

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
EVANGELICKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

Bakalářská práce

Logoterapie a existenciální analýza v krizi smyslu člověka
(post)moderní doby z křesťanského pohledu

Autor:	Dana Kroupová
Katedra:	Pastorace
Vedoucí práce:	Mgr. Veronika Džiamová
Studijní program:	B7508 Sociální práce
Studijní obor:	6141R030 Pastorační a sociální práce
Rok odevzdání:	2009

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci s názvem Logoterapie a existenciální analýza v krizi smyslu člověka (post)moderní doby z křesťanského pohledu napsala samostatně a výhradně s použitím citovaných pramenů.
Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna veřejnosti ke studijním účelům.

V Praze dne 8. června

Dana Kroupová

ANOTACE

Název práce: Logoterapie a existenciální analýz v krizi smyslu člověka
(post)moderní doby z křesťanského pohledu

Tato bakalářská práce se věnuje krizi smyslu (post)moderního člověka. Nejprve se v krátkém historickém exkurzu snažím ukázat na změny v západní společnosti, které se odehrály příchodem modernismu a posléze postmodernismu a které působí na prožívání člověka. Zde jsem se nechala inspirovat postmoderními osobnostními vzorci Zygmunta Baumana.

Dále krátce pojednávám o existencialismu, filozofickém směru, který ovlivnil logoterapii a existenciální analýzu. Těmto směrům, které se zabývají vůlí ke smyslu, základními osobními motivacemi člověka a dalším existenciálním podnětů, se věnuji podrobněji. Poukazuji na jejich přínos při překonávání krize smyslu (post)moderní doby. Předkládám také terapeutický postup Elisabeth Lukasové a Alfreda Längleho a také krátce pojednávám o důležitosti terapeutického vztahu. V této práci je zřetelný dialog s Písmem, neboť je psána z křesťanského pohledu.

Klíčová slova: postmodernismus, postmoderní osobnostní vzorce, existencialismus, existenciální analýza, noogenní dimenze, krize smyslu, sebepoznání, vůle ke smyslu, svobodná vůle, zodpovědnost, modulace postoj, křesťanská víra

ABSTRACT

Title: Logotherapy and existential analysis in human crisis' of meaning in Post-Modern Times from Christian perspectives

This bachelory work focuses on a crisis of meaning in a human life in Post-Modern Times. First I present in a short historical excursion the changes the Western society went through Modern and Post-Modern Times. I point out its impact on the human condition by using Post-Modern types of Zygmunt Bauman. Further I briefly discuss the existentialism philosophy that influenced logotherapy and existential analysis. I pursue in more detail these theories of psychotherapy that deal with the will to meaning, basic personal motivation of man and other existential issues to showing their benefits in terms overcoming the crisis of meaning Post-Modern age. Further I describe therapeutic intervention according to Elisabeth Lucas and Alfred Längle and also shortly discuss the importance of the relationship between therapist and client. My work is written from a Christian perspective and therefore there is a broad dialogue with the Scripture.

Keywords: postmodernism, postmodern types, existentialism, logotherapy, existential analysis, noetic dimension, crisis of meaning, self-concept, Will to Meaning, freedom of will, responsibility, Modification of Attitudes, Christian faith

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala vedoucí mé bakalářské práce Mgr. Veronice Džiamové.

Obsah

1. Úvod	5
2. Modernismus x postmodernismus	7
2.1 Vznik moderního světa a vliv křesťanství	7
2.2 Moderní doba	10
2.3 Stručná charakteristika postmodernismu	12
2.4 Postmoderní osobnostní vzorce	14
2.4.1 Zevloun	15
2.4.2 Tulák	16
2.4.3 Turista	16
2.4.4 Hráč	17
2.5 Krize postmoderního člověka	18
2.6 Shrnutí: situace postmoderního člověka	20
3. Filozofické předpoklady logoterapie a existenciální analýzy	23
3.1 Teistický existencialismus	23
3.2 Ateistický existencialismus	24
4. Existenciálně orientované směry	27
4.1 Zakladatel logoterapie Viktor Emil Frankl	28
4.2 Logoterapie	29
4.2.1 Teorie osobnosti podle Frankla	31
4.2.1.1 Noogenní neurózy	32
4.2.2 Logoterapeutické principy v psychologické poradě	35
4.2.3 Formy logoterapeutické práce	37
4.3 Alfred Längle a jeho koncept rozšířené existenciální analýzy	38
4.3.1 Teorie základních osobních motivací	39
4.3.2 Osobní existenciální analýza	39

4.4. Vztah terapeut a klient	40
5. Závěr	43
5.1 Křesťanský pohled na logoterapii a existenciální analýzu	43
5.2 Jaká jsou východiska z krize postmoderního člověka?	51
6. Seznam literatury	54
7. Příloha	57
6.1 Logo-test	57

1. Úvod

Každý z nás více nebo méně hledá odpověď na to, kdo je a jaký má jeho život smysl. Tato otázka je bytostně spjata s naším lidstvím. Jako člověk, který žije na této planetě, se snažím porozumět světu, jeho proměnám, výzám a svému místu v tom, co mě obklopuje. Toto tázání bylo i důvodem, proč jsem si vybrala téma, které se zamýšlí nad krizí smyslu člověka dnešní doby.

Mé hledání, a tudíž i tato práce, probíhá na půdě křesťanské, tedy v dialogu s Bohem (včetně omezení, jež se vynořují v důsledku Jeho neuchopitelnosti), Písmem, tradicí a kulturou. Velkou inspirací jsou pro mě lidé, s kterými jsem se na své cestě setkala, ať už osobně nebo zprostředkovaně skrze psaný text. V neposlední řadě také mé sebepochopení coby malého příběhu v kontextu velkého vyprávění.

Tuto snahu nutně doprovází i tázání po příčinách krize smyslu, která se neodehrává v prázdnotě, ale v kontextu společnosti a ducha doby. Každá doba rodí společnost, která je nějakým způsobem nemocná. Z toho důvodu je v této práci věnován prostor úvahám o postmoderní době, která se v mnohém prolíná, ale zároveň i vymezuje vůči modernímu pojetí člověka a světa. Jsem si vědoma toho, že názory na dnešní dobu se liší a ne všichni ji označují za postmoderní.¹ Navzdory tomu nelze nepostřehnout určitý posun paradigmatu společnosti oproti minulosti.

V této práci mi nejde o hloubkovou filozofickou sondu do jednotlivých „ismů“. Chtěla bych však poukázat na některé změny, které se ve společnosti odehrávají a zároveň nastínit možné dopady na vnímání smysluplnosti lidského života.

Ambicí této práce není ani troufalý pokus o předložení návodu na správný život. Jedná se spíše o zamyšlení nad tím, jak dnešní doba ovlivňuje naši vůli ke smyslu² a o předložení možného východiska pro uvědomělý život ve svobodě, zodpovědnosti a smyslem naplněném bytí, jehož předpokladem je vědomí sebe sama (sebepoznání) a zároveň setrvání v dialogu s Druhým.

¹ Jak říká Z. Bauman, je těžké přesně říci, kdy končí noc a začíná den. R. Dohrendorf, J. Habermas, J. Giddens aj. tvrdí, že je nutné dokončit projekt moderny; F. Lyotard, R. Rorty aj. – trvají na tom, že je nutné se od moderny distancovat. Tedy ani akademická půda není v tomto bodě jednotná.

² U Frankla tzv. Will zum Sinn překládáme různě např. touha po smyslu, orientace ke smyslu, potřeba smyslu. Tato označení se vztahují k lidské tendenci nacházet smysl života v konkrétních životních situacích a naplňovat tento smysl takovými rozhodnutími a činy, jimiž objevené hodnoty ve svém životě uskutečňujeme.

Při psaní této práce vycházím z nastudované odborné literatury, zejména pak z textů věnující se existenciální analýze a logoterapii, které na otázku bytí a smyslu soustředí svou pozornost. V této části čerpám ze své absolventské práce, kde jsem se věnovala fenoménu úzkosti. Dále vycházím z některých odborných filozofických a sociologických textů. V neposlední řadě je mi velkým zdrojem inspirace živé slovo obsažené v Bibli.

Byť v této práci nepředkládám konkrétní model intergrace logoterapie a teologie, snažím se alespoň poukázat na to, v čem se logoterapie a existenciální analýza s křesťanskou vírou shodují a kde se rozcházejí. Tyto směry si kladou velmi podobné otázky, na které narazíme v Písmu. Věřím, že pokud jim nasloucháme, umožňuje nám to reagovat na výzvy, které jsou nám v životě kladeny.

Pokud tato práce povzbudí čtenáře k hlubšímu dialogu se sebou samým, druhými a Druhým, jakožto i k hlubšímu porozumění úskalím a výzvám dnešní doby, pak se raduji, neboť splnila svůj účel.

2. Modernismus versus postmodernismus

Abychom mohli alespoň trochu porozumět moderní a (post)moderní době, je nutné zběžně nastínit, čím byla tato období ovlivněna. Jak už jsem uvedla v úvodu, názory na to v jaké době se nacházíme se různí. Navzdory tomu, že nelze učinit jasnou dělící čáru mezi modernismem a postmodernismem, řada odborníků se pokouší o reflexi změn, které se odráží ve společnosti a tím i v životě člověka.³ Pochopení ducha doby je z mého pohledu důležitější, než otázka jejího pojmenování. Nechám tedy na čtenáři, aby si utvořil vlastní úsudek.

Při tomto přemítání jsem se asi nejvíce nechala inspirovat sociologem polského původu Zygmuntem Baumanem, zejména jeho postmoderními osobnostními vzorci a Stanley Grenzem, který mi pomohl objasnit historické souvislosti. Přínosnou pro mě byla také četba Tomáše Halíka, Davea Robinsona, Davida Nováka, Stuarta Sima, kteří mi umožnili lépe pochopit postmoderní filozofii F. Lyotarda.

