

Univerzita Karlova v Praze

Filozofická fakulta

Ústav filozofie a religionistiky

Bakalářská práce

Obor religionistika

Role sociálních sítí v pojetí seberozvoje pozdním kapitalismu v rámci alternativní spirituality

The role of social networks in the concept of self-development in late capitalism within alternative spirituality

Autor:

Pavel Havlík

Vedoucí práce:

doc. Radek Chlup, Ph.D.

Praha 2024

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto práci vypracoval samostatně a řádně v ní cituji všechnu použitou literaturu a prameny. Práce nebyla použita k získání jiného, či obdobného vysokoškolského titulu.

V Praze, dne 20.5.2024

Pavel Havlík

Poděkování

Na tomto místě bych nejprve rád poděkoval všem svým informátorkám, které mi poskytly svůj čas a energii, a předaly mi tak informace, bez kterých by tato práce nemohla vzniknout. Velké díky patří i doc. Mgr. Radku Chlupovi, Ph.D. za podnětné připomínky, rady a konzultace, které mi během psaní této práce poskytnul. Stejně tak bych rád poděkoval i Mgr. Marii Heřmanové, Ph.D., která mi pomohla téma této práce sestavit a během psaní mi poskytovala cenné rady a podněty. Na závěr bych chtěl vyjádřit poděkování své rodině a blízkým za jejich velkou podporu.

Abstrakt

Cílem této práce je snaha prozkoumat, jak sociální sítě ovlivňují způsob, kterým se lidé snaží dosáhnout zlepšení sebe sama. V tomto kontextu se práce zaměřuje na roli pozdního kapitalismu, a tím, jak jsou jím lidé v tomto ohledu ovlivněni. Využívám vlastní kvalitativní výzkum a obsahovou analýzu jednotlivých profilů zabývajících se alternativní spiritualitou. Výsledkem práce je určit hlubší motivaci a snažení o seberozvoj, jakou roli v tomto případě hrají sociální sítě, a do jaké míry jsou lidé ovlivněni pozdním kapitalismem.

Klíčová slova

Alternativní spiritualita, seberozvoj, pozdní kapitalismus, sociální sítě, kvalitativní výzkum, neoliberalismus

Abstract

The aim of this thesis is to explore how social networks influence the way in which people try to achieve self-improvement. In this context, the thesis focuses on the role of late capitalism and how people are affected by it in this regard. I use my own qualitative research and content analysis of individual profiles dealing with alternative spirituality. The outcome of the work is to determine the deeper motivations and pursuit of self-development, what role social networks play in this, and to what extent people are influenced by late capitalism.

Key words

Alternative spirituality, self-development, late capitalism, social networks, qualitative research, neoliberalism

Obsah

1. Úvod a metodologie	6
2. Vývoj kapitalismu a neoliberalizace společnosti	7
2.1. Neoliberalizace náboženství	9
3. Alternativní spiritualita a její rysy	10
4. Pojetí a význam seberozvoje na osobní rovině	13
4.1. Seberozvojové praktiky a jejich účel.....	15
4.2. Cíl seberozvoje na individuální rovině	17
5. Akcentace strukturálních problémů	18
5.1. Kritika tradičních institucí a holistický přístup	20
5.2. Enviromentální problematika v rámci alternativní spirituality.....	21
6. Sociální sítě jako prostředek k seberozvoji.....	21
7. Závěr	26
Bibliografie.....	28

1. Úvod a metodologie

Díky množství studií, které máme k dispozici o alternativní spiritualitě již víme, že mezi ní a kapitalismem existuje blízký vztah. Tuto problematiku více rozeberu v následující teoretické části. Tato práce si proto klade za cíl tento vztah prozkoumat v rámci českého prostředí, potažmo zjistit, zda jsou tyto informace relevantní pro českou společnost. Považuji rovněž za důležité podotknout, že alternativní spiritualita je hnutí, které je známé pro svou proměnlivost a různorodost, co se týče témat, kterým se věnuje. Jedním z těchto témat je i seberozvoj. Domnívám se, že právě seberozvoj v tomto výzkumu dokáže nejlépe osvětlit otázku propojenosti mezi alternativní spiritualitou a kapitalismem.

Vzhledem k omezenému prostoru této práce, a zároveň mému akademickému zájmu, budu toto téma koncipovat v kontextu digitálního prostředí. Sociální sítě poskytují lidem napříč společenskými třídami možnost čerpat informace o různých tématech. Zároveň jsou tyto platformy, např. Instagram, ve velké míře demokratizované. V důsledku toho, tak na nich dostávají prostor především spirituální influenceri a influencerky. Budu se tedy rovněž snažit prozkoumat, jakou zastávají roli v životě mých informátorek, potažmo jak mé informátorky využívají sociální sítě ve své spirituální praxi. Alternativní spiritualita je poměrně mladé a živé hnutí. Z tohoto důvodu jsem se rozhodl si na svou výzkumnou otázku odpovědět za pomoci kvalitativního výzkumu. Prováděl jsem tedy polostrukturované rozhovory a obsahovou analýzu instagramových profilů. Instagram jsem si zvolil z toho důvodu, jelikož jej sám aktivně používám, a proto se v něm dokážu dobře orientovat.

Mou cílovou skupinu byly ženy nacházející se v tzv. Generaci Z, čili ženy narozené mezi lety 1996 – 2010 cca. Nicméně je velmi špatně změřitelné, kdo do jaké generace spadá, a proto uvedu, že se jednalo o ženy ve věku 18 – 27 let.¹ Důvod výběru této skupiny je prostý. Lze říci, že je větší šance, že ženy v tomto věku budou aktivně používat Instagram, popřípadě se zabývat i alternativní spiritualitou. Zároveň mi jsou věkově nejbližší, což byl důležitý faktor, který mezi námi usnadnil komunikaci.² Strategie při výběru mých informátorek byla následující – buď jsem oslovil některé ze svého předchozího výzkumu,³ a nebo jsem oslovil nové prostřednictvím sociálních sítí. Oslovení probíhalo dvěma způsoby - první spočíval v tom, že jsem jim napřímo napsal na základě toho, že sledují profily zabývající se alternativní spiritualitou. Druhý spočíval ve sdílení mé žádosti influencerkou, kterou znám, na základě čehož mi tak začaly psát nové informátorky.

Jak jsem již zmiňoval výše, použil jsem metodu polostrukturovaných rozhovorů, což mi poskytlo podporu, ale zároveň dostatečnou flexibilitu při kladení otázek během rozhovorů. Po následné transkripci jsem využil metodu otevřeného kódování, což mi umožnilo

¹ Seznam informátorek: I1 – studentka 22 let, I2 – studentka 22 let, I3 – studentka 18 let, I4 – umělkyně 26 let, I5 - herečka 27 let, I6 studentka 25 let, I7 - 25 let administrativní pracovnice, I8 studentka 19 let, I9 studentka 18 let, I10 studentka 23 let.

² Příklady otázek: Co byl hlavní motiv pro to, abyste začala praktikovat tyto seberozvojové techniky? Dokážete popsat v čem Vás nejvíce ovlivňuje, co se týče nějakých životních postojů, rozhodnutí případně otázek týkající se aktuálního dění? Vnímáte nějakým způsobem tlak od společnosti na to, abyste se zlepšoval/a? Pokud ano, v čem? Nebo máte naopak pocit, že Vám okolní společnost v seberozvoji nějak brání? Jakým způsobem Vám pomáhají soc. sítě ve Vašem seberozvoji?

³ Jednalo se o výzkumu v rámci předmětu na FF UK, Digitální Etnografie II s Mgr. Marií Heřmanovou, PhD. Výzkum se zabíral „digitální autoritou“ v rámci alternativní spirituality.

zaznamenat stěžejní témata pro můj výzkum. V celku jsem tedy provedl 10 rozhovorů, ze kterých vychází můj výzkum. Většina z nich proběhla online, a nebo osobně.

Cílem této práce je zjistit, co znamená seberozvoj pro mé informátorky v kontextu alternativní spirituality a dnešní doby – tedy pozdního kapitalismu. Zároveň se snažím popsat vztah mezi seberozvojem a pozdním kapitalismem v českém prostředí. V první části této práce se proto seznámíme stručně se vznikem kapitalismu a jeho vývojem do dnešní doby, v jakého známe dnes a jeho vlivem na náboženství. Dále popíši alternativní spiritualitu a její stěžejní rysy legitimní pro tuto práci. V neposlední řadě také představím svůj výzkum a jeho výsledky.

2. Vývoj kapitalismu a neoliberalizace společnosti

Gauthier uvádí,⁴ že pojem kapitalismus se začal používat teprve v roce 1902, po vydání díla *Der Kapitalismus* od Wenera Somberta. Kapitalismus je systém, jehož cílem je ustavičné zvyšování zisku. Ve společnosti se stal dominantní ve chvíli, kdy soukromý sektor ovládl ten státní, tedy politické a sociální instituce. Tyto instituce pak začaly podporovat zájmy podnikatelů. Vývoj kapitalismu začal v Anglii, odkud se pak šířil a měnil v závislosti na různých lokálních podmínkách v jednotlivých státech. Lze popsat tři hlavní fáze kapitalismu, které se různě měnily od 19. století. Na začátku 20. století šlo o kapitalismu rodinných firem, v jejichž čele stál podnikatel. Tento typ kapitalismu se pojil s buržoazní morálkou. Nicméně tento typ pak nahradil ve 30. a 60. letech 20. století fordovský kapitalismus, který byl postavený na vysoké míře byrokracie a hierarchii, v jejímž čele stál generální ředitel korporátní firmy.⁵ Avšak v 70. a 80. letech dochází k významnému převratu, kdy firmy přestávají být tolik hierarchické a naopak jsou více flexibilní. Klade se zároveň větší důraz na jednotlivce a jeho vlastní seberozvoj v rámci pracovního prostředí.

Boltanski a Chiapello⁶ v tomto kontextu tvrdí, že každá fáze kapitalismu má svého vlastního ducha neboli ideologii, která jej ospravedlňuje. Boltanski hovoří konkrétně o třech aspektech, které kapitalismus konkretizují tak, aby mu lidé rozuměli. První aspekt, dle Boltanskiho, vyvolává v lidech pocit nadšení, druhý aspekt klade důraz na pocit bezpečí a třetí vzbuzuje pocit férovosti. První duch kapitalismu na začátku 20. století vyvolával v lidech nadšení prostřednictvím podnikatelského ducha. Bezpečnost byla zajištěna respektem vůči buržoazní morálce a férovost stála na dobročinnosti a osobní pomoci. Ve druhé fázi kapitalismu jsou klíčovou institucí velké korporace, v nichž je nejvyšší autoritou v rámci hierarchie zaměstnavatel. V tomto ohledu bylo jistoty dosaženo díky kariernímu růstu a standardizované práci. Meritokratický přístup tak nabyl podoby spravedlnosti.

Třetí duch kapitalismu, v 60. letech 20. století, naopak zcela mění svou podstatu. Ze standardizované práce se přechází k práci, která je založená na projektech. Tyto projekty nejsou dlouhodobé, což tak vede k nikdy nekončící síti těchto projektů, jež udržují lidi v neustálém „pohybu“. Práce se tak nyní stává i mnohem více flexibilnější. Došlo také ke snížení hierarchického uspořádání. Zaměstnavatel nyní naslouchá svým zaměstnancům a jejich individuálním potřebám, což tedy výrazně proměnilo jeho roli. V práci má být nyní zaměstnanec sám sebou s cílem se stále zlepšovat. Jistota práce je tak nyní nahrazená zaměstnatelností, kterou si člověk v průběhu života osvojuje. K této proměně kapitalismu vedly

⁴ François Gauthier, *Religion, modernity, globalisation: Nation-state to market*, London: Routledge (2019). 79–84.

⁵ Tamtéž, s. 85.

