin opatřil kožené suknice. Chtěl jim tuto démonskou pokrývku odebrat (Gn 3,21).³³⁶ Neopomeňme, že se téma odpovědnosti objevilo i příbězích o Samsonovi, Saulovi a Ježíšovi.

Příběh, jež respondenti spojovali s odpovědností, nikoliv s osamělostí, se týkal **smrti Jana Křtitele**. Z psychologického hlediska se jedná o příběh viny a poslušnosti. Zrcadlí náš vztah k morálním otázkám, autoritám a míru naší poddajnosti.³³⁷ Postoj vůči autoritám do určité míry odráží i zápletka **Abrahama, Hagar; Sáry, Izmaela a Izáka**.³³⁸ Více než „pohybem víry“ se však v této práci stala vyprávěním o osamocení a úzkosti.

Shrňme, že participanti povětšinou uváděli příběhy, v nichž byly stejné existenciály rozklíčovány i na teoretické úrovni. Jednalo se o pasáže, které se shodují/kontrastují s jejich prožíváním a nazíráním smrti/smyslu/ svobody a osamělosti.

³³⁶ Srov. BÍČ, Miloš. Svíce k nohám mým: *Hrst podnětů k zamyšlení nad starým zákonem*. Praha: 1992, s. 37–38

³³⁷ REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše*. Praha: 2013, s. 147-154

³³⁸ Tamtéž, s. 27–36

Závěr

„Žádný člověk není ostrov sám pro sebe; každý je kus nějakého kontinentu, část nějaké pevniny; jestliže moře spláchne hroudu, je Evropa menší, jako by to byl nějaký mys, jako by to byl statek tvých přátel nebo tvůj: smrtí každého člověka je mne méně, neboť jsem část lidstva. A proto se nikdy nedávej ptát, komu zvoní hrana. Zvoní tobě.“

– John Donne, Komu zvoní hrana

Tato diplomová práce si vytyčila dva cíle. Prvním z nich byla *Deskripce osamělosti v kontextu Existenciální hagioterapie*. Druhým bylo *odpovědět na hlavní výzkumnou otázku: „Jak prožívají účastníci Existenciální hagioterapie osamělost?“* Nejprve se věnujme prvnímu cíli.

Zopakujeme, že jsme před vstupem do samotné existenciály učinili krátké vztahování tématu do oboru sociální práce, na něž jsme nahlíželi skrze diskurzivní pojetí. Existenciální hagioterapii jsme identifikovali jako možnou intervenci v rámci spirituálně senzitivní sociální práce, ovšem s důrazem na nutnost terapeutického a postgraduálního výcviku v oblasti EH. Dále jsme definovali existenciální terapie, kde se nám i přes jejich pluralitu podařilo v návaznosti na Coopera nalézt několik shodných prvků, které jsou pro ně příznačné.

Nyní k samotné osamělosti. Jako první jsme se věnovali *pojetí I. D. Yaloma (ateistické paradigma)*, jenž osamělost dělí na intrapersonální, interpersonální a existenciální, která dominuje jeho pojetí a představuje nepřekonatelnou propast mezi námi a druhými. Následně jsme se přesunuli k myšlenkám *M. Bubera a E. Lévinase (teistické paradigma)*, u nichž je osamělost rozvíjena odlišným způsobem než u Heideggera, z jehož fundamentální analýzy pobytu vychází Yalom. I jejich náhled na *dvojici osamělost a vztah*, která tvořila jádro další kapitoly, vykazuje značné rozdíly. Zatímco Buber a Lévinas poukazují na to, že osamělost lze prolomit vztahem, Yalom má za to, že osamělost je zcela nezrušitelná, s druhými ji můžeme pouze sdílet. Ačkoliv jsou názory uvedených myslitelů, a to i Bubera a Lévinase, značně rozdílné, tvoří teoretický základ vymezení osamělosti v kontextu Existenciální hagioterapie. Ta, jak jsme poukázali, vychází z I. D. Yaloma, ale na osamělost nahlíží odlišným způsobem. Závěr teoretické části si proto dovolueme shrnout následujícím způsobem.

Hagioterapie předpokládá, že je vnitřní dynamika člověka složena z boje mezi vztahovostí a osamělostí. Lidská bytost může zažívat „existenciální osamělost“ a dostat se do situace, kdy pociťuje, že z této existenciály není úniku. Tento prožitek se však odehrává pouze na rovině konkrétního jedince. Ve své teorii se EH i přesto, že považuje za inspirativní Yalomovo dělení osamělosti a rovněž za terapeuticky přínosné techniky, které při práci s osamělostí navrhuje, kloní k Buberovi a Lévinasovi. Nedefinitivnost osamělosti akcentuje především na rovině vztah Bůh – člověk, který se odehrává v kvalitě Já a Ty, ovšem hledí na něj z pozice psychologie, protože předpokládá existenci spirituálních struktur v lidské psychice. Vztah k Bohu je tedy naší součástí, proto naše osamělost není nikdy definitivní opuštěností. To, že osamělost, která se v EH

konkretizovala jako porušení vztahů a odcizení od bytostného dialogického Já, nemá nad člověkem konečnou vládu, se odehrává na rovině teoretické. Hagioterapie je psychoterapií, která ve své intervenci vychází z místa, kde stojí její klient, proto je třeba mít na paměti, že koncept, o který jsme se v této práci pokusili, není dogmatický.

Jako poslední k teoretické části neopomeňme zmínit, že jsme se do prostoru hagioterapie snažili přizvat Lévinase a nabídnout tak trochu odlišné pohledy, a to především na vztahové určení člověka a jeho úzkou souvislost s etikou. Pro závěrečnou rekapitulaci ještě jednou uvádíme přehled pojetí osamělosti dle jednotlivých autorů, tentokrát již s rozšířením o Existenciální hagioterapii. Doufáme, že čtenáři pomůže v orientaci.

Tabulka 5 – Přehled osamělosti dle autorů s rozšířením o Existenciální hagioterapii

Pohled	Vztah	Bližní	Transcendence	Osamělost
<i>I. D. Yalom</i>	Zralý vztah je obranou před osamělostí. Neprolamuje osamělost. Nesobecký, aktivní, vzájemný, celostní prožívání druhého.	Ve zralém vztahu druhého prožíváme co nejplněji a nelze v něm druhého redukovat na obranu.	Bůh neexistuje, jsme zcela svobodní a odpovědní za náš život (i za své utrpení). Základní tragičnost a bezsmyslnost světa.	Existenciální osamělost nezrušitelná. Odloučenost mezi člověkem a světem, nepřekonatelná propast stojící mezi námi a bližním.
<i>M. Buber</i>	Je východiskem ze samoty. Pravý vztah pouze mezi Já – Ty. Vzájemný, nepředmětný, bezúčelný. Je dialogem, ve kterém druhého přijímáme v celé jeho jinakosti.	Zcela jedinečný, bytostná jinakost Ty. Působí na nás stejně jako my na něj. Jenom ten, kdo předstupuje před tvář Ty je svobodný.	Věčné Ty. Vztah k Bohu je spjat s druhými (každé Ty je k němu průhledem). Bůh nás neodděluje od světa. Absolutní vztah je úhrnem, kde se dovršují ostatní vztahy.	Lze prolomit. Dobrá (místo očisty, uvolnění pout z předmětných vztahů) a zlá (člověk nevstupuje do dialogické situace) samota.
<i>E. Lévinas</i>	Je východiskem ze samoty – prolamuje kategorie Já. Nereciproční, asymetrický, etický (zahrnuje podřízenost vůči druhému).	Jedinečný, radikálně odlišný. Zodpovědnost za jeho tvář, která stojí ještě před naší svobodnou.	Nekonečno. Idea nekonečna je v nás od počátku přítomná. Metafyzická touha. Absolutní exteriorita. Vztah k Bohu je spjat s druhými lidmi – božské se nás dotýká v tváři Druhého.	Problém ontologický – náleží k naší existenci. Nabývá rozměru připoutanosti k sobě samému, nutnosti se zabývat sám sebou. Lze prolomit. Zahrnuje prvek etický.