Závěr této kapitoly jsem věnovat zamyšlení se nad tím, jak tyto jevy působí na vnímání smysluplnosti vlastní existence. Zde vycházím zejména z Viktora E. Frankla, Miloše Rabana, Elizabeth Lukasové, Alfreda Längleho, Antonia Maria Baggii a Charlese Taylora.

2.1 Vznik moderního světa a vliv křesťanství

O moderní době se často hovoří jako o „velkém projektu“. Tímto označením se myslí osvícenská představa dokonalého světa, k němuž nám měl pomoci technologický rozvoj. Uvádí se, že moderní pohled na svět se utvářel na pozadí náboženských válek v 17. století. Asi nejvíce je spojován s revolucí ve filozofii a vědě⁴. Od středověku, ve kterém byl oslavován Bůh, přes renesanci, ve které byl oslavován člověk, až po osvícenství⁵, věk rozumu, které stálo u zrodu moderní doby.

³ Posun paradigmatu, který sebou postmodernismus přinesl se samozřejmě odráží i v umění, které je velmi citlivé na „duch doby.“ Jsou zde jistě kvalitní díla, ale dnešní (post)moderní umění rovněž odráží zmatek, absurditu, sériovost, lhostejnost, nihilismus, aj. např. Andy Warhol, Duchamp aj. Velmi zajímavou je např. kniha od H.R. Rookmaakera : Moderní umění a smrt kultury, která popisuje vztah mezi uměním a jednotlivými obdobími lidských dějin.

⁴ „Revoluci ve vědě znamenalo především odklon od středověkého chápání Země, jako středu vesmíru. Dřívější zaměření na „přirozené principy“ vystřídalo zkoumání přírodních jevů pomocí analytických metod, které umožnily dobrat se měřitelných výsledků.“ In. GRENZ.S.J., Úvod, 73

⁵ „Nová věda věku rozumu zobrazovala svět spíše jako obrovský stroj, v němž jsou lidé jen malou součástíkou. Lidé dosáhli toho, že o sobě přestali smýšlet jako o stvořených bytostech podřízených Bohu, ale tím sami sebe sesadili ze svého vznešeného postavení blízko vrcholu stvoření, kde měli být autoritou jako správci ostatního stvořeného řádu.“ In. GRENZ. S.J., Úvod, 68

Za otce moderní filozofie je označován René Descartes, známý svým slavným výrokem Cogito ergo sum,⁶ jímž poukazuje na nezpochybnitelnost vlastní existence. Další významnou osobou, která šla cestou zkoumání zákonitostí byl Isaac Newton. Podobně jako mnozí další vědci⁷, i on věřil v Boha, který tomuto světu vtiskl určitý řád a zákonitosti, které se snažili poodkrýt. Svým úsilím chtěli poukázat na dokonalost „Stvořitelovy ruky.“

„Descartes i Newton se snažili využít rozumových schopností k posílení teologického programu. Revoluce ve filozofii a vědě, kterou dali do pohybu, však přinesla nový pohled na svět a na naše místo v něm – ten nebyl křesťanské víře nakloněn. Moderní svět se projevil jako Newtonův mechanistický svět, který obývá Descartesova samostatná myslící substance. V takovém světě byla teologie nucena ustoupit přírodním vědám a ústřední postavení, jež dříve teologové měli, se stalo výsadou vědců.“⁸

Thaxton a Pearcey ve své knize Duše moderní vědy uvádějí zajímavé shrnutí vztahu mezi křesťanstvím a vědou:

1. Křesťanské učení posloužilo jako zdroj předpokladů pro vědeckou činnost (např. přesvědčení, že se příroda řídí určitými zákony).
2. Dala vědě svůj souhlas (prostředek k ulehčení námahy).
3. Poskytovala motivy pro vědeckou práci (sláva a moudrost Stvořitele).
4. Usměrnování vědecké metodologie (empirický přístup k vědě)⁹

Návrat k člověku a osvícenské oslavování rozumu vykreslilo budoucnost lidstva zářivými a optimistickými barvami. Navzdory tomu, že víra byla jakýmsi podhoubím vědy, byla záhy mnohými označena za nepotřebnou, naivní a infantilní iluzí. Do středu všeho dění, na místo Boha, vstoupila věda a pokrok, které měli přenést člověka do věku dokonalosti. V konečném důsledku tedy vědecké zkoumání vedlo k sekularizaci.

⁶ Výrokem: „Myslím tedy jsem.“ Descartes vyjádřil myšlenku, že existence myšleného „já“ je první pravda, kterou nelze popřít. Souhlasil, že mohu pochybovat téměř o všem. Jediné co nelze zpochybnit je, že pochybuji, což znamená, že nemohu pochybovat o své existenci. Podle Descartese Já – se rozhoduje samo za sebe a existuje mimo tradici a společenství. Tento pohled je však z postmoderního pohledu zpochybněn.

⁷ „Vědci, kteří žili mezi r. 1500-1800 byli s velkou pravděpodobností věřící, kteří svým zkoumáním fyzikálních zákonitostí chtěli oslavit Boha. Farář-přírodovědec bylo velice obvyklé spojení (Terminus technicus vědec se začalo používat až od r. 1834).“ Srovnej: GRENZ.S.J., Úvod

⁸ GRENZ. S.J., Úvod, 72

⁹ Srovnej: THAXTON,CH.,PEARCEY,N.,Duše,7-35.In:RAUS, Integrate teologie a psychologie, skripta

Koncem 18. stol. začalo stoupenců, nové víry rozumu, ubývat. Důvodem bylo rozpoznání, že pouhé empirické metody nemohou zaručit jistotu pravdivého poznání. D. Hume například poukázal na to, že skutečnost posuzujeme na základě našich vjemů, které jsou zkreslené, a tudíž závěry, ke kterým při zkoumání jevů docházíme, jsou pouze výsledkem navyklého způsobu myšlení. Tyto úvahy vedly ke skeptickému racionalismu. Osvícenský program však dostal novou naději v jednom z největších filozofů moderní doby, Immanuelu Kantovi, který reagoval na Humeův skepticismus.¹⁰ Kant se snažil postavit metafyziku na pevnější základ. Aby toho dosáhl, předložil odvážnou hypotézu: mysl je v poznávacím procesu aktivní¹¹. Tvrdil, že poznatky o okolním světě neodvozujeme jen ze smyslové zkušenosti. Smysly nám poskytují pouze „hrubé údaje“, které naše mysl dále zpracovává pomocí v ní obsaženého filtru a umožňuje tak poznání.¹² Ačkoliv Kant souhlasil s Humem, že na existenci Boha nelze usuzovat na základě smyslových zkušeností, neupadl do náboženského skepticismu, ale odkazoval v této věci na praktický rozum, který kladl do vztahu s morálním rozměrem lidské existence.¹³ Základem Kantovy přirozené morálky je jeho filozofická představa kategorického imperativu . „*Jednej jen podle té maximy (zásady), od níž můžeš zároveň chtít, aby se stala obecným zákonem.*“¹⁴

Kantova optimistická víra ve schopnosti aktivní mysli „já“ při poznávacím procesu vedla postupně k radikálnímu individualismu a zároveň ke zevšeobecnění tohoto „já“ „*Kant nevnímal lidské „já“ jako jednu z několika entit na světě; představoval si myslící subjekt jako svým způsobem „tvůřící“ svět – tj. svět svého vlastního poznání. Ohniskem filozofických úvah se od té doby stalo toto světotvorné „já“.*“¹⁵

Osvícenské úsilí, které bylo poháněno vidinou budoucího štěstí lidstva skrze vědeckotechnický pokrok, dalo vzniknout společnosti, kterou označujeme jako moderní.

¹⁰ Srovnej: GRENZ, Úvod, 77-82

¹¹ Hume a zejména J. Locke ve svém Eseji o lidském rozumu, vycházel z toho, že lidská mysl je v poznávacím procesu pasivní. Přijímá pouze „dojmy“ z okolního světa, které používá k formulování myšlenek. Srov. Grenz 79)

¹² Srovnej: GRENZ, Úvod, 80

¹³ GRENZ, Úvod, 81

¹⁴ KANT, I., Základy metafyziky mravů, Praha 1990, 84[online]. URL http://cs.wikipedia.org/wiki/Kant%C5%AFv_kategorick%C3%BD_imperativ

¹⁵ GRENZ, Úvod, 83

2.2 Moderní doba¹⁶

Ze stručného vývoje, který jsem nastínila v předešlé kapitole, je zřejmé, že pilíře moderní doby tvořila víra v racionální svět, který se řídí poznatelnými zákony a lidský rozum, který má v sobě potenciál, jenž je klíčem k budoucímu rozvoji a blažené budoucnosti. Vědci byla přisouzena úloha neutrálního pozorovatele, který je schopen nejen předkládat objektivní informace o světě, ale zároveň předepsat lék, jenž by případné nemoci doby vyléčil. Víra v pokrok, skrze schopnosti lidského poznání, vedla k nezávislosti člověka.¹⁷

Zygmunt Bauman se spolu s dalšími odborníky připojuje k obecné metafoře moderního života jako pouti, na které se člověk jdoucí po této cestě nutně stává poutníkem.¹⁸ Tato metafora má postihnout filosofii moderní doby, za jejíž heslo by se dalo označit zvolání : “Již zítra!“ K vzniku tohoto archetypu poutníka přispěla i protestantská (kalvínská) koncepce života, ve které (podle názoru autora) Bůh požadoval po svém lidu život vyplněný prací, což umožnilo i rozvoj kapitalistické společnosti pokroku, která slibovala vyřešení problémů lidstva.¹⁹

„Postava poutníka se skutečně zdála být zkratkovitým a současně zobecňujícím popisem hlavních znaků života moderního člověka; popisem, který bezchybně zachycoval „cílovost“ takového života a návyk hodnotit každý fragment života a každý životní čin z hlediska toho, zda okamžik dosažení cíle přibližuje nebo oddaluje.“²⁰