⁶ Luc Boltanski and Eve Chiapello, “The New Spirit of Capitalism”, *International Journal of Politics, Culture, and Society*, 18 (2005): 161–164.

dvě hlavní kritiky kapitalismu, tj. sociální a umělecká kritika. Paradoxně vzato schopnost přežít dává kapitalismu kritika, která jej tak právě určitým způsobem ospravedlňuje.⁷

K těmto změnám začalo docházet během kontrakulturní revoluce, tedy v 60. letech 20. století. Je třeba říci, že sociální kritika, jako taková, existovala již v 19. století a typicky ji neslo dělnické hnutí a zaměřovala se na nerovnosti ve společnosti. Avšak umělecká kritika byla novinkou v tom smyslu, že se stala masovou záležitostí, a nebyla vyhrazená pouze pro umělecké elity. Zaměřovala se na všudypřítomnou komodifikaci, ale také hájila autenticitu a autonomii. Ústřední krize fordovského kapitalismu tak nastala v letech 1967 až 1975 jako reakce na sociální nespravedlnost a autority ve vedoucích pozicích. Z tohoto důvodu byla vyslyšena sociální kritika, a došlo tak ke zlepšení pracovních podmínek. Nicméně v roce 1975 po ropné krizi tato opatření nestačila a bylo potřeba vyslyšet i uměleckou kritiku. Změna se tedy tak projevila v organizaci práce ve snaze tak opět zlepšit pracovní podmínky. Díky umělecké kritice se začal klást důraz na autonomii jednotlivce, flexibilitu a organizaci práce. To vedlo k nižšímu hierarchickému uspořádání. Vzhledem k tomu, že byla tato kritika vyslyšena, kapitalismus se od 80. let dále rozšiřoval a rostl.

Kontrakulturní revoluce tak byla stěžejní pro to, jakým způsobem se pak kapitalismus proměnil. Pro uměleckou kritiku byl v tomto období obzvlášť důležitý expresivní individualismus. Ten lze definovat jako víru v autentické Já, které je potřeba vyjádřit. Ze sociologického hlediska jej můžeme chápat, jako sdílenou kulturní hodnotu, která má svůj historický vývoj. Charles Taylor⁸ definuje autenticitu jako etický ideál, který se stal důležitým aspektem v tom, jak se jednotlivec pojímá. Autenticita má svůj morální ideál, který spočívá v seberealizaci a hledání pravého já. Lidstvo došlo v průběhu dějin do bodu, kdy o sobě začalo uvažovat více do hloubky. Ideál autenticity se poprvé začal usazovat spolu s romantismem, nicméně tehdy šlo o záležitost spojenou pouze s elitami. Teprve v 60. letech 20. století se stala autenticita celospolečenským ideálem, jelikož kontrakulturní revoluce z ní udělala masovou záležitost. Morálka a subjektivita tak byla pojímána jako autenticita. To, co bránilo k dosažení morálky, byla instrumentalita. Z tohoto důvodu byl během kontrakulturní revoluce silně kritizován kapitalistický systém. Bylo na něj totiž nahlíženo jako na potenciální místo konformity. Z kontrakulturní perspektivy byla konformita hrozba v dosažení pravého Já, jelikož byla spojována s dogmaty a byrokracií, které odvádí pozornost od pravého Já. Naopak síťové projekty nabízely možnost, jak neustrnout na jednom místě. V tomto ohledu je proto důležité zdůraznit, že tato kritika kapitalismu nezničila, ale naopak se stala jeho součástí.⁹

Proto můžeme také popsat to, co je duchem dnešního kapitalismu – autenticita, potažmo expresivní individualismus. V tomto ohledu je proto důležité popsat vznik symbiózy mezi terapeutickou kulturou a neoliberální formou řízení státu, a jak se zde stala důležitá autenticita. Po 2. světové válce stála společnost na hodnotách liberální demokracie. Ta ovšem musela plnit své závazky vůči kapitalismu. Lidé v poválečném období byli povzbuzováni k tomu, aby spotřebu chápali jako občanskou odpovědnost. To mělo vést k větší zaměstnanosti a blahobytu, jelikož dobrý kupující byl dobrý občan. Bylo tedy potřeba porozumět a naplnit

⁷ Tamtéž, s. 164–166.

⁸ Charles Taylor, *Sources of the Self*, Cambridge: Cambridge University (1989): 508.

⁹ Liza Cortois, „Expressive Individualism in the New Spirit of Capitalism: Mindfulness and Outdoor Management Development“, in Emma Bell, Sorin Gog, Anca Simionca and Scott Taylor (eds.), *Spirituality, Organization, and Neoliberalism: Understanding Lived Experiences*, Cheltenham – Northampton: Edward Elgar, 2020, s. 46–66.

potřeby spotřebitele. V tento moment zde začaly hrát významnou roli terapeutické praktiky, které se staly součástí marketingu, jež měl právě potřebám lidí porozumět.¹⁰

Tato kulturní změna, jak tvrdí Foster, spočívá v posunu od vnější morální autority k nové formě terapeutické kontroly. Vnější autorita již od jednotlivce nepožaduje oběť ve smyslu morálních závazků, nicméně se stává autorita internalizovaným mechanismem, kdy člověk řídí sám sebe. Tato nová kontrola funguje prostřednictvím touhy a zájmu jednotlivce. Foster cituje Michel Foucaulta,¹¹ jež tvrdí, že neoliberalismus má také zde svůj vliv. Jednotlivec se, v jistém ohledu, stává podnikatelem za sebe sama. Tento ideál tak přesáhl svou původní ekonomickou sféru. Člověk na základě svého rozhodnutí o různých činnostech, jako je jít na vysokou školu apod., investuje do vlastního lidského kapitálu ve snaze jej co nejvíce maximalizovat.

Masové výroby, které prošly změnou v 70. letech 20. století, začaly dávat větší důraz na autenticitu v komodifikovaných formách. Nyní již hledí na spotřebitele jako jednotlivce z hlediska jeho individuálních vlastností. Člověk se tak díky tomu v těchto věcech „vidí“. Dalším významným aspektem je stále větší komodifikace soukromého života, který dosud zůstával mimo sféru zboží. Člověk má možnost neustále zlepšovat svá investiční rozhodnutí. Lze tedy závěrem říci, že autenticita ve spojení s terapeutickou kulturou znamená práci na sobě samém, ustavičné zlepšování se, a tím jednatelce maximalizuje své zdroje.¹²

Již výše zmíněný religionista a sociolog François Gauthier rovněž poznamenává,¹³ že v 80. letech 20. století dochází k neoliberalizaci celé společnosti. To znamená, že se tržní ideologii stává součástí všech oblastí ve společnosti i v životě jednotlivců. Neoliberalní společnost tak stojí na hodnotách jako jsou mobilita, úspěch, svoboda, autonomie, odpovědnost nebo seberealizace. Kromě toho dochází na společenské úrovni k privatizaci veřejných sektorů nebo globalizaci. Stát tím pádem ztrácí na své legitimitě a schopnosti regulovat trh. Volný trh tedy stát a jeho úlohu pomalu ale jistě nahrazuje.

2.1. Neoliberalizace náboženství

V předchozí kapitole jsme se seznámili s vývojem kapitalismu a způsobem, jakým se společnost proměnila. Tyto společenské změny silně proměnily i náboženství a přístup k němu. V této kapitole se zaměříme na to, co se stalo s náboženstvím, a proč je tento vývoj klíčový pro alternativní spiritualitu. Je potřeba říci, že k těmto společenským změnám začalo docházet už v 60. letech 20. století. Tedy ve stejné době, kdy začala kontrakturní revoluce. V tomto období, jak jsme si již popsali výše, začala být dominantní spotřební kultura – konzumerismus. V něm se klade velký důraz na expresivní individualismus. Člověk tak mohl vyjadřovat sám sebe prostřednictvím materiálních prostředků. V důsledku toho došlo k prolomení hranic mezi soukromým a veřejným tím, jakým způsobem člověk vyjadřuje sám sebe. Velkou roli v tomto hrají sociální sítě, jelikož prostřednictvím nich se šíří formy expresivního individualismu a člověk tak ukazuje světu něco, co by předtím neukázal.¹⁴

¹⁰ Roger Foster „Therapeutic culture, authenticity and neo-liberalism“, *History of the Human Sciences* 29/1 (2016): 100.

¹¹ Tamtéž, s. 105.

¹² Tamtéž, s. 109–110.

¹³ François Gauthier, *Religion, modernity, globalisation: Nation-state to market*, London: Routledge, 2019, s. 112–113.

¹⁴ François Gauthier, „Why All These ‚Neos‘? Why Now?: The Structural Conditions of ‚New Age Spiritualities‘ in the Global-Market Era, as Seen from Latin America“, *Ciencias sociales y religion* 23 (2021): 10–11.

Tyto změny se projevily také ve změně typu vládnutí. V národně státním režimu vláda fungovala vertikálním způsobem, tedy hierarchicky, a se silnou byrokracií. Po neoliberalní revoluci se přešlo k horizontálním typu vládnutí, které naopak spočívalo v síťové správě založené na partnerství ve státě. Spolu s tímto přechodem docházelo ke kritice státních aparátů, jako je politika, zdravotnictví, vzdělávání nebo náboženství. Stát, který se snažil regulovat a institucionalizovat, nahradil volný trh, který funguje zcela opačným způsobem. V důsledku toho došlo k rozmělnění hranic mezi různými sociálními sférami a náboženství se tak dostalo do oblastí, ve kterých předtím nebylo. To je např. zdravotnictví či umění. V současném systému se tak náboženství výrazně odchyluje od tradičního církevního modelu. Je to dáno především výše popsány socioekonomickými změnami, které doprovázela globalizace.¹⁵

Náboženství zároveň nevěnuje tolik pozornosti eschatologickým představám, ale spíše se zaměřuje na život teď a tady. Rovněž velmi silně akcentuje vnitřní božství každého jednotlivce a hledání spásy v běžném životě. Spolu s tím se pojí témata jako je zdraví, bohatství nebo vztahy. Svou roli v tom rovněž hraje výše popsáný expresivní individualismus a autenticita, což jsou hodnoty, na kterých stojí dnešní socioekonomický systém. Došlo také k tomu, že v rámci náboženské praxe není tolik důležitá teorie, ale zkušenosti. V důsledku toho se začalo náboženství zabírat pragmatičtějšími otázkami. To ovšem taky znamená, že se náboženství začíná prezentovat a fungovat jinak, než doposud. Náboženské organizace se více zaměřují na komunikační strategii, aby obstálo a udrželo svou relevanci v neoliberalní společnosti. Výše zmíněné nám tedy implikuje, že náboženství mění svou povahu a stává se z něj životní styl.¹⁶

3. Alternativní spiritualita a její rysy

V předchozích kapitolách jsme se seznámili se společenskými změnami, které silně proměnily náboženství do podoby, v jakého známe dnes. Nicméně tyto změny vedly také k nárůstům nových náboženských proudů, kam spadá i alternativní spiritualita. V této kapitole se proto seznámíme s alternativní spiritualitou a jejími typickými rysy, které jsou stěžejní pro tuto práci. Alternativní spiritualita se začala rozvíjet v 60. letech 20. století. V tomto období bylo pro toto hnutí příznačné, že se očekával tzv. příchod nového věku nebo věku Vodnáře. S tímto věkem mělo přijít i tzv. duchovní probuzení lidstva. Není tedy náhodou, že toto hnutí vzniklo v době kontrakturní revoluce, jak uvádí česká religionistka Zuzana Marie Kostíková.¹⁷ Alternativní spiritualita byla totiž ve svém počátku kontrakturní hnutí, které bylo charakteristické pro svou revoltu proti tehdejšímu systému, jak jsme si již popsali v předchozí kapitole. Ačkoliv očekávání příchodu tohoto věku v 70. až 80. letech zesláblo, a alternativní spiritualita trochu změnila své zájmy, tak nadále rostla.

Toto hnutí lze popsat jako alternativu vůči mainstreamu či tradičním institucím, ať už vůči medicíně nebo tradičnímu náboženství. Jedná se o neinstitutizovaný náboženský proud, který ani nelze definovat na základě předepsaných doktrín nebo autorit. Z toho nám také vyplývá, že ne všichni stoupenci alternativní spirituality věří nebo praktikují stejné věci.¹⁸ Tato neinstitutizovanost v sobě právě nese určitou kritiku vůči tradičním náboženstvím, jako je křesťanství. Instituce tohoto typu je chápána jako utlačující systém prosycený nerovnostmi. Je ale důležité podotknout, že alternativní spiritualita může s ostatními náboženstvími fungovat

¹⁵ Tamtéž, s. 111–112.

¹⁶ Tamtéž, s. 112–114.

¹⁷ Zuzana Marie Kostíková, „New Age, Ezo, Alternativní spiritualita“, *Dingir* 26 (2023): 43 – 44.