Pohled	Vztah	Bližní	Transcendence	Osamělost
<i>Existenciální hagioterapie</i>	V centru osobnosti dialogické Já, kvalita Já – Ty. Nedochází ke splynutí, bezpředmětný a bezúčelný. Deformuje ho úzkost. <i>Symetrický?</i> <i>Asymetrický?</i> <i>Etický vztah? Třetí člen?</i>	Jedinečný a odlišný. Je osobou. Ve své plnosti není předmětem. <i>Omezuje naši svobodu výzvou ve své tváři?</i> <i>Bůh v blízkosti tváře Druhého?</i>	Metodologický a/teismus. Přítomnost spirituálních struktur v lidské psyché. Smysluplnost, naděje a dialogický postoj k Bohu, který je naší součástí – prolamuje osamělost. Víra má moc formovat život. <i>Antropologický obrat?</i>	Dynamika složená z boje mezi vztahovostí a osamělostí, jež se ukazuje jako porušení vztahů, odcizení od dialogického Já. <i>Spojeno s etikou?</i> Lze prolomit. Na rovině prožitkové lze zakoušet její nezrušitelnost. Hlavní je východisko klienta!

Věnujme se nyní empirické části, která si kladla za cíl odpovědět na základní výzkumnou otázku: „*Jak prožívají účastníci Existenciální hagioterapie osamělost?*“ Odpověď jsme se snažili opatřit pomocí polostrukturovaných rozhovorů s účastníky EH a získaná data jsme analyzovali skrze metodu Interpretativní fenomenologické analýzy.

Důležité momenty jsme tematizovali již v podkapitole s názvem Diskuse k výsledkům (8.4). Druhý cíl můžeme považovat za splněný, jelikož práce v empirické části přibližuje prožívání osamělosti účastníků hagioterapie. Zároveň jsme ukázali některé zajímavé momenty, kde se participant shodují/rozcházejí s myšlenkami obsaženými v teoretické části. Viděli jsme, že je existenciála osamělosti prožívána i během terapeutických sezení. Rovněž jsme ukázali konkrétní příběhy, v nichž osamělost vystupuje nejvíce.

Osamělost je skutečnost dvojnásobná. Na jedné straně způsobuje mnohá utrpení a její destruktivní stránka může poškodit člověka i po fyzické stránce. Na stranu druhou se v hagioterapeutických skupinách dokáže proměnit v katalyzátor ke změně a spolupodílet se tak na proměně psychického pole. Znalost této problematiky může pomoci při péči o klienty s problémy, jež se pojí s pilíři jejich existence. EH tak může představovat velmi významnou intervenci v rámci spirituálně senzitivní sociální práce, ale i mimo ni.

„... *Jako David před třemi tisíci lety vstoupil svým životem do příběhu, který mu vyprávěl prorok Nátan, chceme i Vám nabídnout způsob, jímž můžete vstoupit do biblických příběhů i Vy. Ocitnout se uvnitř nich – jako ve vícerozměrném panoramatickém filmu, který dokáže strhnout Vaše vášně a dotknout se vašeho nitra.*“³³⁹

³³⁹ REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše*. Praha: 2013, s. 14

Seznam použité literatury

ATKINSON, Rita L. *Psychologie*. Praha: Portál, 2003, 752 s. ISBN 80-717-8640-3.

ATTERTON, Peter, Maurice **FRIEDMAN** a Matthew **CALARCO** (eds). *Levinas and Buber: dialogue and difference*. Pittsburgh: Duquesne University Press, 2004, 335 p. ISBN 0820703494.

Bible: Písmo svaté Starého a Nového zákona (včetně deuterokanonických knih): český ekumenický překlad. 15. (6. opravené) vydání. Praha: Česká biblická společnost, 2008. ISBN 978-80-85810-74-5.

BIČ, Miloš. *Svíce k nohám mým: Hrst podnětů k zamyšlení nad starým zákonem*. Praha: Evangelická církev metodistická, 1992, 213 s. ISBN 80-85013-25-8.

BIZOŇ, Michal. *Dve podoby samoty v myšlení Martina Buber*. In: **DUŠKO**, Miroslav, Marián **PALENČÁR** a Ján **ŠLOSIAR**. *Osamelosť v kontexte zmyslu života*. Banská Bystrica: Belianum, 2015, s. 112-125. ISBN 978-80-557-1014-3.

BUBER, Martin, *Knowledge of man: selected essays*, New York: Harper & Row, 1965, 186 p. ISBN 9780041930016.

BUBER, Martin. *Problém člověka*. Praha: Kalich, 1997, 160 s. ISBN 80-701-7109-X

BUBER, Martin. *Já a Ty*. Praha: Portál, 2016, 126 s. ISBN 978-80-262-1093-1.

BUBER, Martin. *Úvahy o chasidismu*. Praha: Vyšehrad, 2015. Krystal (Vyšehrad), 110 s. ISBN 978-80-7429-480-8.

COOPER, Mick. *Existential Therapies*. London: SAGE Publications, 2003, 169 p. ISBN 978-0761973218.

CORETH, Emerich, Peter **EHLEN**, Gerd **HAEFFNER** a Friedo **RICKEN**. *Filosofie 20. století*. Olomouc: Nakladatelství Olomouc, 2006, 256 s. ISBN 978-80-7182-209-7.

FIGAL, Günter. *Úvod do Heideggera*. Praha: Academia, 2007, 192 s. ISBN 978-80-200-1553-2.

FISCHEROVÁ, Marie. *Naše koledy*. Praha: Albatros, 2015, 53 s. ISBN 978-80-000-4041-7.

FROMM, Erich. *Strach ze svobody*. Praha: Portál, 2014. Klasici, 239 s. ISBN 978-80-262-0615-6.

FROMM, Erich. *Umění milovat*. 1. vyd. Praha: Orbis, 1966, 118 s.

HALÍK, Tomáš. *Oslovit Zachea*. Praha: Lidové noviny, 2003, 500 s. ISBN 80-710-6547-1.

HEALY, Karen. *Social Work Theories in Context*. London: SAGE, 2005, 238 p. ISBN 9781403916228.

HEIDEGGER, Martin. *Bytí a čas*. Třetí, opravené vydání. Praha: OIKOYMENH, 2018. Knihovna novověké tradice a současnosti, 483 s. ISBN 978-80-7298-244-8.

KAŇÁK, Jan. *Diskursivní paleta sociální práce: reflektování diskursů pomocí prvků diskursivní analýzy*. In ŠTECH, Ondřej, PATYI, Petr a Zdena TRUHLÁŘOVÁ. (Eds.). *Sociální práce v nejisté době*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2016, s. 23–29
ISBN 978-80-7435-648-3.

KAŇÁK, Jan. *Nedefinovaná profesionalita: Vztah diskursů spirituality a profesionality v sociální práci v soudobé odborné literatuře*. Časopis sociální práce/Sociální práce 5/2016, s. 72-91. ISSN 1213-6204.