¹⁶ Bauman vidí moderní svět jako předmět administrace: „Byl to svět viděný od pracovního stolu generálního ředitele, svět který se jako duch vznášel nad konferenčním stolem správní rady. Byl to svět, v němž byly formulovány a realizovány cíle a v němž byl obecný cíl rozložen do řady řešitelných problémů. Byl to svět, v němž se dnešní stav věcí hodnotil podle toho, zda se a přibližuje nebo vzdaluje od onoho stavu věcí, který byl naplánován na zítřek, v němž hlavní podmínkou dosahování cílů byla... sevřenost dosahovaná prostřednictvím loajality.“ BAUMAN, Úvahy, 9

¹⁷ „Idea emancipace, která řídí 19. a 20. století, je pak formulována v různých velkých příbězích moderny : osvícenský příběh osvobození pomocí vědění a rovnosti, spekulativní příběh sebeuskutečňování se Absolutního Ducha, marxistický příběh osvobození skrze zespolečnění práce, kapitalistický příběh osvobození díky technickému a průmyslovému vývoji. Mezi těmito příběhy sice docházelo k vážným sporům, přesto se všechny vyznačovaly tím, že vřazovaly danosti prezentované události do proudu určité historie, jejímž cílovým bodem byla univerzální svoboda oproštění celého lidstva.“ In NOVÁK, D. Přednášky o modernismu a postmodernismu. (citováno 2009-05-20). [online] URL: <http://www.cb.cz/novak/?q=node/32>

¹⁸ Za poutníky označuje Bauman především tzv. střední třídu. „Špičky“ a „Spodinu“ (jak je v uvozovkách autor definuje) vyjímá, neboť ti první zmínění měli svou cestu již jasně danou, zatímco těm druhým chyběla naděje, že svůj osud jsou schopni změnit.

¹⁹ Na tomto místě je důležité dodat, že si jsem vědoma toho, že Baumanova představa poutníka, jejíž předlohou je křesťanská tradice, vychází z povrchnější znalosti kalvinismu. Domnívám se, že v důsledku toho je autorův pohled do určité míry zkreslen. Jelikož to není pro mou práci podstatné, nebudu se tomu zde blíže věnovat.

²⁰ BAUMAN, Úvahy, 29

Člověk obklopen materiálním světem, který dokázal ovládat, byl konečně svobodný nebo si to alespoň myslel. Navzdory všem optimistickým vizím, kterými moderní člověk oplýval, utrpěl ve 20. století tvrdou lekci. Technický pokrok nepřinesl jen dobro, ale také zlo. Zbraně hromadného ničení měly za následek milióny mrtvých. Osvícenský předpoklad, že poznání je vždy dobré, byl vyvrácen.

Charles Taylor píše o třech neduzích moderny, jež ho znepokojují:

- *Individualismus*, který na věci kolem sebe pohlíží jako na potenciální nástroje uskutečnění našich záměrů, čímž dochází k tzv. „odkouzlení“ světa, ztrátě smyslu a mizením morálních horizontů. „*Odvrácenou stranou individualismu je koncentrace na jáství, která nejen zplošťuje, ale i zužuje naše životy, významově je ochuzuje a odpoutává je od ostatních lidí a společnosti.*“²¹
- *Primát instrumentálního rozumu*, čímž myslí to, že lidé se naučili hledat neekonomičtější využití prostředků ve všech oblastech lidského života a to do té míry, že i lidský život bývá vyvažován penězi.
- *Podoba politického života*, která v důsledku individualismu a instrumentálního rozumu, vedla k vzniku industriálně-technologické společnosti, jež silně omezuje naše volby.

*„Ve společnosti, v níž se z lidí stávají jedinci, kteří jsou „uzavřeni v osamělosti svých vlastních srdcí“, se jen málokdo bude chtít aktivně podílet na vládě lidí sobě samým. Lidé raději zůstanou doma a budou se těšit z uspokojení v soukromém životě, dokud jim bude výkonná moc k tomuto uspokojení nabízet potřebné prostředky a široce jim je distribuovat.“*²²

Taylor hovoří o moderně, ale z výše uvedeného popisu jasně vyplývá, že se již částečně ocitáme na půdě, která je společná té (post)moderní. Jak jsem již zmiňovala, není jednoduché a ani nutné tato období jasně ohraničit. Pro lepší přehlednost však vstoupíme do další části, ve které se pokusím přiblížit hlavní důrazy postmodernismu.

²¹ TAYLOR, Etika, 11

²² TAYLOR, Etika, 16

2.3 Stručná charakteristika (post)modernismu²³

Radikální pluralita, která se v postmodernismu odráží, komplikuje jeho zařazení. Lidé, kteří se k němu hlásí nebo kteří se vymezují vůči moderně, by tuto snahu možná pokládali za zbytečně vynaložené úsilí. Moderní názor, že poznání je něco jistého, objektivního a dobrého, jakož i přesvědčení, že lze být neutrálním pozorovatelem a posuzovatelem, působil a stále zřejmě působí na některé intelektuály jako červený šátek na býka. Tato představa moderny se ocitla pod palbou kritiky.²⁴

„V jádru postmoderní filozofie je trvalý útok na premisy a předpoklady modernismu. Postmodernisté odmítají údajně domyšlivý důraz moderní doby na osobnost člověka. Vysmívají se moderní důvěře v lidské poznání. A ostře kritizují duplicitu obsaženou v moderním předpokladu, že všichni lidé jsou všude na světě v konečném důsledku takoví, jako jsme my.“²⁵

Příčinu vzniku velkých vyprávění vidí Jacques Derrida v logocentricky orientované společnosti vycházející z židovsko-křesťanské kulturní tradice. „Židovsko-křesťanská kultura vyvolala touhu najít nějaké konečné "slovo" (řecky logos), jež by sloužilo jako základ (střed, centrum) pro myšlení, jazyk a zkušenost (tímto základem, středem může být slovo "Bůh", "Idea", "Světový duch", "Bytí" či "Já".²⁶ Postmodernisté trvají na absenci takového středu a dekonstruují²⁷ (bourají) tradiční výklady skutečnosti.

²³ „Výraz postmoderní se zřejmě poprvé objevil ve třicátých letech v souvislosti s již tehdy probíhajícím zásadním historickým přechodem a označoval určité vývojové směry v umění. Všeobecnou pozornost však postmodernismus získal až v sedmdesátých letech. Nejdříve se tak označoval nový architektonický styl. Pak pronikl do akademických kruhů, původně jako pojmenování teorií vykládaných na univerzitních katedrách angličtiny a filozofie. A nakonec se tento výraz objevil jako označení obecnějšího kulturního jevu.“ GRENZ, Úvod, 12

²⁴ Kantova představa, že struktura naše myšlení má apriorní povahu a univerzální charakter, který umožňuje objektivní poznání, byla zpochybněna. F. Nietzsche, některými označován za „svatého patrona postmoderní filozofie“, trval na tom, že věda nám nikdy nemůže poskytnout objektivní pravdy, protože ty neexistují. Dopouštíme se vlastně násilí na světu, když se do něj snažíme vtisknout naše představy. W. Dilthey, který se zabýval studiem hermeneutiky, poukázal na to, že naše „mřížka“ je utvářena a proměňována skrze naše zkušenosti a důležitou roli hraje i historický kontext našeho života. K jakýmkoliv univerzálním záměrům byl přesto skeptický. Heidegger hovořil o pobytu. Nejsme diváci, ale především účastníci pobytu (dasein – být tu; naráží na to, že nejsme jen subjekty vědomí.) Srovnej: GRENZ, Úvod, 86-156

²⁵ SOLOMON, R.C. Continental Philosophy since 1750: The Rise and Fall of the Self, Oxford, Oxford University Press, 1988, str. 196. In. GRENZ, Úvod, 122

²⁶ NOVÁK, Přednášky, [online] URL: <http://www.cb.cz/novak/?q=node/32>

²⁷ Proces dekonstrukce (zkoumání textu ze všech možných perspektiv) je způsob, jak zbavit různé. metapříběhy plně legitimacy, neboť je pak absolutně vyloučeno přisuzovat jakémukoliv textu jeden základní či konečný význam.

Proč tolik odporu vůči velkým vyprávěním? Michel Foucault tvrdil, že poznání "produkuje" moc a moc "produkuje" poznání. Tohoto postoje moci „velcí vypravěči“ zneužívali ve svůj prospěch. Postmodernisté odmítají existenci jediné objektivní pravdy a jediné objektivní etiky. Tvrdí, že pravda je relativní, neboť je podmíněna kontextem společenství do kterého patříme. V důsledku může dojít k určité rozpolcenosti. Na jednu stranu roste důležitost společenství a s ním i zájem o okrajové, partikulární, což lze hodnotit kladně. Na druhou stranu povrchní relativismus, kde každý má svou pravdu vede k odcizení, nivelizaci hodnot a brání opravdovému dialogu.²⁸ Oproti moderně, kdy určujícím byl lidský intelekt, v období postmodernismu se do popředí dostává také cit a intuice.²⁹ Zatímco křesťanství, jako jedno z velkých vyprávění, odmítají, otvírají dveře různým spirituálním hnutím. Rovněž J.F. Lyotard³⁰ definoval postmoderní myšlení jako nedůvěřivost vůči metanarativitě. Hovořil o tom, že žádné vědění nemůže být posuzováno vně, mimo kontext vlastní kultury, tradice, jazykové hry, která ho umožňuje a uděluje mu význam tzv. kontextovost postmoderny.³¹

Tímto letným přehledem jsem alespoň ve hrubých obrysech chtěla přiblížit myšlenky a důrazy, kterými postmodernisté reagují na modernismus. Níže uvedené postmoderní vzorce snad pomohou lépe přiblížit situaci dnešního postmoderního člověka.

²⁸Domnívám se, že rozmach různých psychoterapeutických směrů odráží nenaplněnou vztahovou potřebu (post)moderního člověka. Dříve měly vztahy trvalejší a hlubší charakter. Uvádí se také, že věřící člověk, který vyléval své srdce před Hospodinem či ve zповědnicí, neměl tolik psychických potíží. Již Kierkegaard prohlásil: *“O duše se už nestarají kněží, ale lékaři.”* Lékaři však mnohdy nepřístupují k pacientovi celostně a duše tak zůstává nedotčena.