¹⁸ Wouter J. Hanegraaf, *New Age religion and Western culture: Esotericism in the mirror of secular thought*, Leiden: Brill (1996): 2.

dohromady. Spiritualita je totiž vnímána, jako člověku přirozená a díky tomu se tak může lidská duše rozvíjet bez jakýchkoliv omezení, které ustanovuje tradiční náboženství.¹⁹ Zároveň je alternativní spiritualita velmi pluralitní a synkretické hnutí, které přejímá několik různých prvků z různých náboženských tradic, nehledě na jejich historický kontext. Funguje zde proto cokoliv, co by mohlo nějakým způsobem přispět k lepší osobní pohodě jednotlivce. Z tohoto důvodu má tak člověk svobodnou volbu vybrat si, jaké techniky či praktiky bude nebo nebude používat.²⁰

Je důležité zmínit, že v alternativní spiritualitě nefiguruje žádná postava tradiční autority, která by zastávala institucionální pozici, jako je tomu např. u jiných náboženství. V tomto kontextu Weber tvrdí, že tradiční autorita vychází z předem dané společenské tradice. Tento typ se tím pádem opírá o institucionální normy, které ji tak právoplatně legitimizují. Naproti tomu charismatická autorita nepotřebuje žádný institucionální rámec, ale stačí jí pouze osobní nadání a charisma, na základě kterého ji budou ostatní přijímat. V tomto ohledu se stává nedílnou součástí soudobého kapitalistického systému. To je např. vidět v oblasti marketingu, kde úspěch prodeje závisí na tom, jak moc bude oslnivý prodejce. Zároveň charismatická autorita ukazuje, jak současný kapitalismus vyhledává stále nové formy autenticity. Vůdce tak již nemusí být v nějaké institucionalizované pozici, aby byl respektován, jelikož jeho hodnota spočívá v síle jeho zážitku a autenticitě. Zkušenost se tak stává měřítkem pravdy.²¹

V rámci sociálních sítí má charismatická autorita své místo. Tento koncept více rozvíjí socioložka Stephanie Alice Baker a Chris Rojek.²² Jejich hlavní myšlenka spočívá v tom, že tzv. lifestyle gurus představují určitý typ autority v digitálním prostředí. Tyto autority veřejně mluví o svých životních zkušenostech, na základě kterých poté předávají rady svým sledujícím, jak překonat své překážky. Důležitá je zde proto autenticita, která hraje stěžejní roli ve vztahu mezi daným influencerem/kou a sledujícími. Zkušenost se tak stává v tomto ohledu měřítkem pravdy, a tím se influencer/ka dostává do určité pozice moci. Velkou roli zde hraje demokratičnost sociálních sítí, které dávají prostor i těm, jejichž hlas je ve většinové společnosti není slyšet.²³ Zásadní je také, že postava influencera/ky se musí jevit jako obyčejný/á, autentický/á, a který/á se odlišuje od komerčních a korporátních hierarchií spojených s tradičními médii. Tato charakteristika by tak velmi dobře odpovídala tomu, jak popisují spirituálního influencera/ku mé informátorky.

I přesto tuto neinstitucionalizovanost v rámci alternativní spirituality jsme schopni pojmenovat některé z jejích základní rysů. Sociolog a religionista Paul Heelas např. uvádí,²⁴ že jádrem alternativní spirituality je život tady a teď. Přičemž, jak tvrdí Heelas, pro stoupence tohoto hnutí je spiritualita a život totéž. Jedná se totiž o základní všeprostopující energii, která

¹⁹ Jan Kapusta, Zuzana Marie Kostičová, „From the Trees to the Wood: Alternative Spirituality as an Emergent ‘Official Religion’?“, *Journal of Religion in Europe*, 13, č. 3-4 (2020): 193.

²⁰ Pat Collins, „New Age Spirituality“, *The Furrow*, vol. 49, no. 2 (1998): 95.

²¹ François Gauthier, *Religion, modernity, globalisation: Nation-state to market*, London: Routledge (2019): 218–220.

²² Stephanie Alice Baker and Chris Rojek, „The Belle Gibson Scandal: The Rise of Lifestyle Gurus as Micro-Celebrities in Low-Trust Societies“, *Journal of Sociology* 56.3., Sydney: Sage publications, 2020, 388–404.

²³ Je důležité poznamenat, že to není tak, že by sociální sítě vyřešily všechny sociální nerovnosti, záleží na spoustě faktorů, díky kterým se člověku podaří uspět jako influencer/ka na sociálních sítích.

²⁴ Paul Heelas, *Spiritualities of life: New age romanticism and consumptive capitalism*, Vol. 3. New York: John Wiley & Sons (2008): 30.

vše ožívuje a je součástí všeho, co je. Vzhledem k tomu, že je toto hnutí neinstitucionalizované, je zde kladen velký důraz na osobní prožívání a subjektivní pravdu. Dalšími důležitými hodnotami pak jsou dobré zdraví, mezilidské vztahy, harmonie a svoboda. V prostředí alternativní spirituality se rovněž předpokládá, že člověk má hluboko v sobě ukryté své autentické Já, které bylo zastřeno kulturou a společností. Toto neposkvrněná Já funguje rovněž jako vnitřní hlas, který ví, co je správné. To vede pak ke kritice „vnějších“ autorit a sakralizace sebe sama. Tradiční instituty jsou tak démonizované a člověk tak proto musí najít svou pravou podstatu.²⁵

Dalším stěžejním přístupem v alternativní spiritualitě je holismus. Tento koncept spočívá v předpokladu, že vše je mezi sebou navzájem propojené. Kostičová poznamenává²⁶, že v alternativní spiritualitě existuje určitá forma binarity v rámci rovnováhy. Ideální stav je tedy takový, kdy jsou dva navzájem opačné póly spolu v rovnováze. Z toho nám tedy vyplývá, že rovnováha je žádoucí stav, a naopak nerovnováha je stavem nežádoucím. Tyto stavy se pak reflektují v různých oblastech života i společnosti, jako je fyzická či psychická rovnováha nebo ekosystém. Jakákoliv binarita pak vychází z každodennosti jednotlivce, jako je např. práce a volný čas, muž a žena, apod. Pokud ale dojde k nerovnováze jedné z těchto binarit, má to své důsledky. Tyto nerovnováhy se pak externalizují v podobě nemocí či společenských problémů. Duchovní praxe (meditace či terapie) jednotlivce pak mohou sloužit k nastolení rovnováhy. To lze praktikovat jak na individuální, tak na kolektivní úrovni. Problémy světa, tak vypovídají o problémech, které mají lidé a naopak.

V tomto kontextu je důležité popsat, jakou váhu má osobní odpovědnost a volba v rámci alternativní spirituality. Základní premisa v rámci alternativní spirituality je, že lidé si tvoří svoji vlastní realitu. Mysl se tak v tomto ohledu dá označit za nástroj, díky kterému jsou lidé schopni měnit svůj život. Je třeba zdůraznit, že za životem jednotlivce nestojí Bůh nebo vesmír, ale on sám. A to ještě předtím než se fyzicky narodil. Člověk si zvolí život, jaký bude žít, a jakými zkouškami projde. Z této teze tedy vyplývá, že náš život je řízen našimi nevědomými přesvědčeními, které je potřeba si „zvědomit“, aby člověk získal aktivní roli ve svém životě. To nás vede k předpokladu, že v životě člověka nic není náhoda a vše se děje z nějakého důvodu. To rovněž ospravedlňuje různé nespravedlnosti – dějí se, protože mají daného člověka něco naučit a vesmír je chce někam posunout. Vesmír má zde roli dobrosrdečného učitele. Za různými překážkami většinou stojí nějaký vyšší cíl, který je člověku skrytý. Z tohoto důvodu není jakákoliv sebelítost na místě, jelikož vše, co se děje v životě jednotlivce je závislé pouze na něm, a na nikom jiném. Tyto nepříjemné životní zkušenosti mají rovněž posilující charakter do budoucna.²⁷

S holismem a osobní odpovědností se pojí poslední charakteristika alternativní spirituality, kterou bych zde rád zmínil, a tím je holistické léčení a přístup alternativní spirituality ke zdraví, potažmo nemocem. Stoupenci tohoto hnutí kladou silný důraz na propojenost mezi tělem a myslí. To znamená, že psychický stav velmi ovlivňuje fyzické zdraví. Člověk tak musí zlepšit své psychické zdraví, na kterém se podepsal např. stres, aby se uzdravil i na fyzické

²⁵ Stef Aupers and Dick Houtman, "Beyond the spiritual supermarket: the social and public significance of New Age spirituality", Routledge: London (2014): 139–242.

²⁶ Zuzana Marie Kostičová, *Současná alternativní spiritualita: vznik, vývoj a základní rysy, skripta pro kurz „Náboženství v postmoderní společnosti“*, Praha: HTF, (2020): 39–40.

²⁷ Wouter J. Hanegraaf, *New Age religion and Western culture: Esotericism in the mirror of secular thought*, Leiden: Brill (1996): 230–237.

úrovni. V tomto ohledu můžeme opět hovořit o důležitosti odpovědnosti za svůj život, v tomto případě za své zdraví. Člověk je vystaven tomu, aby pochopil důvod své nemoci a zaujmul vůči ní aktivní postoj. Z tohoto hlediska se stává zdravotní péče individualizovaná a soustředí se opět na zájmy jednotlivce.²⁸

Je důležité zmínit, jak se kultura sebezpečí rozrostla i v širší společnosti. Subjektivita a důraz na vlastní prožívání tak hrají od 60. let 20. století stěžejní roli v tom, jaký postoj mají marketingové firmy ke svým spotřebitelům. Vidět to můžeme např. v reklamě na auto, jak uvádí Heelas. Reklama je nyní více personalizovaná a používají se hesla typu „zkus“ nebo „zažij“, aby měl k nim měl člověk silnější pouto. Tyto marketingové tahy se tedy soustředí na to, aby měli lidé pocit, že jsou stále sami sebou.²⁹

Závěrem lze tedy říci, že alternativní spiritualita se stala součástí kapitalistického systému, a v jistém ohledu i jeho nástrojem. Toto přijetí do systému spočívá právě v hodnotové kompatibilitě a zároveň toto hnutí vyplňuje mezery současného socioekonomického uspořádání. V těchto kapitolách bylo cílem si představit teoretický rámec, díky kterému čtenář pochopí souvislost mezi kapitalismem a alternativní spiritualitou. Zároveň jsem představil stěžejní koncepty pro alternativní spiritualitu, které se v pozdějších kapitolách ukazují jako platné pro česká data v rámci kvalitativního výzkumu.

4. Pojetí a význam sebezrovoje na osobní rovině

Jak jsme si již popsali výše, alternativní spiritualita vyjadřuje a zastává, v určitém ohledu, neoliberalní hodnoty. Mezi tyto hodnoty lze zařadit např. mobilitu, odpovědnost za svůj život, schopnost překonávat překážky nebo důraz na vlastní volbu. V rámci mého výzkumu mé informátorky uvedly, že právě možnost volby je stěžejní v tom, jak přistupují k životu. Zastávají tedy postoj, že za vším v jejich životě stojí jejich svobodné rozhodnutí. „*Tak i když ty volby jsou občas těžké, je to Sofiina volba, tak tady jsou a já je můžu svobodně udělat. Díky za to, a myslím si, že i díky sebezrovoji už nepoužívám souvislosti s druhejma lidma vůči svoji osobě, třetí osobu, jakože on něco, protože já něco, takhle to prostě nefnuguje.*“ (I6) Tento postoj se neodráží pouze během rozhodování se v běžném životě, ale také určuje to, jaký člověk život vůbec žije. Z této premisy, svobodně se rozhodovat o svém životě, totiž vyplývá, že život, který člověk žije si zvolil ještě předtím než se narodil. „*Věřím tomu že každá duše si volí jakoby předtím - například rodiče, a zároveň třeba nějaký lekec se tady potřebuje naučit v rámci právě nějakýho toho svýho konkrétního vývoje.*“ (I5) Předpokládá se tedy, že vše, co člověk prožívá je jeho volba, kterou má možnost kdykoliv změnit, a nebo se může z určité situace něco naučit pro svůj další rozvoj.