KAŇÁK, Jan. *Postavení diskursu spirituality v sociální práci*. Časopis sociální práce|Sociální práce. Národní centrum pro rodinu, 4/2015, s. 30-46. ISSN 1213-6204.

KOUTNÁ KOSTÍNKOVÁ Jana a Ivo ČERMÁK. *Interpretativní fenomenologická analýza*. In: ŘIHÁČEK, Tomáš, Ivo ČERMÁK a Roman HYTYCH. *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova univerzita, 2013, s. 9-43. ISBN 978-80-210-6382-2.

KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. Praha: Portál, 2017, 403 s.
ISBN 978-80-262-1227-0.

KUČERA, Zdeněk. *Hoře a milost: ke kořenům teologie církve radikálního modernismu*. Brno: L. Marek, 2001, Pontes pragenses (L. Marek), 128 s. ISBN 80-86263-19-3.

LÉVINAS, Emmanuel. *Být pro druhého: (dva rozhovory)*. 2., opr. vyd. Praha: Zvon, 1997. Logos (Zvon), 65 s. ISBN 80-711-3217-9.

LÉVINAS, Emmanuel. *Čas a jiné: Le temps et l'autre*. Praha: Dauphin, 1997. Studie (Dauphin), 174 s. ISBN 80-860-1933-0.

LÉVINAS, Emmanuel. *Ethics as First Philosophy*. In: HAND, Seán (eds). *The Levinas reader*. Oxford: Blackwell, 2001. p. 75-87. ISBN. 9780631164470.

LÉVINAS, Emmanuel. *Existence a ten, kdo existuje*. 2., opr. vyd. Praha: OIKOYMENH, 2009. Oikúmené (OIKOYMENH), 85 s. ISBN 80-860-0536-4.

LÉVINAS, Emmanuel. *Martin Buber and the Theory of Knowledge* In: HAND, Seán (eds). *The Levinas reader*. Oxford: Blackwell, 2001, p. 59-74. ISBN. 9780631164470.

LÉVINAS, Emmanuel. *Totalita a nekonečno: (esej o exterioritě)*. Druhé, opravené vydání. Praha: OIKOYMENH, 2020. Knihovna novověké tradice a současnosti, 273 s.
ISBN 978-80-7298-535-7.

MASLOW, Abraham Harold. *O psychologii bytí*. Praha: Portál, 2014, 317 s.
ISBN 978-80-262-0618-7.

MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada), 305 s. ISBN 80-247-1362-4.

MITCHELL, Stephen A. a Margaret J. **BLACK**. *Freud a po Freudovi: dějiny moderního psychoanalytického myšlení*. Praha: Triton, 1999, 312 s. ISBN 80-725-4029-7.

NAVRÁTIL, Pavel. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Marek Zeman, 2001, 168 s. ISBN 80-903070-0-0.

PETŘÍČEK, Miroslav. *Úvod do (současné) filosofie: [11 improvizovaných přednášek]*. 4. upr. vyd. Praha: Herrmann, 1997, 178 s. ISBN 978-80-200-1553-2.

POLÁKOVÁ, Jolana. *Filosofie dialogu: (Rosenzweig, Ebner, Buber, Lévinas)*. Druhé, rozšířené vydání. Praha: Ježek, 1995. Filosofické texty, 106 s. ISBN 80-859-9601-4.

RAHNER, Karl. *Základy křesťanské víry*. Svitavy: Trinitas, 2002. Studium, 635 s. ISBN 80-860-3638-3.

REMEŠ, Prokop a Alena **HALAMOVÁ**. *Nahá žena na střeše*. 2. Praha: Pompei, 2013, 212 s. ISBN 978-80-905580-0-7.

REMEŠ, Prokop. *Existenciální hagioterapie: spiritualita a psychoterapie*. Praha: Powerprint, 2019, 107 s. ISBN 978-80-7568-178-2.

ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: Portál, 2002, 325 s. ISBN 80-7178-547-4.

SARTRE, Jean-Paul. *Existencialismus je humanismus*. Praha: Vyšehrad, 2004. Krystal (Vyšehrad), 109 s. ISBN 80-702-1661-1.

SIROVÁTKA, Jakub. *Asymetrie versus symetrie: Emmanuel Lévinas a Martin Buber*. In: SIKORA, Ondřej a Jakub SIROVÁTKA. *Lévinas v konfrontaci*. Praha: OIKOYMENH, 2019. Mathésis (OIKOYMENH), s. 79-99. ISBN 978-80-7298-268-4.

SMITH, Johann A., Paul **FLOWERS** a Michael **LARKIN**. *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research*. London: SAGE Publications, 2009, 240 p. ISBN 978-1-4129-083.

VIK, Dalibor. *Vyjádrít to lidské v člověku*. In: VOGEL, Jiří, Zdeněk KUČERA a Dalibor VIK (et al.). *Náboženství a teologie ve filosofické reflexi: mezi modernou a postmodernou*. [Chomutov]: Pontes pragenses (L. Marek), 2012, s. 183-205. ISBN 978-80-87127-39-1.

VIK, Dalibor. *Slovo, na kterém záleží: člověk a etika u Emmanuela Lévinase*. 2., opr. vyd. Chomutov: L. Marek, 2014. Pontes pragenses (L. Marek), 187 s. ISBN 978-80-87127-67-4.

VOJTÍŠEK, Zdeněk, Pavel **DUŠEK** a Jiří **MOTL**. *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Praha: Portál, 2012, 232 s. ISBN 978-80-262-0088-8.

WILSON, Edward O. *O lidské přirozenosti: máme svobodnou vůli, nebo je naše chování řízeno genetickým kódem?* Praha: Lidové noviny, 1993, 247 s. Edice 21. ISBN 80-7106-076-3.

YALOM, Irvin D. a Moly **LESZCZ**. *Teorie a praxe skupinové psychoterapie*. Vydání čtvrté, v Portále třetí. Praha: Portál, 2021, 734 s. ISBN 978-80-262-1848-7.

YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Vydání druhé. Praha: Portál, 2020, 542 s. ISBN 978-80-262-1587-5.

ZAHAVI, Dan, Felipe **LEÓN** a Patricia **MEINDL**. *Buber, Levinas, and the I-Thou Relation*. In: FAGENBLAT, Michael a Melis ERDUR (eds). *Levinas and Analytic Philosophy: Second-Person Normativity and the Moral Life*. New York: Routledge, 2019, p. 80-100 ISBN 9781138615946.