²⁹Tomuto tvrzení možná odporuje postřeh sociologa Ivo Možného, který tvrdí, že v dnešní společnosti se vyčleňuje tzv. kognitivní třída, která v budoucnosti může vést k určitému kastovnímu uspořádání. Srovnej: MOŽNÝ, I. Sociologie rodiny (2002) [online]. URL: <http://www.e-polis.cz/sociologie/106-rodina-manzelstvi-a-kohabitace.html>

³⁰ Lyotard, je jedním z nejznámějších autorů spojovaných s postmodernismem. V pozitivně laděné knize Postmoderní situace (1979) vyhlásil zánik „velkých vyprávění“, který umožňuje zaměřit pozornost na „drobná vyprávění“ a tím i osvobození od ideologického nevolnictví. V pozdější práci Nelidské (1988), jeho optimismus střídají obavy, že v budoucnu by lidstvo mohlo být vytlačeno pokročilou technologií. Srovnej SIM, S. Lyotard a nelidské, Triton Praha 2003, str. 9-10.

³¹ NOVÁK, D. Přednášky, [online]. URL: <http://www.cb.cz/novak/?q=node/32>

2.4 Postmoderní osobnostní vzorce podle Zygmunta Baumana³²

Zygmunt Bauman popisuje moderní život jako pout', kde postava poutníka představuje metaforu osudu moderního člověka.

„Ve světě, který označujeme jako „postmoderní“, není splněna žádná z těchto podmínek³³ (toto tvrzení je ale možné také obrátit a říci, že jako „postmoderní“ označujeme takovou strukturu, v níž uvedené podmínky nejsou splněny). A nejsou-li tyto podmínky splněny, pak model poutníka jako prototyp smysluplné životní strategie ztrácí na atraktivitě.“³⁴

Pro postmoderní bytí je charakteristická absence sociálních struktur, absence přesně vymezené identity³⁵. Je to dáno především epizodičností a nekonekventností doby. Život už není jedna cesta, po které putujeme, ale několik cest, které se ocitají vedle sebe. Oproti minulosti, kdy většina lidí měla stálou profesi, jež spoluutvářela jejich identitu, dnes již nikdo neočekává, že zůstane u své profese celý život. Důraz je kladen na elasticitu zájmů, rychlost jejich změn, pružnou adaptaci. To samé platí i o interpersonálních vztazích (jak přátelských, tak mileneckých), jejichž trvalost je nahrazena dočasností a do značné míry o ní rozhoduje míra uspokojení, které nabízejí.³⁶

Ve vyostřeném a nadsazeném podobě předkládá Bauman čtyři osobnostní vzorce, aby tak mohly vyniknout různé aspekty postmoderního způsobu života. Oproti minulosti, kdy se tyto vzorce chování vyskytovaly v omezené míře a to u skupin se specifickými rysy, dnes se staly ve větší či menší míře normou pro řadové členy společnosti. Postmoderní charakter jim dodává i to, že zatímco v premoderních a moderních dobách se objevovaly samostatně, dnes nejen koexistují, ale navzájem se v sobě rozpouštějí.

³² Srovnej: BAUMAN, Úvahy, 25-60

³³ Podmínkami, které nejsou splněny, má Bauman na mysli původní zaměřenost k jedinému a neměnitelnému cíli, kdy to, co je žádoucí dnes, bude žádoucí i zítra.

³⁴ BAUMAN, Úvahy, 33

³⁵ Foucault dokonce tvrdí, že lidé nevládní svoji originální identitu. Říká, že aniž si to uvědomujeme, jsme subjekty, které byly vytvořeny systémem a sítí moci. Srovnej ROBINSON, Nietzsche, 54

³⁶ Na druhou stranu např. Ch. Taylor hovoří o tom, že lidé v dnešní době kladou veliký důraz na citové vztahy, protože potřebují uznání od signifikantních osob. Pomáhají tak svému sebeuskutečnění, jehož utvoření je v ostatních oblastech stíženo. Lze však také zmínit názor Ivo Možného, který říká, že tzv. postmoderní rodina „se vyznačuje nízkou nezávislostí dětí na rodičích. Místo toho se objevuje spíše závislost na masmédiích a také nestálost v partnerském životě s následně stoupající bilancí rozvodů a zvyšujícím se počtem tzv. nesezdaných soužití“ MOŽNÝ, I. Sociologie rodiny (2002) [online]. URL: <http://www.e-polis.cz/sociologie/106-rodina-manzelstvi-a-kohabitate.html>

2.4.1 Zevloun

„Všechny vidící, ale sám neviděn, skrytý v davu, ale k davu nenáležející, má zevloun právo cítit se pánem všeho tvorstva. Je režisérem děl, v nichž pasanti jsou herci, aniž o tom vědí a aniž proti tomu protestují. V zevlounově ráji jsou věci osvobozeny od vlastní tíhy. Váhu jim dodává pouze uspokojení, jež z nich dokážeme vykřesat.“³⁷

Oproti minulosti, kdy měl zevloun alespoň částečně kreativní roli režiséra, v dnešní době zpasivněl. Velmi rád se pohybuje po nákupní promenádě, kde je sycen novými způsoby podívané. Nejnavštěvovanějším výběhem zevlouna (jak vtipně a snad i smutně vyjadřuje Bauman) je televize. Zde nemusí zevloun vynaložit ani mentální úsilí na to, aby si užil své podívané. Dávky zábavy dostává naservírované na stříbrném tácu podle libosti. Zevloun skrže obrazovku uniká realitě života.

V této souvislosti se mi vybavuje myšlenka, již rozvíjí Tomáš Halík, když označuje média náboženstvím Západu.

„Media přebírají řadu aspektů role tradičních náboženství: nabízejí symboly, interpretují svět, předkládají podmanivé příběhy, ovlivňují styl myšlení a chování lidí, vytvářejí sítě, nabízejí společnou zkušenost, sdílená témata. Jsou také a především arbitry pravdy – reálné a důležité je to, co lidé viděli „na vlastní oči“ v televizních zprávách. Media všeho druhu jsou nervovým systémem informační společnosti. Obemykají a spojují prakticky všechny sektory života společnosti.“³⁸

Člověk nemůže existovat bez vědomí vlastní identity. Ztrácí-li se sám sobě, snadno se pak ztotožní s identitou obdivované ikony show business, postavou v tisícidílném seriálu či literární předlohou oblíbeného hrdiny. Je smutné, že mnoho lidí je pohlceno virtuálním světem do té míry, že žije životy jiných a odcizuje se tak svému bytí.³⁹

³⁷ BAUMAN, Úvahy, 41

³⁸ HALÍK, Vzývání, 113

³⁹ Extrémní příklad se odehrál v USA. Mladá černoška Paula Cooperová byla odsouzena za vraždu své staré učitelky k trestu smrti. Po uvěznění bylo její jedinou starostí, aby nezmeškala další díl svého oblíbeného seriálu Miami Vice. Srovnej: BAGGIO, Skrytá, 32

2.4.2 Tulák

Role tuláka se oproti minulosti také značně změnila. Zatímco dříve byl tulák hrozbou (člověkem, který nikam nepatřil a vládnoucí síla tak neměla páky na to, aby ho zpacifikovala) v dnešní době ze svého tuláctví spíše těží. Tulák se nerad váže, jde si tam, kam chce.

Tulák „žije na zastávce, protože každou situaci, v níž se nachází, chápe jako útulek, v němž se dlouho nezdrží, který brzy opustí, aby přešel na jiné místo, jež nebude zase ničím více než dočasným útlukem. Na rozdíl od poutníka tulák neví, kam jej neustále putování dovede, ale toto nevědění ho příliš netrápí. Pohyb je pro něj důležitější než cíl. Nikoliv z cíle, ale ze sebe samé čerpá potulka svůj smysl.“⁴⁰

Tuláka udržuje v pohybu nenaplněná touha (vnitřní hlad) a honba za změnou a snad i strach, aby nějakou šanci nepřehlédl.

2.4.3 Turista

Od pradávna lidé cestovali za poznáním, obchodem, posvátnem aj. Přestože putovali, nebyli turisty. Turista diktuje, protože on platí.

„Turista opouští dům, aby vyhledával dojmy. Dojmy a povídání o dojmech – to je jediná kořist, s níž se vrací, a jediná, na níž mu také záleží. Od tuláka, jehož v mnoha ohledech připomíná, se liší tím, že cestovat nemusí. Nic ho z domu nepudí, kromě neukojené touhy po dobrodružství.“⁴¹

Myslím, že dobrým příkladem je rozhovor s Lindou Jablonskou (dokumentaristkou, která natočila film Vítejte v KLDŘ). Říká, že dnešní doba je o zážitcích. Pyramidy už neohromí, a tak musíme přitvrdit. Turisté jedou do KLDŘ, aby po svém návratu domů mohli ohromovat drsnými zážitky. Ruští zbohatlíci platí těžké peníze za to, aby byli zavřeni v lágru a hloubili příkopy aj.⁴² Turista těží z toho, že druzí mají nedostatek. V jeho přístupu není pokorné poznávání jiné kultury, ale snaha ukořistit něco z exotičnosti, jež ho obklopuje.

⁴⁰ BAUMAN, Úvahy, 48

⁴¹ BAUMAN, Úvahy, 49

⁴² Srovnej: JABLONSKÁ, Reflex 10/2009 str. 68

2.4.4 Hráč

Přemýšlím-li o hráči, napadá mě výrok, který je připisován Shakespeareovi: „Život je jedno velké divadlo, a lidé v něm jsou herci“. Pakliže turistovi jde o dojmy, tak pro hráče je důležité riziko. Cílem je vyhrát, porazit soupeře. Hra umožňuje dělat chyby. Prohraješ-li teď, příště možná vyhraješ. Pocit určité provizornosti bytí je i jedním z rysů postmoderny. Proto nebere život příliš vážně, ale raději se baví.