Odtud se vyvíjí další velmi důležitý aspekt, a to je důraz na osobní odpovědnost. Tedy vše, co se děje v životě člověka je jeho zásluhou, za kterou nese on odpovědnost. Tento koncept vlastní odpovědnosti mé informátorky tematizují, jako hledání příčiny problému v sobě samé. Vychází totiž z předpokladu, že určité jednání nebo situace odráží určitým způsobem jejich vnitřní rozpoložení. „*Přijmout takovou tu zodpovědnost za ten život, takže to si myslím, že vlastně v této oblasti mi to jako hodně pomohlo, že prostě ne to není o tom, že ten člověk jako ten život žije, a prostě za všechno, co se mu jako špatného děje, můžou všichni ostatní, ale ne on sám. Takže je to takové, že když se mi něco stane, tak, jasně, mě to naštvě prvních deset nebo patnáct vteřin, ale pak je to takové jako, že*

²⁸ Tamtéž, s. 44–46.

²⁹ Paul Heelas, *Spiritualities of life: New age romanticism and consumptive capitalism*, Vol. 3. New York: John Wiley & Sons (2008): 62.

si říkám, proč se mi to teda jako stalo.“ (I7) V praxi to popisují, jako druh sebereflexe, kdy se snaží introspektivním přístupem zjistit, proč v nich určitá situace vyvolává to, co vyvolává. Může se ale jednat také o osobu, která v nich budí silnější emoce. „On si jako vybral, že se jako potkáme a oba z toho něco máme. Prostě všechno je to propojené. Vnímám to tak, že jsou nějaký situace s lidma, přijde mi nějaký člověk a řeším s ním nějaký problém nebo mi to není příjemný, tak prostě přišel z toho důvodu, abych začla reflektovat to, proč je mi to nepříjemný.“ (I1) Zároveň se velmi striktně vymezují proti jakémukoliv hledání chyb v druhých lidech. Opět zde akcentují možnost svobodně se rozhodnout a přizpůsobit se situaci, ve které se nachází. „Pokud bych měla ten pocit, tak by to byl jasnej důkaz toho, že setrvávám v nějakým módu oběti, protože nejsem dítě, který tady týraj rodiče, a který se nemůže svobodně rozhodnout, což už nejsem.“ (I4)

Tím, že v sobě pozorují některé negativní aspekty své osobnosti můžou pak pracovat na tom, aby je zlepšily. Seberozvoj velmi často staví jako korelaci k sebepoznání. Jakmile člověk ví o svých povahových nedostatcích, tak má opět možnost je změnit. „Takže když se ten člověk pozná, tak ví o svých slabínách a může je potom použít vlastně v tom seberozvoji, aby se dál rozvíjel, a byl lepší a lepší.“ (I5) Seberozvoj jde tak, z logiky věci, ruku v ruce spolu se sebepoznáním. Každá nekomfortní situace nebo nepříjemný jedinec nabízí možnost vhledu na vlastní povahové vlastnosti, které je třeba zlepšit. V kruzích alternativní spirituality se tento druh práce nazývá shadow work. Mé informátorky to popisují jako „zvědomení si“ určitého negativního aspektu jejich osobnosti, který potom přetransformují k lepšímu. „Ten hlavní motiv je to, že mi to má pomoci s problémem, co já si zrovna uvědomuji, že mám, a tak mi to pomáhá ho vyřešit. Často to jsou nějaký imaginace, že jsi v přítomnosti, že si uvědomuješ přítomnost. Je to opravdu uvědomění si, že jsi v procesu nějakých myšlenek špatných.“ (I6)

Tento předpoklad nám implikuje další velmi důležitý rys v alternativní spiritualitě, a to je, že vnitřní prožívání jednotlivce odráží to, jaký pak život žije, a co se mu v něm děje za různé události. Jakýkoliv neduh nebo problém, který vnitřně prožívají se externalizuje v podobě nějaké situace. „Komu a kam dávám pozornost, takovej mám život.“ (I8) Když dojde k vyřešení daného problému, který je trápí, odrazí se to v jejich každodenním životě. „Pokud by se stal nějaký problém, nebo něco kvůli čemu se cítím blbě, tak si tu situaci vezmu a nějakým způsobem zreflektuju a zkoumám, proč se tak cítím. Pak mnohdy pátrám v minulosti, proč se mi tohleto děje, jestli to není nějaký opakovaná vzorec, nebo něco, co jsem třeba převzala. Zkoumám, jestli se to třeba stalo poprvé a snažím se v tom najít ty propojení.“ (I10) Opět se tak dostáváme k důrazu na vlastní odpovědnost. Tyto problémy, jak popisují mé informátorky, se odráží také po jejich zdravotní stránce. Pokud má člověk nějaký zdravotní problém, tak z tohoto předpokladu vyplývá, že jeho příčina je psychického rázu. Díky seberozvoji si tedy uvědomují některé své návyky, které jsou škodlivé pro jejich zdraví. Ale nejedná se pouze o správné stravování nebo péči o fyzickou kondici. Tyto návyky mohou mít podobu toho, jakými lidmi se obklopují, jak se chovají nebo zda se jedná o nevyřešené trauma z minulosti. „Řeknou ti, jaké máš trauma z dětství, ale neřeknou ti už proč ho máš, nebo jaký má smysl nebo co ti má dát. Stejně jako když máš nějaký zdravý lifestyle, tak jako zřizuje ti to zdravý chod tvého těla, ale nezaměřuje se to zase na to psyché.“ (I1) K řešení svých problémů mé informátorky tedy zaujímají holistický přístup, který spočívá v hledání souvislostí mezi několika různými životními aspekty. V tomto ohledu vyjadřují taky kritiku vůči modernímu zdravotnictví - nicméně toto téma budu rozebírat v pozdějších kapitolách.

Jak jsem již naznačoval výše, tak různé situace mohou, pro mé informátorky, sloužit jako ukazatele nebo lekce, které jsou potřeba v jejich vývoji osobnosti. Každá životní zkušenost tedy pro ně znamená možnost se posunout, anebo je má naučit něco nového. Schopnost překonávat překážky se tak stává zásadním tématem. Jenže tyto životní překážky nestačí jenom

překonat, ale také je proměnit do něčeho užitečného nebo dobrého, z čeho budou potom následně čerpat. „*Je to o nějakých lekcích, ale zas na druhou stranu mi všechno to naplňuje život, někam mě to tam má dovést. Já jsem nikdy nepřemýšlela o tom, kdyby nepřišly ty nemoci, a nechtěla jsem ani nad tím přemýšlet, protože pak člověk padá do takové melancholie. Mělo důvod, proč to přišlo a má mě to někam dovést.*“ (I7) Z tohoto důvodu se zde dá tematizovat koncept osudu, vše je předem dáno a vše je tak, jak má být, jelikož, dle slov mých informátorek, nic není náhoda. „*Že prostě se to mělo stát vlastně, že mě to má někam posunout, že je to moje životní zkušenost.*“ (I9) Je zřejmé, že k této osudovosti nezaujímají pasivní postoj, nicméně se ke svému životu staví velmi aktivně. Každá překážka je tedy příležitost vyrůst a pokračovat tak v nikdy nekončící práci na sobě samé. V tomto ohledu lze tedy mluvit o aktivním fatalismu, kdy plně přijímají odpovědnost za svůj život takový, jaký je.

Na základě těchto výpovědí a studiích, které máme k dispozici o alternativní spiritualitě lze interpretovat následující. Pozice, kterou mé informátorky zaujímají ve svém životě je velmi individualistická, avšak ne v tom smyslu, že by ve svém životě nevnímaly důležitost ostatních lidí. Tento individualismus se projevuje tak, že každý neduh či chyba v jejich životě pouze odráží jejich vlastní niterný problém. Tudíž všechno začíná a končí u nich v tom smyslu, že ostatní lidé a situace v životě reflektují je samé. Přesvědčení, že jejich život je předem daný tak, že nic není náhoda a vše je založené na jejich svobodném rozhodnutí představuje pak i jasný přístup, jakým způsobem se snaží rozvíjet. Dalo by se z této premisy předpokládat, že jasně definovaný osud pro ně nepředstavuje příliš velkou snahu aktivně jednat ve svém životě, avšak opak je pravdou. Ve svém životě zaujímají aktivní postoj a každou životní překážku vnímají, jako možnost či lekcí se posunout. Tyto hodnoty či vlastnosti velmi dobře odpovídají neoliberálním hodnotám a tomu z jakého podhoubí alternativní spiritualita vyrostla.

4.1. Seberozvojové praktiky a jejich účel

Jak jsem již naznačoval v předchozí kapitole, individualismus je jedním ze stěžejních přístupů, které mé informátorky akcentují. Tento přístup se ovšem také velmi projevuje v tom, jak přistupují ke spiritualitě, potažmo jaké seberozvojové techniky provádějí v praxi. Proto považují za důležité v této kapitole popsat, jakou roli mohou seberozvojové praktiky představovat v životě mých informátorek. Každá z nich silně tematizuje, že vše dělají tak, jak ony samy cítí – neexistuje proto žádný předepsaný kánon, podle kterého by se přesně řídily. „*Nemusím se držet toho jednoho pořádku, ale můžu si vybírat podle toho, co mě nejvíce zajímá.*“ (I2) Tento přístup založený na pluralitě jim umožňuje kombinovat několik různých učení dohromady, aniž by měly mezi sebou nějakou historickou spojitost. „*Jako ta New Age mi nepřipadá, že nemá zas nějakou rozdílnou nauku. Připadá mi to dost samý. Je to asi něco, co jsem našla místo toho náboženství.*“ (I2) Ačkoliv mé informátorky (potažmo lidé zabývající se alternativní spiritualitou obecně) nesdílají naprosto stejné učení nebo techniky, lze mezi nimi nalézt společné rysy. To pak může, mimo jiné, i do jisté míry reflektovat to, jaká témata nebo praktiky aktuálně v alternativní spiritualitě trendují. Považují také za důležité zmínit, že jakákoliv technika nemusí nutně odnikud přesně vycházet, velmi často se jedná o nějaký intuitivní úkon. „*Jinak to dělám dost intuitivně, když cítím, že by to mohlo být pro mě dobrý, tak to zkusím, tak zkusím všechny možnosti.*“ (I3)

Jednou z těchto praktik, kterou často mé informátorky zmiňují, je meditace. Je ale důležité podotknout, že meditace pro každou z nich znamená zcela něco jiného, nebo může mít jináci postup meditace. Je to dáno právě tím, že v alternativní spiritualitě není jedna cesta, kterou by měli její stoupenci jít. I přesto se dají tematizovat některé společné nebo podobné prvky. „*Samozejmě i medituju, medituju, tak to je otázka. Je to za hranicemi něčeho, co lidi běžně dělají. Někdo kouká půl hodiny na seriál a já jsem si řekla, že zkusím vyjít ze svého komfortu a prostě si dát půl hodiny a*

zklidnit myšlenky a brát věci, tak jak jsou, a že to budu trénovat, dokovad' se něco nezlepší, nezmění.“ (I3)
Dá se tedy definovat jako nástroj, díky kterému se mohou zklidnit, navrátit k sobě, a tím tak zapomenout na shon v běžném životě. „*Jdu na čtyři hodiny sama do přírody a jsem sama se sebou, a vesmírem a světem.“ (I5)*

Další velmi často zmiňovanou praktikou je manifestace. Spirituální influencerka Tereza³⁰ na svém instagramovém profilu např. radí, aby žil člověk v přesvědčení, že jeho cíl se již dávno vyplnil a on jej už žije. V tomto ohledu také pomáhají afirmace, které „ustanovují“ daný cíl do reality. Celkově manifestace spočívá v tom, že člověk je schopný silou myšlenek do života přitáhnout nebo splnit si vše, co si přeje. Avšak nefunguje to tím způsobem, že by člověku spadlo vše do klína, aniž by se snažil. Jedná se zkrátka o další nástroj alternativního rázu, který může pomoci k dosažení svých cílů, jak uvádí mé informátorky. „*Já ji používám jako nástroj ke uvolnění důvěry. Jakože si to zmanifestuju a všechno bude ok. Zároveň i pro větší důvěru, že věci který chci se pak stanou. A u té techniky, kde si dávám pozor, je tedy jak nad těma věcmi přemýšlím a do čeho dávám tu svou pozornost. Vedu si zápisky a něco si píšu, a to mi taky pomáhá v té manifestaci.“ (I9)* Mé informátorky velmi často také zdůrazňují, že je třeba nad těmito cíli přemýšlet tak, jako by se už staly. I manifestaci pojímá každá po svém a nedrží se přesně stanovených pravidel, či technik. „*Teda asi bych to nenazývala manifestace, protože nedělám nic z těch návodů, co třeba jsou na nějakých těch profilech, jakože jak na manifestaci.“ (I3)* Manifestace se tedy dá interpretovat jako nástroj, který pomáhá v životě mých informátorek zaujmout aktivní postoj, a tím tak mít moc nad událostmi, které se v jejich životě dějí. Opět se nám tu tak tematizuje jistá forma aktivního fatalismu.