Elektronické zdroje:

KARFÍK, Filip. *Dvojitý pojem svobody u M. Heideggera*. Reflexe [online]. 1993, č. 9, s. 5 [cit. 2022-03-03]. ISSN 0862-6901. Dostupné z: https://www.reflexe.cz/File/Reflexe_9/karfik-heidegger.pdf

KUŽELOVÁ, Hana, Václava TYLOVÁ a Radek PTÁČEK. *Emoční a sociální osamělost v etiologii a léčbě duševních poruch*. Česká a slovenská psychiatrie [online]. Praha: Česká lékařská společnost J. E. Purkyně, 2014, **110**(3), 151–157 [cit. 2022-04-03]. ISSN 1212-0383. Dostupné z: http://www.cspychiatr.cz/dwnld/CSP_2014_3_151_157.pdf

PATOČKA, Jan. *Co je existence?* In: Jan Patočka – repository. [cit. 2022-20-03]. Dostupné z: <https://archiv.janpatocka.cz/items/show/776>

Prohlášení Mezinárodní federace sociálních pracovníků o etických principech [online]. Dublin: valná hromada Mezinárodní federace sociálních pracovníků a valné shromáždění Mezinárodní asociace škol sociální práce, 2018 [cit. 2022-07-14]. Dostupné z: http://socialnipracovnici.cz/public/upload/image/eticky%CC%81_kodex_ifsw_2018_cz1.pdf

Seznam tabulek

Tabulka 1 – Přehled osamělosti dle autorů.....	48
Tabulka 2 – Přehled výsledných témat.....	70
Tabulka 3 – Přehled dělení osamělosti a samoty dle jednotlivých respondentů.....	87
Tabulka 4 – Přehled biblických příběhů a jejich frekvence.....	88
Tabulka 5 – Přehled osamělosti dle autorů s rozšířením o Existenciální hagioterapii.....	91

Seznam obrázků

Obrázek 1 – Prostor typologie vztahu diskursů profesionality a spirituality.....	15
--	----

Seznam příloh

Přílohy A – Teoretická část

A.1 Základní charakteristika typů konstrukcí souvztažnosti diskursů profesionality a spirituality

A.2 Maslowa hierarchie potřeb

Přílohy B – Empirická část

B.1 Informovaný souhlas

B.2 Plán rozhovoru

B.3 Biblické texty

B.3.1 Abraham, Hagar; Izmael a Izák (Gn 21,1-21 + 22,2-19)

B.3.2 Stvoření člověka a jeho pád (Gn 2,15-3,7)

B.3.3 Samsonova svatba, Samsonův boj (Sd 14,1-15,6)

B.3.4 Saul v Én-dóru a Saulova smrt (1 S 28,4-25)

B.3.5 Ukřižování a Ježíšova smrt (J 19,17-42)

B.3.6 Smrt Jana Křtitele (Mk 6,14-29)

Přílohy A – Teoretická část

A.1 Základní charakteristika typů konstrukcí souvztažnosti diskursů profesionality a spirituality

Oblast	Pojmenování souvztažnosti	Charakteristika	Signifikance
A	spirituálně senzitivní sociální pracovník	zaměřeno na sociální pracovníky, na jejich vnitřní dilemata, na důvody vstupu do pomáhání jako profese, spojování spirituálních (často křesťanských) hodnot s výkonem profese s ohledem na nastavení pracovníků, na využití spirituálních postupů jako zdroje prevence proti syndromu vyhoření	sociální pracovník a dobré zvládnutí dilematu, zátěže
B	duchovní pracovník inspirovaný sociální prací	využití poznatků ze sociální práce (syndrom vyhoření, syndrom pomocníka) k tomu, aby kněží, kaplani, duchovní lépe poskytovali náboženskou/spirituální péči	kněz, kaplan, duchovní realizují kvalitně péči
C	spirituálně senzitivní sociální práce	zvažování intervencí a postupů, které by mohly podpořit klienty v lepším reflexivním životním zvládnání, či sociálním fungování i s ohledem na klientův spirituální rozměr	profesionální diskurs, klient a jejich prospěch doplněný spirituálním diskursem
D	spirituálně orientovaná sociální práce	zvažování intervencí a postupů, které by mohly podpořit klienty také, či především v jejich spirituálním rozměru, přičemž zaměření se na spirituální dimenzi existence je bráno jako integrální součást práce	u roviny bio-psycho-sociální: diskurs profesionality, u spirituální roviny: diskurs spirituality, spirituální transformace jako cíl
E	teologie senzitivní k sociální práci	sociální práce jako znamení doby, a tím pádem inspirace pro teologii intervence vedené s cílem spásy pro člověka, či v jejím jménu, charitativní práce – pokud není ovlivněna diskursem profesionality, tedy pokud nevyužívá profesionální postupy (viz pak C a D): pouze pomoc postavená na „formaci srdce“	spása, Bůh a rozvoj teologie, pomoc ve spirituálním směru, spirituální diskurs, charitativní činnost

(Převzato z: KAŇÁK, Jan. *Nedefinovaná profesionalita: Vztah diskurzů spirituality a profesionality v sociální práci v soudobé odborné literatuře*. Časopis sociální práce/Sociální práce 5/2016, s. 72-91. ISSN 1213-6204.)

A.2 Maslowova hierarchie potřeb

Maslowova hierarchie potřeb



(Převzato z: ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007, 326 s. ISBN 978-80-7367-312-3.)

Přílohy B – Empirická část

B.1 Informovaný souhlas

INFORMOVANÝ SOUHLAS

V souladu se zásadami etické realizace výzkumu Vás žádám o souhlas s Vaší účastí ve výzkumném projektu v rámci diplomové práce, která se zaměřuje na osamělost v kontextu Existenciální hagioterapie.

Bc. Petra Tesařová
autorka diplomové práce

Souhlas participanta:

- 1) Já, níže podepsaný/á souhlasím s účastí ve výzkumu. Jsem seznámen/a s tím, že mohu od výzkumu kdykoliv odstoupit, i během rozhovoru. Beru na vědomí, že již zpracované a odevzdané části rozhovoru není možné po vypovězení souhlasu odstranit, či odmazat.
- 2) Byl/a jsem dostatečně informována o cíli a postupu výzkumu.
- 3) Moje účast ve výzkumu je dobrovolná. Měl/a jsem možnost si řádně a v dostatečném čase zvážit všechny relevantní informace o výzkumu, zeptat se na vše podstatné týkající se účasti ve výzkumu, na mé dotazy jsem dostal/a srozumitelné odpovědi.
- 4) Dávám svým podpisem souhlas se správou, zpracováním a uchováním svých osobních údajů, audio záznamu rozhovoru za výše uvedeným účelem a následného publikování výsledků. Při zařazení do studie budou moje osobní data uchována s plnou ochranou důvěrnosti dle nařízení Evropského parlamentu a Rady (EU) č. 2016/679 o ochraně fyzických osob v souvislosti se zpracováním osobních údajů o volném pohybu těchto údajů. Pro účely studie budou data publikována jako anonymní.
- 5) Data budou uchována rok po odevzdání diplomové práce, následně budou odstraněna z veškerých uložených prostor.

Jméno a příjmení:

Datum:

Podpis:

B.2 Plán rozhovoru

A. Prožívání osamělosti v životě

- 1) Co pro Vás znamená osamělost?
- 2) Zažil/a jste někdy v životě izolaci od druhých lidí? Pokud ano, mohl/a byste tuto situaci popsat?
- 3) Prožil/a jste někdy v životě osamělost jako oddělení částí sebe samého ve své psychice? (např. to, že jste odštěpil/a určitý prožitek nebo aktivitu) Pokud ano, mohl/a byste tuto situaci popsat?
- 4) Zažil/a jste někdy v životě osamělost jako nepřekonatelný pocit cizince ve světě, i když s Vámi objektivně byli jiní lidé? Pokud ano, mohl/a byste tuto situaci popsat?
- 5) Když jste přemýšlel/a nad svou smrtí, co jste cítil/a? Hrála tam nějakou roli osamělost, a když ano, jakou?
- 6) Když přemýšlíte nad odpovědností za Váš život, do jaké míry máte pocit, že to leží jen na Vás, a do jaké míry v tom hraje roli zásah transcendentna (osud, Bůh, vesmír atd.)?
- 7) Máte zkušenost, že u Vás pocit osamělosti rostl během toho, jak jste stárnul/a? Pokud ano, mohl/a byste tuto situaci popsat?
- 8) Zažil/a jste někdy v životě samotu, která pro Vás byla pozitivní a samotu, která byla zcela negativní? Pokud ano, mohl/a byste tuto situaci popsat?
- 9) Máte zkušenost, že Vás z osamělosti vyvedli druzí? Pokud ano, mohl/a byste tuto situaci popsat?
- 10) Máte zkušenost, že Vám vztahy ve vyvedení z osamělosti vůbec nepomohly? Pokud ano, mohl/a byste tuto situaci popsat?