*„Život je hra potud, pokud v postmoderním světě nenalzáme (a nehledáme) neměnné a trvalé zákonitosti, pokud se nám nedaří (a ani necítíte potřebu) oddělit náhodu od nutnosti, pokud počítáme s rizikem a ne s jistotou a s náhodou spíše než s determinací jako s pravidly smysluplného jednání“.*⁴³

Takový život nevede k zodpovědnosti. Hráč si sám pod sebou podřezává větve, což možná dříve nebo později prohlédne.

Toliko tedy k postmoderním vzorcům. Našlo by se jistě více teorii. Bauman je jen jedním z mnoha, kteří se pokoušejí popsat přístup člověka ke světu. Přestože k známějším patří například Erich Fromm⁴⁴ či David Riesman,⁴⁵ ve své práci jsem se rozhodla dát největší prostor Baumanovi, protože do svého uvažování více promítá povahu dnešní doby. Rovněž však doporučuji seznámení se i s pohledy výše zmíněných autorů. D.Riesman je Američan a ve své studii se soustředí na americkou společnost. Hojně však čerpá z Ericha Fromma, který se, coby zakladatel kulturní psychoanalýzy, zaměřuje na sociokulturní vlivy působící na člověka.

⁴³ BAUMAN, Úvahy, 54

⁴⁴ Fromm rozdělil charakter do dvou kategorií: produktivní charakter a neproduktivní charakter. Produktivní charakter je charakter socializovaného jedince, který je schopný práce, rozumného myšlení i lásky, relativně svobodný. Neproduktivní charakter je založen na předpokladu, že jedinec není schopen produkovat, a proto musí to, co potřebuje, dostávat od druhých.; toho může docílit buď svým pasivním nebo aktivním úsilím. Fromm dále rozděluje čtyři typy neproduktivní orientace (receptivní, kořistnická, hromadivá a tržní). Blíže Viz. FROMM E. Strach ze svobody

⁴⁵ Ve své knize Osamělý dav Riesman rozlišuje: tradičně řízený typ, niterně řízený, vnějškově řízený. Srovnej: RIESMAN, Osamělý, 20-30

2.5 Krize smyslu (post)moderního člověka

Dříve, než se budu věnovat samotné krizi smyslu, měla bych uvést, co je pojmem smysl myšleno. Pokud si dáme tu práci a budeme chvíli přemýšlet, pravděpodobně zjistíme, že to není jednoduchý úkol. Laicky lze snad říci, že se jedná o něco hodnotného, opravdového, co nás vede ke kořenům našeho bytí a směřuje nás k nějakému cíli. Někteří filozofové se vznášejí, ve své snaze postřehnout povahu smyslu, v ontologické říši jsoucna a bytí. Martin Buber tyto ambice nemá. Tvrdí, že smysl nelze ztotožnit s obecně platným, universálním věděním. Místo toho vztahuje otázku smyslu na konkrétní život. Když tvrdí, že smysl je něčím, co může být osvědčeno v našem životě, ve vztahu ke světu⁴⁶, povstává před námi smysl jako úkol. Cesta vedoucí ke smyslu je pak pro každého jedinečná, tak jak jedinečný je člověk sám. Tam, kde člověk tomuto „volání“ nenaslouchá, tam přicházejí ke slovu pocity viny, bezcennosti, prázdnoty, bezmoci, vyčerpání, strachu, které mohou v extrémních případech vyústit až v sebevraždu. „*Krize smyslu je noogenní neurózou (Frankl), odcizením sobě samému, bližním a přírodě (Fromm), morálním vakuem (Weizsäcker) nebo je hodnotovou slepotou jednodimenzionálního instrumentálního myšlení (Marcuse)*.“⁴⁷

V dnešní době čelí mladý člověk již od narození mnoha možnostem. Svět, ve kterém se pohybuje, se liší od toho minulého. Posun mezi jednotlivými historickými obdobími vystihuje Tomáš Halík třemi hesly. Pro křesťanskou Evropu byla stěžejní hesla víra, naděje a láska⁴⁸. Osvícenství hlásalo volnost, rovnost, bratrství. Pro pozdní modernu navrhuje rychlost, blahobyt a zábavu. Rychlostí dle autorova názoru unikáme před naší vlastní konečností. Je umocněna dnešním kultem mládí a opovržeností vůči neproduktivnímu stáří. Přehnaný důraz na výkon u některých vede až k syndromu vyhoření⁴⁹, který je provázen celkovým emocionálním, duševním a tělesným vyčerpáním a prožitkem odcizení od vlastního Já. Blahobyt se netýká pouze materiálního zabezpečení, nýbrž pod povrchem odkrývá hlubokou nejistotu a úzkost, kterou se člověk snaží utišit hromaděním statků. Marnost takového počínání výstižně reflektuje Bauman: „*Uvnitř nasycenosti se skrývá prázdnota – smyslová, významová, emocionální*.“⁵⁰ Takový člověk svým počínáním připomíná můru,

⁴⁶OLŠOVSKÝ, Slovník, 193

⁴⁷RABAN, M. Duchovní smysl člověka dnes, Vyšehrad, Praha 2008, s.196

⁴⁸Tím samozřejmě autor nenaznačuje, že doba minulá byla idylická.

⁴⁹Schmitz a Hauke provedli v Mnichově výzkum, ve kterém se snažili zjistit souvislost mezi ztrátou smyslu a vyhořením. Došli k závěru, že pocity prožívané při vyhoření korelují se sníženým prožitkem smyslu. Srovnej: RABAN s.206

⁵⁰BAUMAN, Úvahy, 38

kteřá se opakovaně vrhá do světla bez ohledu na popáleniny, které tím utrží. K této cestě nás ponouká reklama, která vychytrale dokáže oslovit citlivá místa lidských tužeb a získaného konzumenta učinit závislým na nabízeném produktu. V dnešní době ještě přibýlo objektů a obsahů pro naši žádostivost. Snaha o zaplnění prázdnoty má všelijakou podobu. Ve společnosti přetrvává nedůvěra v institucionalizované náboženství, ale zároveň tu je potřeba ukojit hlad po posvátnu a ujištění, že můj život má smysl. To je pravděpodobně jedním z důvodů, proč se roztrhl pytel s různými esoterickými svatyněmi, kde si člověk snaží koupit duchovní zážitky. Koupit si něco, co člověka přesahuje však nelze. Instantnost takového zážitku rychle vyprchá a nutí ho kupovat znovu a znovu. Moderní i postmoderní doba je poznamenána trvalou honbou za tím něco „mít“ než „být“. Člověk už není to, co je, ale to, co má. Mnozí věří, že uspokojení hmotných potřeb je účinní šťastnými.⁵¹ „Mít“ a „být“ jsou také dva základní způsoby pobývání na světě; u G. Marcela.

„Být znamená být na cestě k bytí. Mít pak vyjadřuje snahu disponovat, vlastnit, čímž se zvýrazňuje vnějškovost lidského života a existence. Nejprve je třeba být, pak mít. Nejprve a především je tedy nutno vystavit se tajemství bytí. Duchovně „být“ znamená směřovat k autentickému lidskému prožitku světa, k přijetí odpovědnosti za svět a přírodu. „Mít“ znamená pouze orientovat se na majetnický a kořistící přístup ke světu. Skutečně být vzchází z meditativního a myšlenkového ladění se na bytí, kdy si člověk vůbec neuvědomuje rozdíl mezi jsoucnem a bytím, uvědomuje si sebe sama.“⁵²

Touha po zábavě, podle Halíka, nepramení z nudy, nýbrž z neschopnosti se radovat⁵³. Nejde jen o lacinou zábavu, ale mnohdy až o obsesivní kroužení kolem krve, hrůzy, smrti, násilí a také banalizace a komercializace sexu. „Postvátno“ se stáhlo do oblasti sexu a násilí – právě ony jsou posledními

⁵¹U Fromma tzv. Hromadící typ, který usiluje o akumulaci majetku, moci, lásky je zaměřen na vlastnění. Druzí lidé jsou pro něj objekty. Fromm říká, že touha po vlastnění se odráží i v našem jazyce. Neříkáme, trápím se, ale mám problém, nikoliv jsem vdaná, ale mám manžela aj. Srovnej: FROMM, E., Mít nebo být

⁵² OLŠOVSKÝ, Slovník, 20-21

⁵³ Autor zřejmě naráží na radost, coby vedlejší produkt námi vynaloženého úsilí. Oproti, v dnešní době tolik vybičované, touze po slasti, kdy cílem je „udělat si dobře.“ Tímto soustředěním na slast, nám kouzlo pravé radosti uniká. Jak uvádí Fromm, už Mistr Eckhart upozorňoval na propastný rozdíl mezi požitkem a radostí. Odráží to naše životní zaměření, kterým může být buď modus vlastnění (u Marcela pojem „mít“) nebo modus bytí. U požitků jde o uspokojení naší potřeby, často bez ohledu na druhého. Objekty naší žádostivosti mohou mít různou podobu, ale jedno mají společné – instantnost.

„svatyněmi“, kde rozum sekulárního člověka zakouší hrůznou a zároveň blaženou závrať z něčeho, co ho přesahuje.⁵⁴

2.6 Shrnutí: situace postmoderního člověka

Výše uvedené postmoderní osobnostní vzorce odrážejí mechanismy, přesněji řečeno životní styly, jejichž prostřednictvím se člověk snaží uniknout sám před sebou. Před svou svobodou, úzkostí, pocity viny, prázdnotou, osamělostí a konečností. Baumanův popis beru jako metaforickou reflexi toho, co můžeme vnímat kolem sebe. Netvrdím, že je kompletní, ale připadá mi výstižná. Přestože více či méně člověk čelil podobným otázkám od nepaměti, domnívám se, že dnešní doba na nás klade v těchto oblastech vyšší nároky.