V neposlední řadě můžeme označit minerály či „magické“ kameny za další alternativní nástroj, který může fungovat jako pomůcka k zvládnání každodenního života. Jak uvádí Pat Collins,³¹ tyto kameny v sobě, dle stoupců alternativní spirituality, soustředí energii, která prostopuje všim a všemi. Díky této energii, kterou tyto kameny soustředí, mohou obnovovat harmonii v těle, a to pak vede uzdravení. Z mého výzkumu vyplývá totéž, jelikož se předpokládá, že tyto kameny v sobě obsahují sílu či moc, která potom příznivě ovlivňuje život jejich nositele/ky. „*Do té bývalý práce jsem si pořídila kamínky, který odrážel tu negativní energii. Taky jsem pracovala v call centru, potřebovala jsem si nějakou svoji sílu udržet sama pro sebe. Tak na ty kamínky jsem hodně věřila, i jsem si pořídila krystal k posteli, aby právě odrážel ty špatný energie, tak na to věřím.“ (I7)* Dají se tedy v tomto ohledu chápat, jako nástroj, který mění prostředí, ve kterém se člověk nachází k lepšímu. Nebo alespoň pomáhají k tomu, aby se jednotlivci chránili před negativními vlivy, které by ho mohly ohrožovat. Zároveň představují způsob podpory, který vede k lepším výsledkům v klíčových životních momentech, jak popisují mé informátorky. „*Na závěrečný zkoušky z autoškoly, z toho jsem byla jako hodně špatná, a jela tam se mnou moje mamka a já jsem se obložila kamínkami jo, ale máme stejnej nábrdelník s kříšťálama, měly jsme ho obě. Takže udělala jsem to.“ (I9)*

Z mého výzkumu tedy vyplývá, že seberozvojové techniky jsou v praxi jednotlivých informátorek velmi individualizované a intuitivní. To znamená, že se nám zde potvrzuje již dlouhodobě popsany rys v alternativní spiritualitě, a to je neinstitutizovanost. Neexistuje žádný předem daný kánon, podle kterého by se měly přesně řídit, naopak se řídí svou vlastní zkušeností a přesvědčením. Můžeme ale říci, jaké techniky jsou naopak velmi často zmiňované, ačkoliv jejich provádění a přístup k nim může být velmi odlišný. I přesto ale lze popsat jaké mají cíle nebo užitek v jejich každodenním životě. Cílem těchto praktik, z logiky věci, vyplývají dva důležité aspekty - zlepšit své okolní prostředí z pozice jednotlivce nebo zvýšit šanci na

³⁰ V rámci anonymizace užívám smyšlená jména.

³¹ Collins, Pat, “New Age Spirituality”, *The Furrow*, vol. 49, no. 2 (1998): 95.

úspěch. První aspekt, zlepšení okolního prostředí z pozice jednotlivce, se nám ukazuje již v předchozí kapitole. Místo hledání systémových řešení jsou velmi často vyhledávána řešení, která pomůžou jednotlivci lépe zvládnout určitou situaci nebo ji změnit tím, že najde v první řadě řešení pro sebe samého. Druhý důležitý aspekt, zvýšení šance na úspěch, nám opět ukazuje aktivní roli, kterou mé informátorky ve svém životě zastávají. Nenechávají tedy věc náhodě a naopak jdou překážce naproti vstříc.

4.2. Cíl seberozvoje na individuální rovině

Popsal jsem, jak vnímají a realizují seberozvoj mé informátorky, jaké praktiky používají ve svém každodenním životě a co to může reflektovat. V této kapitole proto považuji za důležité popsat, jaký je vůbec cíl seberozvoje, co seberozvojová cesta jako taková znamená. Na začátku uvedu, že většina mých informátorek se shoduje na tom, že člověk jako takový je v hloubi duše v podstatě dokonalý. Nicméně jeho pravá podstata, či jeho nejlepší já, je právě zahaleno nebo změněno různými životními zkušenostmi či společnostmi. Dá se ale k tomu přistoupit tak, že právě samotné zkušenosti jej mají proměnit k jeho nejlepšímu či pravému já. Výchozí pozice tedy spočívá v tom, že člověk byl dokonalý, přestal být, ale má se jím opět takovým stát – je zkrátka potřeba změny. „*Prostě se to takhle všechno bromaďí a ta tvoje pravá podstata jakoby je úplně zašlapaná a musíš to teda odkrývat, a pak seš zas jako plnej. Takže všichni jsme jako dokonalí, ale většina z nás je poznamenaná věcmi, co se dějou v tyhle realitě.*“ (I1) Potřeba změny rovněž také vychází z toho, že člověk je k ní jistým způsobem donucen v důsledku životních situací. „*Jako, ten seberozvoj může být dobrý k napravování toho, čím jsme prošli, čím jsme byli formulováni, protože každěj jsme se někomu narodili a ten někdo se taky někomu narodil, a někdo ho vychovával, a třeba si ani neuvědomoval, proč třeba nějaký věci říkal nebo dělá a stejně to tak bylo, a třeba to nemusela bejt ani bezký a ani příjemný.*“ (I6) Zároveň je třeba zmínit, že všechny mé informátorky se shodly na tom, že seberozvoj jako takový, je nikdy nekončící cesta. To znamená, že bude třeba, aby se rozvíjely celý svůj život. „*Já si myslím, že člověk se může pořád jenom zlepšovat, takže jsme pořád jenom lidé. Takhle máme jako svoje vlastní chyby a všechno a podle mě jako neexistuje někdo, kdo by byl prostě jako takzvaně jako osvícený, že by už jako se nemuselo dát dále jako rozvíjet. Myslím si že člověk se má furt něco furt co učit.*“ (I7)

Tato premisa předpokládá, že je člověk, v jistém ohledu, stále nedokonalý nebo je minimálně potřeba, aby se stále rozvíjel. Což nás tedy vede k tomu, proč by se měl jednat sám sebe, zlepšuje i svůj okolní svět. Je ale také potřeba prozkoumat i jiné motivace a cíle, ke kterým člověk díky seberozvoji dojde. Kýženým cílem je tedy být nejlepší nebo jinými slovy – navrátit se k sobě. „*Ten cíl je vrátit se k sobě, já věřím, že jsme všichni z nějakýho absolutna, z nějakýho já to nedokážu moc definovat, ale odněkud jsme sem přišli, a že se navrátíme do toho celku. Je to navrácení se domů jakoby.*“ (I1) Tento návrat k sobě se ale zároveň dá definovat, jako cesta k tomu být autentický, jelikož, jak uvádí mé informátorky, člověk se musí změnit k tomu, aby byl tím, kým má být – tedy tím svým autentickým já. „*Za mě je to asi cesta k převzetí zodpovědnosti za svůj vlastní život, cesta k vědomějšímu bytí a ke své vlastní autenticitě.*“ (I8) Jak jsem již zmiňoval výše, mé informátorky tématizují potřebu změnit se, či něco měnit. „*Seberozvoj je jedinej nástroj, kterej nás v životě posouvá dál a díky čemuž my se můžeme koukat na ten život z nových úhlů a setkat se s novýma příležitostma, s novýma lidma, novýma myšlenkama a nikdy vlastně neustrneme na tom jednom místě, a díky tomu vlastně pořád můžeme být tady a teď, a může to být pořád něco nového a bavit nás to, díky seberozvoji, takhle to vnímám já.*“ (I10)

Lze tedy závěrem říci, že seberozvoj mé informátorky pojímají jako nástroj, díky kterému se lze vymanit z životních zkušeností, které člověku, v jistém ohledu, brání být jeho nejlepším já. Nicméně tím, že člověk stále prochází různými životními zkušenostmi, které ho ovlivňují, stává se z toho nikdy nekončící proces. Silná akcentace změny či touha vymanit se něčemu, a žít lepší život, se tedy stává zásadním tématem pro tuto práci. Tato cesta vrátit se k sobě, či něco na sobě ustavičně něco měnit, se dá interpretovat jako snaha ustát každodenní život. Nicméně tuto tezi rozeberu více v následujících kapitolách.

5. Akcentace strukturálních problémů

Jak jsem již avizoval v předchozích kapitolách, tato práce si klade za cíl prozkoumat vliv dnešní doby, tedy pozdního kapitalismu, na seberozvoj. V úvodu je potřeba si vyjasnit, jak vůbec dnešní dobu, mé informátorky, popisují. Zcela všechny se shodly na tom, že dnešní doba je uspěchaná a cítí silný tlak na výkon. „*Asi mi připadá brozně zrychlená, a je tu velkej tlak na tu výkonnost, ale to mi připadá takový dost obraný, ale přijde mi to tak.*“ (I2) Tento popis by dobře odpovídal tomu, jak je také popisován pozdní kapitalismus.

Je ale třeba říci, že jejich postoj k systému, ve kterém žijí není černobílý. Na jednu stranu ho velmi silně kritizují, na druhou naopak ho velmi chválí. „*Teď je i ta společnost hodně individualizovaná sama, dřív se hodně žilo v kmenech a lidi spíš přemýšleli jak přežít. Teď najednou máš všechno, a tak hledáš ten smysl, když už máš všechno.*“ (I1) V tomto kontextu hovoří také o srovnání mezi dnešní dobou a dobou v minulém komunistickém režimu, ve kterém žili jejich rodiče. „*Nějak jsme to rozvedli s mamky bratrem a ten říkal, že to měli jednodušší, já si taky myslím, že jo a moje mamka tvrdí, že ne. Protože na nás je hodně velkej tlak ze společnosti.*“ (I3) Kromě srovnání mezi dnešní a dobou v komunismu, jdou také dál do minulosti. Do doby, kdy lidé žili, dle jejich slov, propojení s přírodou. Akcentují tedy jakýsi návrat zpět domů, ke svým kořenům. Tento pohled se také projevuje v tom, jak přistupují k seberozvoji na individuální rovině. „*Kdybychom se všichni navrátili jako ke svým kořenům, tak jak to bylo, no nechci říkat do pravěku. Ale když si vezmu nějaké ty kmeny, jak jsou v Americe třeba, nebo tak nějak. Nebo jak byli Májové nebo Egypťané nebo tak. Tak prostě ony ty starodávne civilizace prostě pro nás by mohly být jakoby učitelem, víš. Podle mě teda jde o návrat k těm kořenům a začít trochu jako jinak. Více se zabývat jako tím, co tady je, a na jako na konkrétní situace, které tu jsou.*“ (I6) Kritika systému ze strany mých informátorek se tedy stává příznačným tématem pro tuto práci. „*Ta doba je pro nás strašně zrychlená, všude okolo nás je nátlak a stres. To je taková hlavní charakteristika.*“ (I8)

Z toho nám také vyplývá, že mé informátorky budou muset zaujmout nějakou pozici, jelikož jejich cíl o spokojeném životě v harmonii se bude muset s touto skutečností nějakým způsobem konfrontovat. Zde se nám opět ukazuje jejich silně individualizovaný postoj, který mají i ve svém osobním životě. Velmi často zastávají tvrzení, že raději nesledují zprávy nebo je sledují v menší míře, v zájmu svého duševního zdraví. „*Za mě jeden z kroků, který jsem udělala je, že jsem hodně omezila přísun informací. Tedy hodně jsem omezila přísun informací, co se ve světě děje, protože mě to hodně negativně ovlivňovalo a to obzvlášť například pokud šlo o nějaké války. Takže jsem začala filtrovat ty informace, které přijímám. Udržuju si přísun informací takových těch základních.*“ (I5) V tomto ohledu zastávají proto názor, že raději budou pracovat na sobě samé, jelikož jejich vnitřní svět odráží ten vnější. To znamená, že pokud ony samy budou v určitém ohledu pracovat na svém vnitřním klidu a míru, mohou tento klid a mír přenášet dál. „*Vím, že s tím bobužel nic neudělám, nijak nemám, jak pomoci. Tak můžu se modlit, což někomu může připadat jako, no dobrý, tak se tady pomodli a jako tím určitě spasí svět, ale vlastně fakt je ten, že já když tady a teď si dám meditaci hodinovou za mír, tak vlastně můžu začít u sebe. V tom, že budu ten mír vytvářet v tom svým bezprostředním okolí, a ten se pak může*

někam šířit dál do světa v ideálním případě. Což je samozřejmě potom na každém, na zodpovědnosti jako nebo rozhodnutí nebo kapacity stavu, jestli potom ten mír šíří dál, nebo naopak se chce bádát třeba nebo chce vytvářet konflikt.“ (I4) Vidím tedy zde opět silně individualizovaný přístup i na společenské úrovni. Existuje zde tedy přesvědčení, že skrze jednotlivce dojde ke zlepšení společnosti. Pokud by tedy všichni lidé na sobě pracovali a rozvíjeli se, společnost by se, na základě této premisy, také zlepšovala. „V rámci širší společnosti je důležitá ta autenticita, to propojení sám se sebou, to si myslím, že kdyby měla širší část populace tak jsme určitě úplně jinde.“ (I10) Odráží se proto zde i přesvědčení, že externalizovaný svět reflektuje vnitřní nastavení člověka. Na společenské úrovni tedy společnost odráží vnitřní svět jednotlivců.