B. Téma osamělosti během hagioterapeutických skupin

- 1) Vystoupila existenciála osamělosti někdy v průběhu hagioterapie? Pokud ano, mohl/a byste tuto situaci popsat, případně zmínit konkrétní biblický text?

B.3 Biblické texty

B.3.1 Abraham, Hagar; Izmael a Izák (Gn 21,1-21 + 22,2-19)

¹ Hospodin navštívil Sáru, jak řekl, a splnil jí, co slíbil. ² Sára otěhotněla a Abrahamovi, ačkoli byl stár, porodila syna v čase, který mu Bůh předpověděl. ³ Abraham dal svému narozenému synu, kterého mu Sára porodila, jméno Izák. ⁴ Když mu bylo osm dní, Abraham svého syna Izáka obřezal, jak mu Bůh přikázal. ⁵ Abrahamovi bylo sto let, když se mu syn Izák narodil. ⁶ Tu Sára řekla: „Bůh mi dopřál, že se mohu smát. Se mnou ať se směje každý, kdo o tom uslyší.“ ⁷ A dodala: „Kdo by byl Abrahamovi řekl, že Sára bude kojit syny? A přece jsem mu porodila syna, ačkoli je stár.“ ⁸ Dítě rostlo a bylo odstaveno. V den, kdy Izáka odstavili, vystrojil Abraham veliké hody. ⁹ Sára však viděla, že syn, jehož Abrahamovi porodila Hagar egyptská, je poštívač. ¹⁰ Řekla Abrahamovi: „Zapud' tu otrokyni i jejího syna! Přece nebude syn té otrokyně dědicem spolu s mým synem Izákem.“ ¹¹ Ale Abraham se tím velmi trápil; vždyť šlo o jeho syna. ¹² Bůh však Abrahamovi řekl: „Netrap se pro chlapce a pro tu otrokyni; poslechni Sáru ve všem, co ti říká, neboť tvé potomstvo bude povoláno z Izáka. ¹³ Učiním však národ i ze syna otrokyně, neboť také on je tvým potomkem.“ ¹⁴ Za časného jitra vzal Abraham chléb a měch vody a dal Hagar. Vložil jí dítě na ramena a propustil ji. Šla a bloudila po Beeršebské stepi. ¹⁵ Když voda v měchu došla, odložila dítě pod jedním křoviskem. ¹⁶ Odešla a usedla opodál, co by lukem dostřelil, neboť si řekla: „Nemohu se dívat, jak dítě umírá.“ Usedla tam, zaúpěla a rozplakala se. ¹⁷ Bůh uslyšel hlas chlapce a Boží posel z nebe zavolal na Hagaru. Pravil jí: „Co je ti, Hagar? Neboj se! Bůh slyšel hlas chlapce na tom místě, kde je. ¹⁸ Vstaň, vezmi chlapce a pečuj o něj, já z něho učiním veliký národ.“ ¹⁹ Tu jí Bůh otevřel oči a ona spatřila studni s vodou. Šla, naplnila měch vodou a dala chlapci napít. ²⁰ A Bůh byl s chlapcem. Když vyrostl, usadil se ve stepi a stal se lučištníkem. ²¹ Usadil se v Páranské stepi a jeho matka mu dala ženu z egyptské země.

² A Bůh řekl: „Vezmi svého jediného syna Izáka, kterého miluješ, odejdi do země Mórija a tam ho obětuj jako oběť zápalnou na jedné hoře, o níž ti povím!“ ³ Za časného jitra osedlal tedy Abraham osla, vzal s sebou dva své služebníky a svého syna Izáka, naštipal dříví k zápalné oběti a vydal se k místu, o němž mu Bůh pověděl. ⁴ Když se Abraham třetího dne rozhlédl a spatřil v dálce to místo, ⁵ řekl služebníkům: „Počkejte tu s oslem, já s chlapcem půjdeme dále, vzdáme poctu Bohu a pak se k vám vrátíme.“ ⁶ Abraham vzal dříví k oběti zápalné a vložil je na svého syna Izáka; sám vzal oheň a obětní nůž. A šli oba pospolu. ⁷ Tu Izák svého otce Abrahama oslovil: „Otče!“ Ten odvětil: „Copak, můj synu?“ Izák se otázal: „Hle, oheň a dříví je zde. Kde však je beránek k zápalné oběti?“ ⁸ Nato Abraham řekl: „Můj synu, Bůh sám si vyhlédne beránka k oběti zápalné.“ A šli oba spolu dál. ⁹ Když přišli na místo, o němž mu Bůh pověděl, vybudoval tam Abraham oltář, narovnal dříví, svázal svého syna Izáka do kozelce a položil ho na oltář, nahoru na dříví. ¹⁰ I vztáhl Abraham ruku po obětním noži, aby svého syna zabil jako obětního beránka. ¹¹ Vtom na něho z nebe volá Hospodinův posel: „Abrahame, Abrahame!“ Ten odvětil: „Tu jsem.“ ¹² A posel řekl:

„Nevztahuj na chlapce ruku, nic mu nedělej! Právě teď jsem poznal, že jsi bohobojný, neboť jsi mi neodepřel svého jediného syna.“¹³ Abraham se rozhlédl a vidí, že vzadu je beran, který uvízl svými rohy v houšti. Šel tedy, vzal berana a obětoval jej v zápalnou oběť místo svého syna.¹⁴ Tomu místu dal Abraham jméno „Hospodin vidí“. Dosud se tu říká: „Na hoře Hospodinově se uvidí.“¹⁵ Hospodinův posel zavolal pak z nebe na Abrahama podruhé: „Přisáhl jsem při sobě, je výrok Hospodinův, protože jsi to učinil a neodepřel jsi mi svého jediného syna,¹⁷ jistotně ti požehnám a tvé potomstvo jistotně rozmnožím jako nebeské hvězdy a jako písek na mořském břehu. Tvé potomstvo obdrží bránu svých nepřátel¹⁸ a ve tvém potomku dojdou požehnání všechny pronárody země, protože jsi uposlechl mého hlasu.“¹⁹ Abraham se pak vrátil k služebníkům. Vydali se spolu na cestu do Beer-šeby, neboť tam Abraham sídlil.