Stručný historický přehled, který jsem uvedla v kapitolách 2-2.2 odkrývá určité souvislosti. Vzpomeňme, že v premoderních časech byl v centru Bůh. Církev, prostřednictvím symbolů a rituálů, plnila potřebu posvátna, hlásala a uplatňovala řád, dávala malému světu člověka jasné a bezpečné mantinely. Ten, kdo se ocitl za nimi, byl označen za blázna, buřiče, či šaška. Pravda byla jedna. Téměř hmatatelná a jistá. „Obyčejný“ člověk se často narodil, žil a zemřel v jednom kraji, kde se rovněž vyučil řemeslu, které obvykle převzal po svém otci. Ženy se staraly o děti a o domácnost a tedy i jejich role a kompetence byly jasně dané. Svět, ve kterém se člověk pohyboval, mu byl důvěrně znám. Sám sebe chápal spíše v síti svých vztahů a jeho myšlení nebylo formované individualisticky. Přijímal to, co hlásila autorita, mnohdy bez hlubší osobní reflexe. Ve světě, kde nevládla názorová různost, byl tento jeho vnitřní pocit ještě více upevňován.⁵⁵

S příchodem moderní doby se člověk ocitl ve středu dění. Sebevědomý, svobodný a cílovědomě kráčející po té jediné správné cestě vstříc novému věku.⁵⁶ Odhodil víru jako něco nepotřebného, překonaného a omezujícího. Konečně sám svým pánem. S ubývající cestou však narůstalo jeho vystřízlivění a postupné vymezování se vůči projektu moderny. Člověk, který dnes hledí do budoucnosti vlastně neví, co si má myslet, čemu má věřit, co má cítit.

⁵⁴HALÍK, Vyzván, 190

⁵⁵ Jsem si vědoma toho, že toto je velmi zjednodušený popis. Postmodernisté mají jistě do velké míry pravdu v tom, že hodnotí-li člověk minulost, nutně se dopouští chyb. Rovněž nechci tvrdit, že nežili lidé, kteří se neváhali vrhnout za kulisy tohoto bezpečného světa. Lidé, kteří pečlivě zkoumali to, co je jim předkládáno. Ostatně myšlenky, na které můžeme narazit v literárních skvostech minulosti, jsou pro mnohé velikou inspirací.

⁵⁶Je jasné, že v totalitních státech toto putování mělo jinou podobu. Nicméně přehledný „plán výroby“, který odmítla plnit jen hrstka disidentů, vytvářel svět, kde vše mělo své předem určené místo.

Příčiny lze spatřovat i v rodině, jejíž funkce se změnila. Jak uvádí Ivo Možný, v tradiční rodině byly role jasně vymezené. Otec byl hlava rodiny, její status se přenášel i na dítě. Rodina moderní, která se utvářela v důsledku industrializace a urbanizace, nabyla jiné podoby. Žena vstoupila do pracovního procesu a její role se změnila. Postupně získala stejná práva jako muž, včetně rozhodování v rodině. Pro postmoderní rodinu je charakteristická forma nesezdaných soužití. Možný hovoří o tom, že speciální instituce vyvlastnily rodině řadu tradičních funkcí a ponechaly jí pouze konzum, zábavu a citové potřeby. Status rodiny již není automaticky přenositelný na člena rodiny. Ten musí sám o jeho získání bojovat. Středobodem už není dítě, ale pár a dítě.⁵⁷ V rodině panuje názorová pluralita a individualismus, který často vede k dezorientaci dítěte. Jak uvádí M. Raban: „*Vzrůstající pocit bezvýhodnosti začíná již u dětí. Sebevražda je mezi mladistvými hned po nehodách druhá nejčastější příčina smrti.*“

Tímto popisem nechci naznačit, že bychom měli usilovat o návrat do premoderních časů. Fakt, že žijeme oproti minulosti v mnohem větší svobodě, lze jistě hodnotit kladně. Druhá věc je, jak s touto získanou svobodou nakládáme, jak v ní žijeme. Bauman o situaci postmoderního člověka říká:

„Lidé jsou vrženi do postmoderní společnosti a nemají kam utéci: musí se podívat do tváře vlastní mravní nezávislosti a tedy vlastní mravní odpovědnosti, kterou jim nelze vzít, ale již se ani nenohou zřít. Tato nová nutnost je často příčinnou mravního bloudění a zoufalství. Dává však také morálnímu subjektu šanci, jakou dosud nikdy neměl.“⁵⁸

Vlivem globálního propojení máme přístup k nebývalému množství informací. Vědět ale nestačí. Břemeno volby dopadlo na naše bedra nebývalou silou. Nedokáží posoudit, zda člověk svou nově získanou svobodu využívá k hledání autentického a zodpovědného způsobu života. Mnoho lidí se jistě angažuje v celé řadě projektů. Existuje a nově vzniká mnoho neziskových organizací, kde se často setkávají lidé, kteří vidí smysl v pomáhání druhých a neváhají obětovat svůj čas a peníze pro nějakou vyšší ideu. Snaží se o zlepšení podmínek lidí, kteří se z různých důvodů ocitli na okraji. Vzniká mnoho komunitních projektů, které vnášejí naději do míst, kde vládne zoufalství.⁵⁹ Na druhé straně tu je

⁵⁷MOŽNÝ,I. Rodina a společnost [on line] URL: http://www.is.muni.cz/th/114079/FAS_b/bakalarka_finalni.doc/

⁵⁸BAUMAN,Úvahy,163

⁵⁹Například komunity l'arche založené Jeanem Vanierem, kterých je ve 30 zemí světa dohromady 130 umožňují lidem s mentálním postižením žít kvalitnější život. A celá řada dalších.

všeobjímající svět konzumu, který nabízí anonymní účast na výdobytcích západní kultury. Tancujeme-li podle úderů jeho taktovky, nežijeme, ale vegetujeme. Tento kmenový tanec kolem našeho „já“, činí náš život nesmyslným a povrchním. Potřebu smysluplného bytí nelze umlčet, protože je nedílnou součástí našeho lidství. Zakoušená existenciální frustrace může vehnat člověka do spárů závislosti (alkohol, drogy, gambling aj.), v extrémním případě může vést až k smrti (sebevražda).

Jedním z ústředních problémů dnešního člověka je pocit ztracenosti, absence nasměrování k něčemu, co nás přesahuje. V křesťanské terminologii bychom mohli říci, že lidé uctívají stvoření na místo Stvořitele. Člověk je tvor velice přizpůsobivý a dokáže přežít v podmínkách dnešního světa. Do jaké míry je však toto přizpůsobení vykoupeno odcizení sobě samému, musí posoudit každý sám. Otázkám smyslu, sebetranscendence a autentickému bytí se nevěnuje jen filozofie, ale také řada přístupů v psychoterapii. Mezi nejvýznamnějšími lze jmenovat existenciální analýzu a logoterapii.⁶⁰ Specifickou léčbou noogenních neuróz, které vycházejí z pocitu nesmyslnosti, z pochybnosti o smyslu života, anebo ze ztráty naděje, že takový smysl vůbec existuje, je logoterapie.⁶¹ V další části práce se snažím přiblížit tyto směry a zároveň poukázat na způsoby, kterými se snaží podpořit to zdravé a autentické v člověku a pomoci v prohloubení duchovní dimenze v lidském životě.

⁶⁰Nepopírám, že většina psychoterapeutických systémů reflektuje potřeby dnešní doby a implicitně tyto obsahy zahrnují. Existují však směry, v jejichž pozadí je zejména naturalistický pohled a soustředí se na povrchové odstranění symptomu např. KBT.

⁶¹FRANKL V.E. Theorie und Therapie der Neurosen. 5.erw.Auf. München-Basel: Reinhardt, 1983, s.225. In TAVEL, Smysl,150

3. Filozofické předpoklady logoterapie a existenciální analýzy

Logoterapeutický přístup vychází z existencialismu, fenomenologie⁶² a holismu. Existenciální filozofie do svého středu klade člověka a jeho bytí. Někteří představitelé tohoto směru štěpí existencialismus na dva proudy teistický a ateistický. Jiní toto rozdělení označují za neoprávněné. Pro lepší přehlednost jsem se rozhodla pro první variantu.

3.1 Teistický existencialismus

Otcem teistické formy se stal v pol. 19. stol. Søren Kierkegaard, který tím reagoval na mrtvou ortodoxii dánské církve, jež omezovala důraz na důležitost jedince ve prospěch církevní instituce a Karl Barth, jenž odpovídal na redukci křesťanství na pouhou morálku.⁶³ Teistický existencialismus se v pohledu na člověka v mnohém podobá jeho ateistické verzi. Otázku Boží existence samozřejmě nepopírá, ale na rozdíl od tradičního teismu, který staví do centra Boha a jeho sestoupení k člověku, je zde kladen do centra bytí člověk a jeho snaha o vyšplhání se k Pánu Bohu.

"Theistic existentialism does not start with God. This is its most important variation from theism. Theistic existentialism emphasizes the place in which human beings find themselves when they first come to self-awareness. Self-reflect for a moment. Your certainty of your own existence, your own consciousness, your own self-determinacy-these are your starting points".⁶⁴

Kierkegaard tvrdil, že člověk postupně prochází třemi vývojovými stádii. V *estetickém* stádiu se zaměřuje hlavně na naplnění vlastních potřeb; v *etickém* stádiu akceptuje jako ukazatel pro svůj život určité etické principy a konečně v *náboženském* stádiu navazuje osobní vztah s křesťanským Bohem. Jako většina existencialistů podtrhává důležitost opravdového bytí. O existenci nemluví jen jako o usilování o seberealizaci, ale jako o stávání se tím, kým nás Bůh stvořil. Lze také zmínit třeba Gabriela Marcela, který hovoří o principu zničení Já a vlastnění: "*Láska nekrouží kolem Já, nýbrž kolem Ty; neusiluje o jeho podřízení, nýbrž podřizuje své vlastní bytí vyšší realitě. Tím, že takto*

⁶² "Fenomenologie je velmi důležitým oborem v jakékoli vědě. Všechna vysvětlení vyžadují popis, aby mohla něco vysvětlit. Nutí nás tedy řešit otázku, co to je, co někdo popisuje. Pokouší se uvolnit naši mysl ze slepoty, z nekritického přimknutí se k jakémukoli souboru skličujících významů-at' už správných, či špatných, pravdivých, či chybných". ABZ.cz: slovník cizích slov [2007-02-15].[online]
URL:http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/hledat?typ_hledani=prefix&cizi_slovo=fenomenologie

⁶³SIRE, The Universe, 116

⁶⁴SIRE, The Universe, 108

transcenduje subjekt objektové napětí ne vlastnění, projevuje se láska jako bytostná ontologická danost".⁶⁵ Toto numinózum lásky nabývá obrysů osobního Boha, hovoří-li Marcel o vztahu. "Být volán mým bližním znamená být osloven Bohem. Ona tajemná potřeba bytí-neklid, stesku po domově, žene existujícího k tomu, aby byl více než jen klubkem funkcí v rozbitém světě a aby se vzpamatoval v místě věrnosti".⁶⁶

Mezi další představitele teistického existencialismu patří také na příklad Blaise Pascal či Karl Jaspers, z teologů do této skupiny bývají řazeni Paul Tillich, Rudolf Bultmann aj.