Je tedy zřejmé, že mé informátorky velmi silně akcentují strukturální problémy v současném socioekonomickém systému. Zároveň se s nimi snaží, svým způsobem, nějak vypořádat. „*Taková doba teďka je a je plná tlaku, abychom byli víc než ten drubej, abychom dokázali víc, víc, víc a taková doba expanze a růstu. A myslím si proč je to tak velký téma ve společnosti (seberozvoj), protože je to tak markantní a tak kruciální záležitost v životech těch lidí, že už to nejde přebližet a lidi si prostě všimli, že něco není dobře, a že se to na nich podepisuje a všimli si toho, že nemůžou jíst, že nemůžou spát, že se jim borší zdraví, že maj úzkosti, že maj deprese, že tady vlastně podléhají nějakým lákadlům.“ (I6) Jak jsem již zmiňoval výše, tak jejich řešení není systémové nebo organizované. V tom smyslu, že by se pokoušeli změnit systém např. jako organizovaná skupina. Naopak se zde opět ukazuje přístup, který mají v osobním životě, jelikož v jistém ohledu přijímají, že doba je taková jaké je, a proto se jí musí přizpůsobit, ale zároveň v ní mohou aktivně participovat. Je důležité podotknout předpoklad, který spočívá v tom, že lidé jsou odpovědní za svůj vlastní život, a vždy mají svobodnou volbu jednat, anebo se jedná o lekci, která je má posunout dál. „*Když budu dělat nějakou práci v kanclu, tak to nevnímám negativně, ale prostě tam jsem, má mě to něco naučit a prostě si z toho můžu něco odnést. Tyhle situace mi dávají daleko víc, než kdybych byla v práci, která mě baví, protože tady se konfrontuješ s tolika věcmi a vlastně jako objevuješ zase sám sebe. Protože já si myslím, že ty můžeš najít lásku úplně ve všem, když se na to koukáš z nějakýho pohledu – být v klidu, cítit harmonii se vším, což se snažím nějak praktikovat.“ (I1) V jistém ohledu tedy dochází ke smíření se s tím systémem, takovým jaký je, jelikož každá překážka je příležitost se někam posunout. Jejich postoj, který mají i na individuální rovině se pak odráží v tom, jak přistupují ke světu – individualizovaně.**

Důležité je zmínit, že se ale nejedná o únik ze systému, jelikož únik ze systému tematizují mé informátorky formou alkoholu nebo workoholismu, které by je vyvedly z jejich každodennosti. Seberozvoj jde naopak spolu ruku v ruce s jejich běžným životem, který jim naopak pomáhá zvládat každodenní realitu bez užití vnějších látek. „*Vnímám to tak, že ty lidi, co se vůbec nad tady téma věcmi nezamyšlí, tak prostě nejsou ještě na té úrovni, aby to zvládli. Třeba se jim v minulých životech staly jako nějaký špatný věci. A oni prostě jako budou workoholici nebo alkoholici, ale všechno tohle je únik od toho hledání toho pravého já. V průběhu věku pomalu zjišťují, že jako já můžu být, nebo jako já už nejsem tolik vymezená proti tomu systému, jako jsem byla dřív, ale že vlastně mi nevadí být v tom systému a najít si to svoje místo, já můžu mít rodinu, práci a žít stereotypní život, ale v sobě si můžu dělat svoje věci. Je to jako normální.“ (I5) Právě seberozvoj je nástroj, jak v tom systému uspět a žít v něm autenticky a vědomě. „*Protože seberozvoj se týká modlení, meditace, což je samo o sobě je obrovský skok pro nás jako osobnosti v rámci zachování klidu, takže díky tomu jsme víc schopni regulovat ty své stresové situace, což je prostě klíčový.“ (I9)**

Lze tedy závěrem konstatovat, že seberozvoj, v rámci širší společnosti, můžeme chápat jako nástroj v současném socioekonomickém systému, jak v něm dobře obstát. Zároveň si jsou mé informátorky velmi dobře vědomy toho, že existují jisté chyby nebo problémy v tomto systému, ale místo systémových řešení se snaží o zlepšení sebe sama. Premisa, že vnitřní svět

odráží ten vnější zde funguje tím způsobem, že pokud člověk pracuje sám na sobě a na svém vnitřním klidu, může tak přispět k zlepšení společnosti. Pokud by tedy všichni lidé na sobě pracovali a rozvíjeli by se, celá společnost by se tak zlepšila. Nicméně s touto kritikou systému také souvisí kritika tradičních institucí ve společnosti, jako je např. zdravotnictví. Považuji proto za důležité tuto kritiku tematizovat, abychom si tak dokázali lépe popsat jednotlivé rysy alternativní spirituality.

5.1. Kritika tradičních institucí a holistický přístup

To, že je pro alternativní spiritualitu charakteristické, že se silně vymezuje vůči západní medicíně či jiným tradičním institucím, již víme. Avšak považuji za důležité tematizovat tuto problematiku v rámci této práce, a zasadit ji do kontextu, který zohledňuje strukturální problémy ve společnosti. Čímž nechci problematizovat západní medicínu, nicméně je důležité poukázat na tento pohled, který je již dlouhodobě součástí alternativní spirituality, a co to může reflektovat. V rámci této práce uvedu instituci, vůči které jsou mé informátorky nejkritičtější, a to je právě medicína.

Zájem o alternativní spiritualitu či seberozvoj velmi často vycházel z toho, že se mé informátorky potýkaly se zdravotními problémy. Buď jim přišla západní medicína jako nedostatečná, anebo hledali další alternativu, která by jim mohla pomoci. „*No, důležitý v my cestě bylo to, že já jsem chvíli před maturitou vážně onemocněla, a tu nemoc mám celoživotní a hledala jsem jako nějaký i další alternativní způsob, jak se léčit.*“ (I6) To nám implikuje, že západní medicíně schází něco, co je pro stoupence alternativní spirituality stěžejní – holistický přístup. „*Přijde, že table složka zahrnuje úplně všechno, že si tím můžeš vše vysvětlit. Mně nedává smysl to, proč bych měla řešit to, jak se cítí moje tělo bez toho, aniž bych řešila, jak se cítí moje duše. Přijde mi tohle propojení.*“ (I1) Důležitou roli zde proto hraje také psychosomatika tedy, že psychika člověk ovlivňuje jeho fyzické zdraví. „*Myslela jsem, že do sebe nasypu kortikoidy a léky, ale furt mi dobře nebylo, protože jsem žila pořád stejně – měla jsem kolem sebe ty idioty, měla jsem hroznou stravu, nebyla jsem se, špatný nastavení vnímání spjitostí a ještě jsem to dávala za vinu doktorům, jaktože mi není líp a pak mi jako došlo ale to je moje tělo, já jsem zodpovědná za něj, kdo jiný by to měl řešit.*“ (I7)

Opět se dostáváme k tomu stejnému, a to je osobní zodpovědnost a důraz na vlastní volbu. Čili zdravotní stav jednotlivce vždy ukazuje nějakou jeho vnitřní nesrovnalost či neduh, který se externalizuje jako nemoc. Zároveň je člověk zodpovědný za tuto nemoc, se kterou se potýká, jelikož udělal někde chybu a je pouze na něm, jestli ji vůbec vyřeší. „*Já fakt hodně řeším ty nemoci, protože podle mě to ukazuje, že dělá něco špatně a většina lidí má nějaký svůj problém, ať už je chronické nebo nějaká menší vyrážka, i takovýhle drobný věci, lidi se prostě spoléhají na to, že prostě mají nějaký střevní prostředí, to vnímám nejvíc, že to všem přijde normální prostě a tak, ale nikdo se nad tím nepostaví, a le to je vliv té doby, protože všechno je uspěchaný, nikdo se nepozastaví nad tím, jaký vliv má na to, že jíme ultra zpracované jídlo, protože je to nejrychlejší přípravu, a když to nenabízíme do sebe, tak nebudem stíbat hovadinu úplně nějakou.*“ (I7) Také se zde objevuje důležitý kontext, který se vztahuje k pozdnímu kapitalismu. Kvůli uspěchanosti nemají lidé na sebe čas, což se pak podepisuje na jejich zdraví.

Můžeme tedy konstatovat, že se nám v tomto ohledu potvrzuje další dlouhodobě popsaný rys v alternativní spiritualitě, a to je skepse vůči západní medicíně. Důvodem je, že řeší pouze vzniklé důsledky, a nikoliv příčiny nemocí, které jsou často psychického rázu. Opět se tak dostáváme k tomu, že vnitřní svět člověka se odráží ve vnějším světě. Zároveň za každou nemoc je člověk zodpovědný sám a je koneckonců na něm, zda dojde k jejímu vyléčení. Nemoc tedy signalizuje, že jednatel má v sobě nevyřešený neduh, kterého se lze zbavit za pomoci

introspekce a sebereflexe. Na základě toho poté vědí, jaké návyky či trauma je v nich nezpracované, a jak můžou tento typ chování změnit.

5.2. Enviromentální problematika v rámci alternativní spirituality

Během mého výzkumu, některé z mých informátorek silně tematizovaly enviromentální problematiku, jako jeden z nejpálčivějších problémů v naší společnosti. Opět - toto téma není v alternativní spiritualitě něčím zcela novým, ale považuji za důležité jej tu popsat v kontextu strukturálních problémů, jež mé informátorky akcentují. Jak jsem popsal již výše, současný systém popisují jako velmi zrychlený a cítí velký tlak na výkon. Tlak na výkon se dá ale také chápat, jako neustálá honba za ziskem. „*Jsmo hodně ovlivněný tím brutálním materiálem a v výsledku všechny tyhle věci se z velké části dějou pro ty peníze a to ego.*“ (I8)

S tím souvisí i to, jakým způsobem jde doba dopředu. Víceméně všechny se shodují na tom, že jako společnost jsme velmi vyspělí, a máme k dispozici spousty vymožeností. Nicméně tento fakt má i svou stinnou stránku. Tento zrychlený vývoj se především podepisuje na aktuálních klimatických výzvách, kterým čelíme, avšak ne v dobrém slova smyslu. „*Furt se rozvíjí nějaké technologii nebo prostě všechny ty jako ta různá odvětví, co jsou. Tak si neuvědomujeme to, že jako tím v podstatě ničíme sami sebe, což zničíme planetu, že jo, tím, že furt něco jako vytváříme stavíme prostě bouráme lesy.*“ (I4) Ale i tento přístup k enviromentální problematice má i spirituální rozměr. Náš přístup k přírodě reflektuje kolektivní vědomí všech lidí. „*Jaká je energie, jaký, co tady koluje v kolektivním vědomí a různých. Takže pro mě to je takové, že nechci nic říkat jako napřímo, jakože, jo to je pravda a tohle to ne, spíš je to takové, že nad tím hodně polemizuju a přemýšlím zda by to mohlo mít nějakou souvislost.*“ Lze to tedy chápat opět tak, že vnitřní svět jednotlivců reflektuje pak ten vnější svět. Zároveň mé informátorky tvrdí, že různé přírodní katastrofy jsou i lekce, které nám příroda dává za to, jak se k ní my, jako lidé chováme. Rýsuje se nám tedy určitý koncept karmy. „*No, to globální oteplování. Vím, že si toho lidi dělali srandu, že je to mýtus, přitom není, ona se otepluje planeta, jsou samý požáry, takže já se nedivím, že ta planeta dává najevo, že ji ničíme. To mi přijde jako nejlepší ukazatel, že je něco špatně. Takže úplně lituju příští generace.*“ (I6)

Starost o životní prostředí se tedy dá označit, jako za jedno z důležitých témat v rámci alternativní spirituality. Zároveň se nám tu opět ukazuje přístup, který mé informátorky zaujímají k řešení problémů nebo alespoň k tomu, jak je pojmají. Strukturální problém ve společnosti opět ukazuje nějaký vnitřní problém, který v sobě jednotlivci mají. Ovšem je tu i ta perspektiva, která tvrdí, že přírodní pohromy nebo katastrofy jsou také ukazatelem či lekcí za to, jak se my jako společnost k přírodě chováme. Dá se tedy hovořit o jistém konceptu karmy, což je pro alternativní spiritualitu také velmi příznačné. Enviromentální problematika je navíc pro tento výzkum velmi přínosná tím, že tento problém mé informátorky zasazují do kontextu s kapitalismem (implicitně). Tento problém vznikl v důsledku současného socioekonomického systému, nebo jej prohlubuje, na základě jejich výpovědí.