B.3.2 Stvoření člověka a jeho pád (Gn 2,15-3,7)

¹⁵ Hospodin Bůh postavil člověka do zahrady v Edenu, aby ji obdělával a střežil.¹⁶ A Hospodin Bůh člověku přikázal: „Z každého stromu zahrady smíš jíst.¹⁷ Ze stromu poznání dobrého a zlého však nejez. V den, kdy bys z něho pojedl, propadneš smrti.“¹⁸ I řekl Hospodin Bůh: „Není dobré, aby člověk byl sám. Učiním mu pomoc jemu rovnou.“¹⁹ Když vytvořil Hospodin Bůh ze země všechnu polní zvěř a všechno nebeské ptactvo, přivedl je k člověku, aby viděl, jak je nazve. Každý živý tvor se měl jmenovat podle toho, jak jej nazve.²⁰ Člověk tedy pojmenoval všechna zvířata a nebeské ptactvo i všechnu polní zvěř. Ale pro člověka se nenašla pomoc jemu rovná.²¹ I uvedl Hospodin Bůh na člověka mrákotu, až usnul. Vzal jedno z jeho žeber a uzavřel to místo masem.²² A Hospodin Bůh utvořil z žebra, které vzal z člověka, ženu a přivedl ji k němu.²³ Člověk zvolal: „Toto je kost z mých kostí a tělo z mého těla! Ať muženou se nazývá, vždyť z muže vzata jest.“²⁴ Proto opustí muž svého otce i matku a přilne ke své ženě a stanou se jedním tělem.²⁵ Oba dva byli nazí, člověk i jeho žena, ale nestyděli se.

¹ Nejzchytralejší ze vší polní zvěře, kterou Hospodin Bůh učinil, byl had. Řekl ženě: „Jakže, Bůh vám zakázal jíst ze všech stromů v zahradě?“² Žena hadovi odvětila: „Plody ze stromů v zahradě jíst smíme.³ Jen o plodech ze stromu, který je uprostřed zahrady, Bůh řekl: ‚Nejezte z něho, ani se ho nedotkněte, abyste nezemřeli.‘“⁴ Had ženu ujišťoval: „Nikoli, nepropadnete smrti.⁵ Bůh však ví, že v den, kdy z něho pojíte, otevrou se vám oči a budete jako Bůh znát dobré i zlé.“⁶ Žena viděla, že je to strom s plody dobrými k jídlu, lákavý pro oči, strom slibující vševědoucnost. Vzala tedy z jeho plodů a jedla, dala také svému muži, který byl s ní, a on též jedl.⁷ Oběma se otevřely oči: poznali, že jsou nazí. Spletli tedy fíkové listy a přepásali se jimi.

B.3.3 Samsonova svatba, Samsonův boj (Sd 14,1-15,6)

¹Samson sestoupil do Timnaty a spatřil v Timnatě ženu z pelištejských dcer. ²Když se vrátil, sdělil svému otci a matce: „V Timnatě jsem spatřil ženu z pelištejských dcer. Nuže, vezměte mi ji za ženu!“ ³Ale otec s matkou mu bránili: „Což není žádná mezi dcerami tvých bratří a všeho mého lidu, že si jdeš pro ženu mezi pelištejské neobřezance?“ Samson však svému otci odpověděl: „Vezmi pro mne tuto, protože to je v mých očích ta pravá!“ ⁴Otec s matkou netušili, že je to od Hospodina, že hledá záminku proti Pelištejcům; toho času totiž vládli nad Izraelem Pelištejci. ⁵I sestoupil Samson s otcem a matkou do Timnaty. Když přišli k timnatským vinicím, vyskočil náhle proti němu řvoucí mladý lev. ⁶Tu se ho zmocnil duch Hospodinův, že jej holýma rukama roztrhl jako kůzle. Otcí ani matce nepověděl, co udělal. ⁷Pak sestoupil dolů, aby se domluvil s tou ženou; v Samsonových očích to byla ta pravá. ⁸Když opět za čas šel, aby si ji vzal, odbočil podívat se na zabitého lva. A hle, ve lví zdechlině bylo včelstvo a med. ⁹Nabral si jej do hrsti a cestou jej jedl. Zašel k otci a matce a dal i jim, aby jedli; ale nepověděl jim, že med vybral ze lví zdechliny. ¹⁰I sestoupil jeho otec k té ženě a Samson tam uspořádal hostinu, jak to mládenci dělávali. ¹¹Jakmile ho uviděli, vybrali třicet družbů, aby byli s ním. ¹²Samson jim řekl: „Chci vám dát hádanku. Jestli mi ji dokážete za sedm dní hostiny rozluštit a uhodnete její smysl, dám vám třicet košil a třicately sváteční šaty. ¹³Jestli mi ji však nebudete moci rozluštit, dáte vy mně třicet košil a třicately sváteční šaty.“ Souhlasili s ním: „Dej nám svou hádanku, ať si ji poslechneme.“ ¹⁴Řekl jim tedy: „Ze žrouta vyšel pokrm, ze siláka vyšla sladkost.“ ¹⁵Po tři dny nebyli s to hádanku rozluštit. Sedmého dne navedli Samsonovu ženu: „Přemluv svého muže, ať nám hádanku prozradí! Jinak tě i s domem tvého otce upálíme. To jste nás sem pozvali, abyste nás obrali?“ ¹⁶I vyčítala ta žena s pláčem Samsonovi: „Chováš vůči mně jenom nenávisť, nemáš mě rád! Dals hádanku synům mého lidu a neprozradil jsi mi ji.“ Odpověděl jí: „Ani svému otci a své matce jsem ji neprozradil, a tobě bych ji měl prozradit?“ ¹⁷Ale ona na něj s pláčem naléhala po celých sedm dní hostiny, že jí to sedmého dne prozradil. Tolik ho obtěžovala. A ona prozradila hádanku synům svého lidu. ¹⁸Sedmého dne, ještě před západem slunce, mu řekli mužové města: „Co je sladší než med, co je silnější než lev?“ Odpověděl jim: „Kdybyste neoralí mou jalovicí, moji hádanku byste neuhodli.“ ¹⁹Tu se ho zmocnil duch Hospodinův, sestoupil do Aškalónu a pobil tam třicet mužů. Pobral jim jejich výstroj a dal sváteční šaty těm, kdo rozluštili hádanku. S planoucím hněvem se pak vrátil do otcovského domu. ²⁰Samsonovu ženu dostal jeden z družbů, který mu byl druhem.

¹Po nějakém čase, ve dnech, kdy se žala pšenice, navštívil Samson svou ženu a přinesl darem kozlíka. Řekl: „Rád bych vešel do pokojíku ke své ženě.“ Ale její otec mu nedovolil vejít 2 a namítl: „Myslil jsem, že k ní chováš nenávisť, tak jsem ji dal tvému družbovi. Což není její mladší sestra hezčí? Může být tvá místo ní!“ ³Ale Samson jim odvětil: „Tentokrát budu vůči Pelištejcům bez viny, když jim provedu něco zlého.“ ⁴Odešel a pochytil tři sta lišek. Potom vzal pochodně, otočil vždy dvě lišky ocasy k sobě a mezi ně připevnil pochodeň. ⁵Pochodně zapálil a lišky pustil

do nepožatého obilí Pelištejců. Zapálil jak kopky, tak nepožaté obilí, dokonce i vinice a olivy.⁶ Pelištejci se vyptávali: „Kdo tohle udělal?“ Rozkřiklo se: Samson, zeť Timnaťana, za to, že mu vzal ženu a dal ji jeho družbovi. I přitáhli Pelištejci a upálili ji i s jejím otcem.