3.1 Ateistický existencialismus

Mezi představitele ateistické verze existencialismu řadíme především Francouze Jean Paul Sartra a Alberta Camuse. Tento směr se plně projevil až v 20. stol., kdy se snažil odpovídat či lépe řečeno překonat nihilismus a jeho zhoubné

heslo : „Nic nemá smysl!“

*„Atheistic existentialism affirms all propositions of naturalism (matter exist eternally; God does not exist; the cosmos exists as a uniformity of cause and effect in a closed system; ethics is related only to human beings, except those relating to human nature and our relationship to the cosmos). Indeed, existentialism's major interest is in our humanity and how we can be significant in an otherwise insignificant world.“*⁶⁷

Sartre popisuje dva druhy bytí. První z nich, tzv. objektivní svět, považuje za mechanistický svět neúprosného zákona, svět příčiny a účinku. Z toho důvodu upřednostňuje subjektivní svět, který nazývá světem ducha a svobody. Tvrdí, že naše důležitost nezávisí na faktech objektivního světa, ale na vědomí toho subjektivního, který plně ovládáme. Jedině u člověka předchází existence podstatu (esenci), protože člověk sám určuje to, kým je, kým se stane. Známým je Sartrův výrok: "Člověk vynalézá člověka, člověk je tím, čím se udělá." Konfrontujeme-li svůj vnitřní svět se světem vnějším – objektivním, který je vůči nám nepřátelský, prožíváme ohrožení. Ostatně být, absurditě života navzdory, je bytostným posláním existencialistů.

⁶⁵ JANKE, Filosofie, 147

⁶⁶ JANKE, Filosofie

⁶⁷ SIRE, The Universe, 97

Další významný představitel této ateistické větve je francouzský spisovatel, esejista a filozof Albert Camus, který asi nejvíce čerpá právě z Kierkegaarda. Je však důležité uvést, že: "*Kierkegaard would define the secular existentialist's way of defining self to be a form of despair*".⁶⁸ Za nejvyšší absurditu tohoto světa označuje Camus smrt. Odvážně vyzývá k odhození kulis a ke vzpouře člověka proti utrpení a zlu. Nezasťává, že bez kulis hledí člověk častěji do očí prázdnotě a čelí omrzlosti, hrůze a hnusu. Takový je život bez obranných mechanismů ve světě, kde není Bůh. Camus však nerezignuje. Ve svém díle Mor se snaží nabídnout, navzdory absurditě života a smrti, možná východiska existence v altruismu. Centrální postava jeho románu doktor Rieux vystupuje jako nositel činné morálky pomoci, svoji potřebu být člověkem nijak ideologicky nezdůvodňuje (oproti knězi Panelouxovi, který podléhá fatalismu). „*Mně záleží na tom, být člověkem,“ to je alfa i omega Rieuxových úvah*“.⁶⁹ James W. Sire k tomu ale dodává, že jeho východiska nabývají smyslu jedině tehdy, je-li zde nějaké objektivní morální hledisko, tedy pravda s velkým P. Pro mnohé je střet s realitou natolik ohrožující, že se raději rozhodnou neklást otázky a splynout s davem, čímž se ale vzdávají svého opravdového bytí ve světě; možnosti svobodně se rozhodovat a nést odpovědnost za svou volbu⁷⁰.

*"So long as those who would be believers in God yearn for a faith that does not demand too much belief in the supernatural or the accuracy of the Bible, theistic existentialism will be a live option. So long as naturalists who cannot (or refuse to) believe in God are searching for a way to find meaning in their lives, atheistic existentialism will be of service."*⁷¹

Zasadíme-li do tohoto myšlení otázku po smyslu, pak v Sartrově či Camusově chápání je člověk tím, kdo svůj vlastní smysl vytváří a o jehož naplnění by měl usilovat. Sartre se obával, že vztahy s druhými mohou omezovat svobodu člověka. Lidé mají tendenci druhé zpředměťovat. Zastával pesimistický pohled na možné vytvoření autentického společenství.

Budeme-li však zakřiveni do sebe, budeme-li sami sobě bohy, pak nám něco důležitého uniká. "*Je nutné, položit si otázku "Proč"? Proč mám hledat svou konkrétní cestu? Proč mám usilovat o celistvost?" Odpověď je: Ne kvůli*

⁶⁸JONES, BUTMAN, *Modern*,290

⁶⁹CAMUS, *Mor*, 9

⁷⁰ Toto téma velmi přehledně zpracoval Erich Fromm ve své knize *Strach ze svobody*

⁷¹SIRE, *The Universe*,116

sobě. Člověk začíná u sebe, aby na sebe zapomněl a aby se vnořil do světa, člověk chápe sebe, aby se příliš nezabýval sám sebou".⁷²

Tolik tedy k filozofickým kořenům existenciálních směrů. V další kapitole se budu věnovat praktickému využití abstraktně znějících pojmů skrze přiblížení terapeutické práce.

⁷² BUBER. M In: Yalom, Existenciální psychoterapie

4. Existenciálně orientované směry

K existenciální terapii patří zejména evropské školy daseinanalýza (L.Binswanger a M. Boss), existenciální analýza a logoterapie.⁷³

„Tyto směry řeší otázky podstaty člověka, vyrovnávají se s problematikou lidského bytí a jeho smyslu, s otázkou lidského ducha, svědomí, odpovědnosti, utrpení a smrti. Reagují na dilemata člověka, kterého, jak se někdy zdá, degradují války i technický rozvoj na bezvýznamný objekt, důležitý pouze jako součást celku.“⁷⁴

O existenciálních směrech se říká, že jsou spíše filozofií o terapii než systémem terapie.⁷⁵ Tento názor nás pravděpodobně nepřekvapí. Kdo by se chtěl v říši existence a smyslu života pohybovat po jasně vyznačených cestách, daleko nedojde. Na tuto výpravu se většina z nás pouští sama, podle výzev, které nám jsou v životě kladeny. V této části představím dva směry, logoterapii a existenciální analýzu (EA), které mohou být určitými průvodci na této cestě.

V.E. Frankl svým logoterapeutickým přístupem vnesl duchovní (noogenní) dimenzi do psychoterapie. Na jeho učení navázala řada dalších odborníků. V této práci přibližuji přístup Elizabeth Lukasové a Alfréda Längleho. A. Längle rozšířil jeho koncept o biografickou práci. Tvrdí, že člověk může chtít smysl teprve tehdy, kdy jsou do určité míry uspokojeny potřeby, které nazývá Základními osobními motivacemi (ZOM). Frankl nesouhlasil s Länglovým přikloněním se k subjektu. Obával se, že soustředění se na sebe sama, je v rozporu se snahou usilovat o sebeodstup a sebezpřesah. Logoterapie je na rozdíl od EA metodou méně retrospektivní a introspektivní, zaměřuje se spíše k úkolům a k významům v budoucnosti, které má klient splnit, ruší soustředění se na sebe sama. Posun v Längleho uvažování vedl k názorovému středu, který vyústil v rozchod. Frankl se tedy později od Längleho přístupu distancoval.

Pro logickou strukturu této práce, nejprve věnuji prostor V. E. Franklovi a Elizabeth Lukasové. Dále pak navazuji rozšířenou koncepcí A. Längleho.

⁷³ Členové prvního běhu výcviku založili v České republice v roce 1998 Společnost pro logoterapii a existenciální analýzu (SLEA), která nyní spolupořádá výcviky u nás. V prvním kole akreditací byla u nás plně nostrifikována jako klinická psychoterapeutická metoda.

⁷⁴ KRATOCHVÍL, Zákklady, 90

⁷⁵ PROCHASKA, NORCROSS, Psychoterapeutické, 86

4.1 Zakladatel logoterapie Viktor Emil Frankl

Narodil se 26. března r. 1905 ve Vídni v židovské rodině. Už jako dítě měl sklony k introspekci. V období středoškolského studia spáchal jeden z jeho spolužáků sebevraždu, s Nietzscheho knihou vedle sebe. Frankla to hluboce ovlivnilo a zároveň přesvědčilo o tom, jak velkou moc mají filozofické myšlenky v životě člověka a jak destruktivní je nihilismus. Ještě v mládí navázal Frankl kontakty s Freudem. Jako student lékařství se také stal členem úzkého kruhu Adlerových stoupenců; posléze však byl adlerovským hnutím zklamán. Po absolvování lékařské fakulty zahájil svou dráhu v psychiatrii. Ve třicátých letech 20. století v době velké hospodářské krize a nezaměstnanosti pracoval Frankl na neuropsychiatrické klinice Vídeňské univerzity. Zde se také při práci s mladými lidmi začaly rýsovat základy jeho teorie. Vyzoroval, že hlavní obavou nezaměstnaných nebyl strach o finance, ale vnitřní pocit prázdnoty, kterému museli čelit. Tento pocit nesmyslnosti vlastního bytí nazval existenčním vakuem (existentielles Vakuum).