6. Sociální sítě jako prostředek k seberozvoji

Cílem této práce je rovněž popsat, jakou roli hrají sociální sítě v tom, jak přistupují mé informátorky k seberozvoji. Považuji za důležité opět uvést, jak mé informátorky celkově vnímají sociální sítě, jaký k nim mají přístup, a proč je používají. Je třeba zdůraznit, že jejich vztah k nim je velmi ambivalentní. Na jednu stranu jsou rády za všechny informace, které díky nim mají k dispozici, avšak na tu druhou popisují, také některé negativní aspekty. „*Myslím si, že ten přístup k informacím tím, že je snadný, tak i k tomu seberozvoji je snadnější, než měli rodiče. Myslím si,*

že když máme svobodu slova, tak máme i svobodu myšlenek. Je to snadnější v tomhle, každý má svoje rituálky, na manifestaci nebo tak. Na druhou stranu si myslím, že ten tlak je mnohem větší. Co se týče informací, tak je to super, ale čím víc informací, ale tím horší.“ (I3) Opět se tu setkáváme s kritikou tlaku a nároků, které mohou sociální sítě generovat. Tento tlak např. vnímají v tom, že cítí tlak na to, aby byly také nejlepší verzi sebe sama. „Že si řeknu „tyjo, tenhle člověk je úplně úžasný, že má skvělý vztah k životu a k sobě“ a toho já nikdy nedosáhnu.“ (I10) Jako další problematický aspekt uvádí přehřel informací, ve kterých je těžké se vyznat a odhadnout jejich relevanci. „Takže je to jako strašně individuální a těžký se v tom umět pohybovat. A asi nějaký to přehlcení, těch zdrojů a informací je pak tolik, že pak člověk je zmatený, protože jeden člověk tvrdí tohle, jiný tamto a co já mám teď s těmi informacemi dělat.

Avšak vidíme i chválu toho, že díky sociální sítím jsou informace o seberozvoji, potažmo o alternativní spiritualitě, mnohem dostupnější a snazší. „Sociální sítě byly pro mě nejdostupnější možnost, jak se k tomu dostat. Než složitě hledat na internetu nebo v knihovnách, tak jsem si to našla na Instagramu, že jo, klasicky.“ (I4) Tento tlak může působit i tak, že jednotlivce vytrhne z jeho „pasivního stavu“ a donutí jej, v jistém ohledu, na sobě pracovat. „Skrze sociální sítě, mě to nějak dokopalo k tomu, abych se taky nějak začala jako snažit někam dál posouvat, protože když se nebudu dál posouvat, tak zamrznu na nějakým bodě, kdy že mě bude zabořkelej člověk, co má malej pohled, a myslím, že není dobrý na sobě nijak nepracovat tímhle impulsem.“ (I8)

Je potřeba také zmínit způsob, kterým jsou sociální sítě demokratizované. To znamená, že kdokoliv může sdílet, jakékoliv informace o různých tématech. Mají tak prostor vyjádřit svůj hlas ti, jejichž hlas není ve společnosti tolik slyšet. Což vede k jisté kritice mainstreamových médií, kterou některé z mých informátorky implicitně akcentují. „Jak máš ty konspirační teorie různé a tak. To co to je právě spojené s tím hledáním té jako pravdy. A myslím si - že hodně věcí, které už někteří jako řekli, hodně velcí jako myslitelé. Oni řekli něco, co by jako mohla být pravda, tak třeba i pravda pak pravda byla. Jenomže společnost to jakoby nikdy nepřiznáme, že jo.“ (I7) Kritika tradičních institucí ve společnosti je v rámci alternativní spirituality běžnou součástí, jak již víme. Proto mé informátorky velmi často tematizují touhu přemýšlet nad věcmi z různých úhlů pohledů za účelem najít pravdu. „Jsem teďka v období, kdy jsem takový jako hledač pravdy. Třídím si, co by jako teoreticky mohla být pravda, a co jako ne. Takové konspirační teorie a takové různé věci, což jako jsou pro mě témata, které jako já mám ráda. Ale jsem vždycky jako tak hodně na braně, a balancuju jestli jako tomu věřit nebo nevěřit.“ (5) Pro téma konspirativity³² bohužel není v této práci prostor, nicméně považují za důležité tyto výpovědi tu uvést, jelikož opět vypovídají o současném stavu společnosti. Mainstreamová média jsou součástí tradičních institucí, tudíž kritika vůči nim opět ukazuje určitý strukturální problém, který mé informátorky akcentují.

Mé informátorky zároveň tematizují, že rády sledují kohokoliv, kdo je sice veřejně známý, ale aktivně se neprofiluje na sociálních sítích. Rovněž je to člověk, jehož pohledy v určitém ohledu nezapadají do mainstreamové škatulky. Většinou to bývají lidé z umělecké branže, např. zpěváci. Díky tomu, že mají v mediálním prostředí prostor, mohou předávat různé informace. „Já často koukám na nějaký rozhovory. A když si to pustím tak vlastně jako mi to dává smysl. Takže se mi ty skládačky začínají dávat do sebe. Já už je nějak v sobě mám, ztracený, ale najednou se to všechno spojuje.“ (I1) Slouží tedy k tomu, že pomáhají lidem formulovat různá přesvědčení, ale tato přesvědčení nevznikají bezprostředně. O některých tématech měli již povědomí, ale nedokázali si na ně formulovat názor. Tento člověk, který má mediální prostor jim tak pomáhá konceptualizovat

³² V českém prostředí se tomu věnuje např. digitální antropoložka Marie Heřmanová, “We Are in Control”: Instagram Influencers and the Proliferation of Conspiracy Narratives in Digital Spaces”, 70 (3) (2020): 349–368.

jejich vlastní přesvědčení. „*Asi, že to nějak rezonuje s nějakou mojí zkušeností. Je to hodně intuitivní, já si řeknu, jo, to mi dává smysl, to se mi stalo něco podobného a podle toho se pak rozhodnu. Oni mi ti lidi pomáhají si lépe zformulovat moje myšlenky, když nevím, co se ve mně děje, a pak to slyším a řeknu si, jo, to je ono, a pomůžte mi to se s tím vyrovnat, uvědomit si to a pak s tím lépe zpracovat.*“ (I2)

Díky tomu, že jsou sociální sítě demokratizované, dostávají prostor především spirituální influenceři. U těchto spirituálních influnecerů hraje velkou roli autenticita. Jak jsem již popsal výše, mé informátorky sledují lidi, se kterými názorově souhlasí, jelikož s nimi rezonuje to, co říká, na základě jejich zkušeností. Nicméně sdílená zkušenost není vše, co v alternativní spiritualitě zajistí někomu autentičnosti. Dalším důležitým faktorem je totiž praxe v tom smyslu, že daný influencer dělá opravdu to, co tvrdí, že dělá. „*To musím říct, že dělám velmi intuitivně. Je to pro mě o intuitivním pocitu, nebo třeba i o tom, že ty lidi znám. Je pro mě hodně důležité jak moc sdílí ti lidé i svůj osobní život, tedy i to propojení osobního života je informace pro mě. Jestli ti lidé žijou to, co tvrdí.*“ (I8) Zkušenost je tak měřítkem autenticity. Proto je také důležitá, jak jsem již zmiňoval, aby tato zkušenost odpovídala životu „obyčejných lidí.“ Proto velmi často zaznívá kritika na to, pokud někdo prezentuje svůj život na sociálních sítích, jako téměř dokonalý. „*Pro mě jsou daleko víc autentický normální lidi, který nemají nějaké krásné ig účet, ale žijou třeba úplně odříznutí od světa, někde v lese, a žijou vlastně úplně normálně. Že přes tohle to vnímám. Normální každodenní život, skrze to vidím víc duchovna.*“ (I1) Život spirituálního influencera nebo alespoň způsob, kterým se prezentuje musí v jisté míře odpovídat tomu, jaký život žijí mé informátorky.

S tímto se pojí další důležité hledisko, a to je společná nebo podobná životní zkušenost. Mé informátorky uvádí, že větší autenticitu vidí v někom, kdo si prošel podobnými životními zkušenostmi. Dokážou se tedy tak, v jistém smyslu, k danému člověku připodobnit. „*No, tak klasicky, že prostě jako, že cítím, že ten příběh je třeba nějak podobný tomu mému. Tak aspoň jakoby vím, že třeba jakoby nejsem sama v tomblentom, a že prostě se mi dělo něco podobného, a že ten člověk fakt jako, že to můžu jakoby taky zvládnout všechno.*“ (I6) Vidím tedy zde jistou formu adorace, kdy je obdivován někdo, kdo překoná nějaký problém a inspiruje pak ostatní k tomu, aby překonávali své životní překážky. Z toho lze usuzovat, že i spirituální influenceři vyzývají k aktivnímu fatalismu a přebrání odpovědnosti nad vlastním životem. „*Rozhodně inspirace, protože jako hodně těch uživatelů tam třeba popisuje svůj životní příběh, což jako kolikrát prostě na to koukám a říkám si, co to je, prostě fakt jako z 0 na 100.*“ (4) Je důležité uvést, že se tak tento spirituální infleuncer stává příkladem toho, jaký život by měl člověk žít. Představuje tedy tak někoho, kdo v jistém ohledu našel mír a harmonii v současném systému, i přes všechny překážky, a je tak někým, kdo může inspirovat ostatní k tomu žít tak také. „*Jedna influecnrka mě inspirovala v tom, že i přes to jaký má problémy, tak si udělala bezkej život, a jde si za svým a mě to brozně inspirovalo. Baví mě její zamýšleci příspěvky nad tím, co se děje, mě to vždy pohladí po duši.*“ (I7)

V souvislosti s tímto je třeba zmínit další důležitý aspekt, a to je relativizace vlastních problémů. Člověk vidí díky sociálním sítím život ostatních, což jej pak vedu k tomu se porovnávat. V důsledku toho pak relativizuje vlastní problémy, které pak vnímá oproti problémům ostatních, jako marginální. „*Vlastně, že jako těm lidem se dějou mnohem horší věci než třeba mě a taky se z toho dostali takže prostě já se z toho můžu dostat taky. Teda toto vidím jako prostě takovou tu tak to jako cestu tobo, že člověk přece někde octne v takové jako slepé uličce, a neví kam dál a pak prostě slyší jako nebo vidí, že tenhle člověk to má podobně, a že se taky dostal nějakou cestou takže si z toho může něco vzít vlastně a taky se dostat jako třeba jinačí cestou, ale může se z toho taky dostat, že jo, nějakým způsobem právě.*“ (I7) Toto vzájemné sdílení problémů ale pak může představovat způsob, kterým se tvoří komunity, kde se sdílí stejné hodnoty nebo názory. „*Ale mám pocit, že soc, sítě jsou v určitým*

smyslu skvělá věc, protože se můžete spojovat s lidma, co mají stejnej úhel pohledu a nebo s lidma, co vás pousnou někam dál a pomůžou se nějak rozvíjet a tak. Je to spíš o tom, že lidi řeší stejný trápení nebo stejnou cíl.“ (I5)