B.3.4 Saul v Ěn-dóru a Saulova smrt (1 S 28,4-25)

⁴ Pelištejci se shromáždili, vtrhli do země a utábořili se v Šúnemu. Saul proto shromáždil celý Izrael a utábořili se v pohorí Gilbóa. ⁵ Když Saul uviděl pelištejský tábor, strachy se celý roztrásl. ⁶ I doptával se Saul Hospodina, ale Hospodin mu neodpovídal ani skrze sny ani skrze urím ani skrze proroky. ⁷ Tu řekl Saul svým služebníkům: „Vyhledejte mi ženu, která vyvolává duchy zemřelých. Půjdu k ní a dotážu se jí.“ Jeho služebníci mu řekli: „Taková žena, která vyvolává duchy zemřelých, je v Ěn-dóru.“ ⁸ Saul se přestrojil, vzal si jiné šaty a šel tam spolu se dvěma muži. Přišel k té ženě v noci a řekl jí: „Věšti mi prostřednictvím ducha zemřelého. Přivolej mi, koho ti řeknu.“ ⁹ Žena mu odpověděla: „Však ty víš, co udělal Saul, že vyhladil ze země vyvolávače duchů zemřelých a jasnovidce. Proč mi strojíš léčku? Chceš mě vydat na smrt?“ ¹⁰ Ale Saul se jí zapřisáhl při Hospodinu: „Jakože živ je Hospodin, žádný trest tě za to nestihne.“ ¹¹ Žena se ho zeptala: „Koho ti mám přivolat?“ Odvětil: „Přivolej mi Samuela.“ ¹² Když žena Samuela viděla, hlasitě vykřikla a obrátila se na Saula: „Proč jsi mě obelstil? Vždyť ty jsi Saul!“ ¹³ Ale král jí řekl: „Neboj se! Co vidíš?“ Žena Saulovi odpověděla: „Vidím božský zjev, jak vystupuje ze země.“ ¹⁴ Řekl jí: „Jak vypadá?“ Odpověděla: „Vystupuje starý muž, zahalený pláštěm.“ Saul poznal, že to je Samuel, padl na kolena tváří k zemi a klaněl se. ¹⁵ Samuel se Saula otázal: „Proč rušíš můj klid? Proč jsi mě dal přivolat?“ Saul řekl: „Jsem ve velkých úzkostech. Bojují proti mně Pelištejci a Bůh ode mne odstoupil. Vůbec mi neodpovídá ani prostřednictvím proroků ani skrze sny. Proto jsem zavolal tebe, abys mi oznámil, co mám dělat.“ ¹⁶ Samuel odpověděl: „Proč se ptáš mne, když Hospodin od tebe odstoupil a stal se tvým protivníkem? ¹⁷ Hospodin učinil, co prohlásil skrze mne: Hospodin vytrhl království z tvé ruky a dal je tvému bližnímu, Davidovi. ¹⁸ Žes neuposlechl Hospodina a nestal se vykonavatelem jeho planoucího hněvu proti Amálekovi, za to ti dnes Hospodin udělá toto: ¹⁹ Spolu s tebou vydá Hospodin do rukou Pelištejců též Izraele. Zítra budeš ty i tvoji synové u mne. Také izraelský tábor vydá Hospodin do rukou Pelištejců.“ ²⁰ Saul se náhle skácel, jak byl dlouhý, k zemi; tak velice se polekal Samuelových slov. Nebylo v něm síly, protože nepojedl chleba celý den a celou noc. ²¹ Žena přistoupila k Saulovi a viděla, jak strašně se zhrozil. Řekla mu: „Hle, tvoje otrokyně tě uposlechla. Dala jsem v sázku svůj život. Poslechla jsem tě v tom, cos mi poručil. ²² Teď zase ty prosím poslechni svou otrokyni. Předložím ti sousto chleba a pojiš, aby ses posílil, vždyť musíš pokračovat v cestě.“ ²³ Ale on se zdráhal. Říkal: „Nebudu jíst.“ Jeho služebníci spolu s tou ženou však na něho naléhali a on je uposlechl. Povstal ze země a posadil se na lože. ²⁴ Žena měla doma vykrmeného býčka. Rychle ho připravila k hodu, nabrala mouky, zadělala a napekla nekvašených chlebů. ²⁵ Předložila to Saulovi i jeho služebníkům a oni jedli. Pak se zvedli a odešli ještě té noci.

B.3.5 Ukřižování a Ježíšova smrt (J 19,17-42)

¹⁷Nesl svůj kříž a vyšel z města na místo zvané Lebka, hebrejsky Golgota. ¹⁸Tam ho ukřižovali a s ním jiné dva, z každé strany jednoho a Ježíše uprostřed. ¹⁹Pilát dal napsat nápis a připevnit jej na kříž. Stálo tam: Ježíš Nazaretský, král židovský. ²⁰Ten nápis četlo mnoho Židů, neboť místo, kde byl Ježíš ukřižován, bylo blízko města; byl napsán hebrejsky, latinsky a řecky. ²¹Židovští velekněží řekli Pilátovi: „Neměls psát ‚židovský král‘, nýbrž ‚vydával se za židovského krále‘.“ ²²Pilát odpověděl: „Co jsem napsal, napsal jsem.“ ²³Když vojáci Ježíše ukřižovali, vzali jeho šaty a rozdělili je na čtyři díly, každému vojákovi díl; zbýval ještě spodní šat. Ten šat byl beze švů, odshora vcelku utkaný. ²⁴Řekli si mezi sebou: „Netrhejme jej, ale losujme o něj, čí bude!“ To proto, aby se naplnilo Písmo: ‚Rozdělili si mé šaty a o můj oděv metalí los.‘ To tedy vojáci provedli. ²⁵U Ježíšova kříže stály jeho matka a sestra jeho matky, Marie Kleofášova a Marie Magdalská. ²⁶Když Ježíš spatřil matku a vedle ní učedníka, kterého miloval, řekl matce: „Ženo, hle, tvůj syn!“ ²⁷Potom řekl tomu učedníkovi: „Hle, tvá matka!“ V tu hodinu ji onen učedník přijal k sobě. ²⁸Ježíš věděl, že vše je již dokonáno; a proto, aby se až do konce splnilo Písmo, řekl: „Žízním.“ ²⁹Stála tam nádoba plná octa; namočili tedy houbu do octa a na yzopu mu ji podali k ústům. ³⁰Když Ježíš okusil octa, řekl: „Dokonáno jest.“ A nakloniv hlavu skonal. ³¹Poněvadž byl den přípravy a těla nesměla zůstat přes sobotu na kříži – na tu sobotu připadal totiž velký svátek – požádali Židé Piláta, aby odsouzeným byly zlámány kosti a aby byli sňati z kříže. ³²Přišli tedy vojáci a zlámali kosti prvnímu i druhému, kteří byli ukřižováni s ním. ³³Když přišli k Ježíšovi a viděli, že je již mrtev, kosti mu nelámali, ³⁴ale jeden z vojáků mu probodl kopím bok; a ihned vyšla krev a voda. ³⁵A ten, který to viděl, vydal o tom svědectví, a jeho svědectví je pravdivé; on ví, že mluví pravdu, abyste i vy uvěřili. ³⁶Neboť se to stalo, aby se naplnilo Písmo: ‚Ani kost mu nebude zlomena.‘ ³⁷A na jiném místě Písmo praví: ‚Uvidí, koho probodli.‘ ³⁸Potom požádal Piláta Josef z Arimatie – byl to Ježíšův učedník, ale tajný, protože se bál Židů – aby směl Ježíšovo tělo sejmut z kříže. Když Pilát k tomu dal souhlas, Josef šel a tělo sňal. ³⁹Přišel také Nikodém, který kdysi navštívil Ježíše v noci, a přinesl asi sto liber směsi myrhy a aloe. ⁴⁰Vzali Ježíšovo tělo a zabalili je s těmi vonnými látkami do lněných pláten, jak je to u Židů při pohřbu zvykem. ⁴¹V těch místech, kde byl Ježíš ukřižován, byla zahrada a v ní nový hrob, v němž dosud nikdo nebyl pochován. ⁴²Tam položili Ježíše, protože byl den přípravy a hrob byl blízko.