To je například vidět u přístupu k různým onemocněním, se kterým se setkávají primárně ženy. Z důvodu omezeného prostoru této práce uvedu tuto problematiku pouze na onemocněním zvaném endometrióza. „*Endometrióza je stav, při kterém se tkáň podobná děložní sliznici vyskytuje i jinde v těle než pouze v děloze. Všechny tyto děje vedou v drtivé většině případů k bolestivým projevům. Přestože je endometrióza 2. nejčastějším gynekologickým onemocněním hned po myomech (statistika z UK) tak je zároveň bobužel i jedním z nejpodceňovanějších onemocnění.“³³ Uvádím ji tu, jelikož mi o ní řekla jedna z informátorek. „*Mně ji právě před měsícem taky našli, asi nějaká další moje lekce. A hledala jsem si, co by mi pomohlo pomoci kromě stravy. Mě právě pomáhá se napojit na to svoje ženství a dělat různé rituály. Ona (influencerka Evelína) se tomu věnuje, nic jsem nějak moc extra nezkoušela, ale sleduju to, a je to brozně zajímavý si pročítat.“ Alternativní spiritualita tak k tomuto také zaujímá jistý postoj. „*Těm ženám v dnešní době chybí, ta spiritualita, protože on je to takovej brozně mužskej svět, tlak na výkon a žena má čtyři období v měsíci a vůbec se na tohle nebledí, ale když se na to člověk koukat z tohoble pohledu a začne s e tomu věnovat a přizpůsobí tomu svůj styl života, tak se má o dost líp. Vypadá to jako spiritualita, ale vlastně je to takový navrácení se k přírodě.“ (I7)***

Z obsahové analýzy instagramového profilu Evelíny³⁴, která se zaměřuje na endometriózu v kontextu alternativní spirituality vyplývá následující. Strukturální problém, který spočívá v tom, že ženská bolest je velmi často znehodnocovaná se tak tedy opět řeší na individuální úrovni. Tento alternativní postoj v online prostředí, tak může ženám nabízet prostor, ve kterém se jejich bolest neznehodnocuje. Rovněž poskytuje možnost sdílet tento problém s ostatními ženami, které si prochází stejnou zkušeností. Ženy si např. prostřednictvím komentářové sekce sdílí mezi sebou své příběhy nebo vyjadřují slova podpory. Zároveň ale nedochází k tomu, že by se tento problém měl řešit systémově. Naopak se tomu systému přizpůsobí tím, že si v něm člověk najde vlastní způsob, jak v něm fungovat. V českém prostředí např. toto tematizuje digitální antropoložka Marie Heřmanová. Z výzkumu Heřmanové vyplývá³⁵, že digitálnímu prostředí a politické diskuzi v něm spíše dominují muži. Vzhledem k faktu, že u žen je mnohem větší pravděpodobnost, že budou vystaveny genderově podmíněným nenávisným projevům, tvoří si vlastní ženské komunity, kde mohou bezpečně sdílet svou vnitřní pravdu. V mém výzkumu se toto potvrzuje na společenské rovině.

Mé informátorky rovněž velmi kritizují příliš silnou komercializaci duchovních služeb, tj. věštění z karet, různé semináře či workshopy, za vysokou částku. Ovšem se velmi liší pojetí toho, co je příliš. „*Pokud se jedná o lidi, kteří si za to berou strašně moc peněz, tak to беру spíš jako, že to je a čistě jenom za ziskem. Vlastně to se spiritualitou nemá vůbec nic společného, protože myslím si, že za nějaký jakože retreat někde u moře, a co tam platíš 50000Kč a vlastně si z toho neodneseš nic, tak je podle mě fakt jenom jakože za účelem zisku a vlastně za nic nepředání.“ (I10) Ale je třeba říci, že celkově nekritizují prodej nebo propagaci těchto služeb. Záleží zkrátka na míře a na individuálním uvážení, co je jenom za účelem zisku, a co nikoliv. V jistém ohledu tu tak nastává ambivalentní vztah vůči komercializaci spirituality. „*Takehle mě to nevadí protože nebo já to беру tak že já jim zaplatím, a dostanu nějaké informace nazpět.“ (I9)**

³³ Zdroj: <https://endotalks.cz/co-je-endometrioza/>

³⁴ V rámci anonymizace používám smyšlené jméno.

³⁵ Marie Heřmanová, “Sisterhood in 5D: Conspirituality and Instagram Aesthetics”, *M/C Journal*, M/C – A Journal od Media and Culture, 25 (1) (2022), <https://doi.org/10.5204/mcj.2875>

Z toho nám tedy vyplývá, že sociální sítě se stávají prostředím, které funguje jako svého druhu komunitní centrum, kde se lidé mohou svobodně rozvíjet. Zároveň se spirituální influencer stává někým, kdo představuje ideál toho, jak žít smysluplný a autentický život, i přes všechny životní překážky. To, co ho nebo jí, činí autentickým, jsou podobné životní zkušenosti a schopnost je překonat.

7. Závěr

Cílem této práce byla snaha prozkoumat vztah mezi alternativní spiritualitou, potažmo seberozvojem a pozdním kapitalismem. Specificky jsem se zde zaměřil na sociální síť, a jakou roli v tomto ohledu hrají. Z teoretické části již víme, že vztah mezi alternativní spiritualitou a kapitalismem je více než zřejmý, což ostatně ukazuje i můj výzkum. Z mého výzkumu vyplývá, že všechna data, která jsou k dispozici o alternativní spiritualitě jsou platná i v českém prostředí.

Mé informátorky uvádí, že každý problém či neduh v jejich životě pouze reflektuje jejich vnitřní rozpoložení. Tento přístup je pak vede k aktivnímu jednání a vnímání životních překážek jako příležitostí k růstu. Což nám implikuje také to, že nic není náhoda a za vším v jejich životě stojí jejich svobodné rozhodnutí. Tyto hodnoty jsou také v souladu s neoliberalními principy, ze kterých alternativní spiritualita vychází. Tato individualizace potvrzuje charakteristiku alternativní spirituality jako neinstitucionalizovaného hnutí, kde neexistuje pevně daný kánon, ale spoléhá se na osobní zkušenost a přesvědčení. I přes tuto rozmanitost lze popsat některé často zmiňované techniky (magické kameny, meditaci a manifestaci) jejichž cílem je buď zlepšit okolní prostředí z pozice jednotlivce, nebo zvýšit šanci na úspěch. První aspekt odráží hledání řešení situací z individualizované pozice, zatímco druhý ukazuje aktivní přístup k překonávání překážek a dosahování cílů.

V tomto kontextu se v mém výzkumu ukazuje, že mé informátory silně akcentují strukturální problémy ve společnosti. To je např. vidět také v přístup k environmentální a genderové problematice. Environmentální problematika je navíc pro tento výzkum velmi přínosná tím, že tento problém mé informátorky zasazují do kontextu s kapitalismem (implicitně). Tento problém podle nich vznikl v důsledku současného socioekonomického systému, nebo jej prohlubuje. Co se týče genderového rámce, tak tuto problematiku jsem tématizoval na příkladu s onemocněním endometrióza. Tato čistě ženská nemoc je ze strany zdravotnických institucí velmi často bagatelizována. Alternativní spiritualita se s tímto problémem vyrovná tak, že jej sakralizuje a individualizuje.

Ostatně se s tímto pojí celková kritika vůči zdravotnickým institucím. Tradiční medicína neřeší příčinu nemocí, ale pouze její důsledky, s čímž souvisí důležitost holistického přístupu. Zároveň za každou nemoc je člověk zodpovědný sám a je koneckonců na něm, zda dojde k jejímu vyléčení. Nemoc tedy signalizuje, že jednatel má v sobě nevyřešený neduh, kterého se lze zbavit za pomoci introspekce a sebereflexe. Na základě toho poté vědí, jaké návyky či trauma je v nich nezpracované, a jak můžou tento typ chování změnit.

Premisa, že vnitřní svět odráží ten vnější, zde funguje tím způsobem, že pokud člověk pracuje sám na sobě a na svém vnitřním klidu, může tak přispět ke zlepšení společnosti. Pokud by tedy všichni lidé na sobě pracovali a rozvíjeli by se, celá společnost by se zlepšila. V tomto ohledu se tedy nesnaží o systémovou nebo kolektivní změnu ve společnosti, ale o změnu sebe sama za účelem obstát v dnešním socioekonomickém uspořádání. Sociální síť se v tomto kontextu stávají, v jistém ohledu, komunitním centrem, kde se lidé mohou svobodně rozvíjet. Spirituální influencer je tak někým, kdo představuje ideál toho, jak žít smysluplný a autentický život, i přes všechny životní překážky. To, co ho nebo ji, činí autentickým, jsou podobné životní zkušenosti a schopnost je překonat.

Závěrem lze říci, že seberozvoj lze označit za nástroj, který pomáhá stoupencům alternativní spirituality obstát v dnešním kapitalistickém systému. Zároveň poskytuje možnost vymanit se z životních traumat, která člověku v jistém ohledu, brání být jeho nejlepším já. Nicméně tím, že člověk stále prochází různými životními zkušenostmi, které ho ovlivňují, tak stává se z toho nikdy nekončící proces.

Bibliografie

- Aupers Stef, Dick Houtman, "Beyond the spiritual supermarket: the social and public significance of New Age spirituality", Routledge: London, 2014.
- Baker, Stephanie Alice, and Chris Rojek, „The Belle Gibson Scandal: The Rise of Lifestyle Gurus as Micro-Celebrities in Low-Trust Societies“, *Journal of Sociology* 56.3., Sydney: Sage Publications, 2020.
- Boltanski Luc, and Eve Chiapello, “The New Spirit of Capitalism”, *International Journal of Politics, Culture, and Society*, New York City: Springer Nature, 2005.
- Collins, Pat, “New Age Spirituality”, *The Furrow*, vol. 49, no. 2, 1998.
- Cortois, Liza, „Expressive Individualism in the New Spirit of Capitalism. Spirituality, Organization, and Neoliberalism: Understanding Lived Experiences“, *Sociology Department of Babeş-Bolyai University Cluj-Napoca*, Cheltenham : Northampton, 2020.
- Foster, Roger, „Therapeutic culture, authenticity and neo-liberalism“, *History of the Human Sciences*, Sage Journals: California, 2016.
- Gauthier, François, *Religion, modernity, globalisation: Nation-state to market*, London: Routledge, 2019.
- Gauthier, François, „Why All These ‚Neos‘? Why Now?: The Structural Conditions of ‚New Age Spiritualities‘ in the Global-Market Era, as Seen from Latin America“, *Ciencias sociales y religion*, 23, del Departamento Estadual de Campinas: Sao Paulo, 2021.
- Hanegraaf, Wouter J, „New Age religion and Western culture: Esotericism in the mirror of secular thought“, Leiden: Brill, 1996.
- Heelas, Paul, *Spiritualities of life: New age romanticism and consumptive capitalism*, Vol. 3. New York: John Wiley & Sons, 2008.
- Heřmanová, Marie, (2022), “Sisterhood in 5D: Conspirituality and Instagram Aesthetics.“ *M/C Journal*, M/C – A Journal of Media and Culture, 25 (1).
<https://doi.org/10.5204/mcj.2875>
- Kapusta Jan, Kostiřová Zuzana Marie, „From the Trees to the Wood: Alternative Spirituality as an Emergent ‘Official Religion’?“, *Journal of Religion in Europe*, 13, 2020.
- Kostiřová, Zuzana Marie, *Souřasná alternativní spiritualita: vznik, vývoj a řákladní rysy, skripta pro kurz „Náboženství v postmoderní společnosti“*, Praha: HTF, 2020.
- Kostiřová, Zuzana Marie, „New Age, Ezo, Alternativní spiritualita“, *Dingir*, 26, 2023.
- Taylor, Charles, *Sources of the Self*, Cambridge: Cambridge University, 1989.

Webové stránky

- <https://endotalks.cz/co-je-endometrioza/>