B.3.6 Smrt Jana Křtitele (Mk 6,14-29)

¹⁴Uslyšel o tom král Herodes, neboť jméno Ježíšovo se stalo známým; říkalo se: „Jan Křtitel vstal z mrtvých, a proto v něm působí mocné síly.“ ¹⁵Jiní říkali: „Je to Eliáš!“ A zase jiní: „Je to prorok – jeden z proroků.“ ¹⁶Když to Herodes uslyšel, řekl: „To vstal Jan, kterého jsem dal stít.“ ¹⁷Tento Herodes totiž dal Jana zatknout a vsadit v poutech do žaláře, protože si vzal za ženu Herodiadu, manželku svého bratra Filipa, ¹⁸a Jan mu vytýkal: „Není dovoleno, abys měl manželku svého bratra!“ ¹⁹Herodias byla plná zloby proti Janovi, ráda by ho zbavila života, ale nemohla. ²⁰Herodes se totiž Jana bál, neboť věděl, že je to muž spravedlivý a svatý, a chránil ho; když ho slyšel, byl celý nejistý, a přece mu rád naslouchal. ²¹Vhodná chvíle nastala, když Herodes o svých narozeninách uspořádal hostinu pro své dvořany, důstojníky a významné lidi z Galileje. ²²Tu vstoupila dcera té Herodiady, tančila a zalíbila se Herodovi i těm, kdo s ním hodovali. Král řekl dívce: „Požádej mě, oč chceš, a já ti to dám.“ ²³Zavázal se jí přísahou: „Dám ti, co si budeš přát, až do polovice svého království.“ ²⁴Ona vyšla a zeptala se matky: „Oč mám požádat?“ Ta odpověděla: „O hlavu Jana Křtitele.“ ²⁵Dcera spěchala dovnitř ke králi a přednesla mu svou žádost: „Chci, abys mi dal ihned na míse hlavu Jana Křtitele.“ ²⁶Král se velmi zarmoutil, ale pro přísahu před spolustolovníky nechtěl ji odmítnout. ²⁷Proto poslal kata s příkazem přinést Janovu hlavu. Ten odešel, sřal Jana v žaláři ²⁸a přinesl jeho hlavu na míse; dal ji dívce a dívka ji dala své matce. ²⁹Když to uslyšeli Janovi učedníci, přišli, odnesli jeho tělo a uložili je do hrobu.

Abstrakt

Osamělost představuje existenciálu, která tvoří důležitý prvek vnitřní dynamické struktury člověka. Při přímém setkání s tímto životním fundamentem prožíváme úzkost, na kterou naše psychika reaguje různými obrannými strategiemi. Jestliže naše snahy selhávají, nastupují její klinické projevy. Osamělost však v kontextu Existenciální hagioterapie nebyla doposud více rozvinuta ani zkoumána. Tato práce se proto snaží přispět k otevření diskuse, nabízí určitou sumarizaci zdrojů, které jsou pro hagioterapii klíčové a odvažuje se navrhnout i některé alternativní pohledy.

Teoretická část se věnuje prvnímu cíli práce: *Deskripci osamělosti v kontextu Existenciální hagioterapie*. Osamělost je nahlížena nejprve z pohledu Existenciální psychoterapie I. D. Yaloma, dále z perspektivy M. Bubera a E. Lévinase. Poté dochází k tematizování dvojice osamělost – vztah, kde se vztah vyjevuje ve dvou podobách: východisko z osamělosti (M. Buber a E. Lévinas) a obrana před osamělostí (I. D. Yalom). Následuje přímé hledisko hagioterapie, v němž se osamělost konkretizuje jako porušení mezilidských vztahů, odcizení od bytostného Já, jehož podstatou je rozhovor. Osamělost lze prolomit a výstup se děje skrze vztah – k ostatním lidem a k Bohu. Lévinase navrhneme jako další úhel pohledu vedle Buberova pojetí.

Empirická část se přesouvá od „abstraktních pojmů k žité zkušenosti účastníků hagioterapie.“ Cílem je odpovědět na základní výzkumnou otázku: „*Jak prožívají účastníci Existenciální hagioterapie osamělost?*“ K jejímu zodpovězení byla užitá metoda Interpretativní fenomenologické analýzy, která dává výzkumníkovi při porozumění zkušenosti participanta větší svobodu. Výzkum byl realizován s účastníky hagioterapie, a to formou polostrukturovaného rozhovoru, jehož otázky vycházely z teoretické části práce. Cílem není její potvrzení či vyvrácení, ale obrácení k prožívání účastníků.

Z interpretovaných výsledků můžeme říci, že respondenti většinou vnímají osamělost jako negativní fenomén a spojují jej i s ostatními existenciálami (ztráta smyslu, svoboda a smrt). Rozlišují osamělost od samoty, jež může být i pozitivní. Zvládání osamělosti, která není nezrušitelná, ale lze ji prolomit skrze vztah – k lidem, Bohu, literárním dílům, sebevztah, se můžeme naučit získáváním zkušenosti. Téma osamělosti se objevuje i během hagioterapeutických skupin a odráží se v zrcadle biblických příběhů.

Abstract

Loneliness represents an important existential aspect of being, which forms a necessary element of the internal dynamic structure of a human being. In direct encounter with this foundation of life, we experience anxiety, to which our psyche reacts with various defense strategies. If our efforts fail, its clinical manifestations begin. However, loneliness in the context of Existential hagiotherapy has not yet been further developed or explored. The master's thesis therefore tries to contribute to the opening of the discussion, offers a certain summarization of the sources that are crucial for hagiotherapy, and dares to propose some alternative perspectives.

The theoretical part is devoted to the first aim of this thesis: *Description of loneliness in the context of Existential hagiotherapy*. Loneliness is discussed first from the point of view of I. D. Yalom's Existential psychotherapy, then from the point of view of M. Buber and E. Lévinas. Then the thesis focuses on the pair loneliness and relationship. The relationship appears in two forms – a way out of loneliness (M. Buber and E. Lévinas) and a defense against loneliness (I. D. Yalom). This is followed by the direct point of view of hagiotherapy, where loneliness is concretized as a violation of interpersonal relationships, alienation from the essential Self, which is based on dialogue. Loneliness can be broken out of and the way out is through a relationship – with other people and with God. Lévinas is proposed as another point of view alongside Buber's concept.

The empirical part is moving from „abstract concepts to the lived experience of hagiotherapy participants.“ The aim is to answer the basic research question: „*How do the participants of Existential hagiotherapy experience loneliness?*“ It was answered using Interpretive phenomenological analysis, which offers the researcher more freedom in understanding the participant's experience. The research was carried out with participants of hagiotherapy in the form of a semi-structured interview. The questions were based on the theoretical part of the thesis. The aim is not to confirm or refute it, but to turn it to the experiences of participants.

From the interpreted statements, it can be said that the respondents perceive loneliness as a negative phenomenon and associate it with other existentials (meaninglessness, freedom and death). They distinguish loneliness from solitude, which can also be positive. Managing loneliness, which is not irrevocable but could be broken through by relationship – to people, to God, to literary works, to self-relationship, can be learned by gaining experience. The theme of loneliness also appears during hagiotherapy groups and is reflected in the mirror of biblical stories.