Během okupace Rakouska Frankl nevyužil nabídky opustit zemi a raději zůstal s rodiči. Zanedlouho poté byl deportován do koncentračního tábora, kde vyhotovil rukopis obsahující základní principy logoterapie. Tyto záznamy byly sice dozorcí zničeny, ale myšlenky v nich obsažené přežily. Později o svém pobytu v koncentračním táboře Frankl napsal: „*Bylo to experimentum curcis. Vlastní lidské praschopnosti sebetranscendence a sebedistance, které v poslední době tak zdůrazňují, byly v koncentračním táboře existenciálně ověřeny a validovány.*“⁷⁶ Frankl zde vychází z osobní zkušenosti, kdy si povšiml, že lidé, kteří měli před sebou nějaký úkol či vnímali smysl své existence, byli mnohem více odolní vůči fyzické i psychické zátěži. Naopak lidé, kteří vědomí tohoto smyslu ve svém životě postrádali, byli více depresivní a velmi záhy svým onemocněním podléhali.

Po osvobození a návratu do Vídně se Frankl dozvěděl, že celá jeho rodina s výjimkou sestry byla vyhlazena. Vzdor této osobní tragédii se vrhl do práce a k svému lékařskému titulu připojil i doktorát z filozofie. Kromě toho napsal asi 27 knih, přednášel na mnoha místech po celém světě, založil Rakouskou lékařskou společnost pro psychoterapii a mnoho jiného. Jeho američtí následovníci založili v Berkeley v Kalifornii Logoterapeutický institut. Tento vitální a pozoruhodný muž zemřel ve věku devadesáti dvou let ve Vídni.⁷⁷

⁷⁶ FRANKL, Vůle, 77

⁷⁷ Srovnej: DRÁPELA, Přehled, 145-146

Za hlavní následovníky Franklova směru můžeme označit Elizabeth Lukášovou a Alfreda Längleho, který však vnímal koncept smyslu jako nedostačující, jak jsem naznačila již v úvodu této části, a toto učení rozšířil o další aspekty, viz níže. U nás se řadí k logoterapii a existenciální analýze např. K. Balcar, M. Wagenknecht, J. Božuková, D. Krausová, J. Hučín a další.

4.2 Logoterapie⁷⁸

Rozsah této práce neumožňuje do hloubky vysvětlit teoretické základy a východiska tohoto přístupu. Jedná se o poměrně složitý a obsáhlý systém. V této části tedy uvedu základní údaje. Nastíním postup logoterapie a existenciální analýzy v praxi a tedy i způsob, jakým se snaží pomáhat lidem, kteří pochybují o smyslu svého života, potažmo zápasí se symptomy, které se v důsledku tohoto pochybování mohly vynořit. Téma úzkosti, které s touto oblastí úzce souvisí, jsem již zpracovala v absolventské práci a zde se mu již věnovat nebudu.

Co je tedy logoterapie? Na tomto místě by se možná očekávalo uvedení nějaké definice. Franklův odpor vůči redukcionismu typu „nic než“⁷⁹, se možná částečně projevil i v jeho nechtění dát krátkou odpověď na složitou otázku. Obecně se tedy hovoří o logoterapii, jako o „*na smysl orientovaném přístupu*.“ Logoterapie operuje s těžko uchopitelnými pojmy jako postoj bytí vůči světu či naplnění životního poslání pomocí schopnosti sebedistance a sebetranscendence. Kratochvíl uvádí, že „*po Freudově psychoanalýze a Adlerově individuální psychologii je logoterapie označována jako třetí vídeňský směr psychoterapie*.“⁸⁰ Frankl logoterapii nechtěl nahradit stávající psychoterapeutické směry. Šlo mu o doplnění psychoterapie o zlidšťující (duchovní, jinak též noogení) rozměr, neboť v jeho pojetí není člověk jen tělo a duše, ale tělo, duše a duch. Více o tom pojednávám v části Teorie osobnosti podle V.E. Frankla.

Jak jsem již uvedla v úvodu, ústředním pojmem Franklovy teorie je *vůle ke smyslu*. Tuto motivaci považoval za jednu ze základních lidských potřeb. Usiloval o to, aby jí byla věnována stejná pozornost jako ostatním motivům lidského života, kterými jsou např. sexuální pud, agrese, moc, aj. Kládl při tom důraz na svobodu vůle. Uznával sice určitá biologická,

⁷⁸Řecký slovník překládá „logos“ - a spoken phrase or an idea or that which conveys something which, to the hearer, is meaningful and, thus, can move them. Terapie – léčba. Tedy doslovně léčba smyslem. [online] (citováno 2009-05-20) URL: <http://www.babylon.com/define/105/Greek-English-Dictionary.html>

⁷⁹V původním užití jde o výhradu vůči deterministickému pojetí člověka, jako bytosti dané svými pudy.

⁸⁰KRATOCHVÍL, S., Základy, 90

fyziologická a sociologická omezení, ale jedním dechem zároveň hovořil o svobodě volby v tom, jaký postoj k přicházejícím podnětům zaujímáme. Zda se nad ně dokážeme povznést nebo se pod nimi budeme hrbít.

Objevování či nalézání smyslu lidského života spadá do zodpovědnosti každého člověka. „ *Smysl nemůže být dán, nýbrž musí být nalezen. Dávat smysl by směřovalo k moralizování. Také v rámci logoterapie to není snad lékař, který tu dává životu smysl, nýbrž smysl života musí najít pacient sám.*“⁸¹ Tam, kde není naše potřeba smyslu naplněna, objevuje se existenciální frustrace. Mezi příčiny, způsobující existenciální vakuum (EV), řadí P.Tavel redukcionismus⁸², ztrátu instinktu a ztrátu tradice⁸³. Z toho vyplývají i následky EV, kdy člověk uniká do konformizmu, totalitarizmu, neuroticizmu, přehnané sebereflexe, přehnané sebeinterpretace a přehnané seberealizace.⁸⁴

Logoterapie se svou povahou vymyká, či lépe řečeno nezapadá mezi ostatní empiricky vzorné přístupy s jejich systémy hodnotících tabulek a je proto některými kritizována za svou nevědeckost. Dnes, zejména s vklouznutím spirituality do psychoterapie, se rozdíl v této rovině trochu smývají (např. transpersonální psychologie, satiterapie, aj.). Logoterapie se však od spirituálních směrů liší. Nevede člověka k nějakému rozpuštění se v absolutní mysli ani se mu nesnaží zprostředkovat nějaké extatické prožitky. Staví na lidské zodpovědnosti a poukazuje na to, že pohybujeme-li se pouze v rámci svého „soukromého vesmíru“, aniž bychom byli schopni odhlédnout od svých potřeb, necháváme své nitro postupně zaplavovat prázdnotou a smysl naší existence (vhodnější výraz bytí) nám tím protéká mezi prsty. Nejde zde o seberealizaci, ale o sebetranscendenci.⁸⁵

⁸¹ FRANKL, Vůle, 18

⁸² Pohled na člověka jako na biologický stroj.

⁸³ Tavel uvádí, že na rozdíl od zvířete, člověku instinkty neříkají, co má dělat. Navíc částečné zproštění tradic ho do jisté míry učinilo bezradným.

⁸⁴ TAVEL, Smysl, 116

⁸⁵ Vystává zde tak rozdíl mezi humanistickým přístupem a logoterapií. Zatímco v centru pozornosti h.p. je sebeaktualizace a seberealizace klienta v rámci jeho světa. Logoterapie usiluje o vyjití ze sebe. Nikoli ve smyslu východního odproštění se od sebe sama, ale upření své pozornosti k Někomu či něčemu, co mne přesahuje. Člověk tak může jít cestou upozadění sebe sama a vyzdvižení druhého.

4.2.1 Teorie osobnosti podle Frankla

Frankl se zabývá člověkem jako celkem, nikoli jen určitými částmi osobnosti. Podle jeho názoru je lidská povaha trojdimenzionální. Má dimenzi (1) fyziologickou, (2) psychologickou a (3) noologickou (duchovní).⁸⁶ Tato třetí dimenze se vztahuje k lidské vůli ke smyslu, což je ústřední téma logoterapie. Opomíjí-li člověk své fyziologické a psychologické potřeby, vede to u něj k tělesným onemocněním a emočním problémům. Stejně tak důležité jsou i problémy v noologické oblasti, které útočí na samé jádro osobnosti. Je jasné, že každý člověk občas zápasí s pocitem smysluprázdnosti. Nejedná se jen o období puberty ale takovéto otázky se často vynořují v průběhu života. Souvisí s vývojovými krizemi, objevují se v momentech, kdy člověk čelí nějakým změnám, při ztrátě někoho blízko, či v utrpení. Tyto pocity nevypovídají nic o patologii člověka (jak se např. domníval Freud), nýbrž otvírají prostor pro hledání sebe sama. Nezdravé a do jisté míry až patologické však mohou být naše odpovědi na tyto vynořující se otázky v našem vědomí. To, že mnohy tomu čelit nechceme, dokládá povrchnost dnešní společnosti. Lidé jsou různí a rovněž jejich světonázory se liší. Někteří dle své filozofie zastávají názor, že vše je rozhodnuto tím, jak jsme biologicky konstituováni. Toto uvažování může vést k fatalistickému přístupu k životu a jakémusi vegetování v reakci na pudové podněty.

Na rozdíl od některých deterministických pohledů pohlíží Frankl na člověka jako na bytost svobodnou a hodnotnou. Odmítá fyziologický determinismus. Člověk sice není svoboděn od podmínek, ale má na výběr, jaký k nim zaujme postoj. Těžkostem může buď podlehnout nebo se nad ně povznést. Zároveň ale vnímá i určitá omezení intrapersonálními činiteli, které nazývá osudovostí. Osudový determinující vliv prostředí na člověka není podle Frankla příčinou lidského jednání a myšlení, ale jeho předpokladem. *"Nevysvětluje zpětné lidské reakce, ale je stimulem, který toto neuroticky lidské bytí vlastně teprve uvádí do pohybu, přičemž ho nutí vybrat si jednu z možností volby a tím také užívat své svobody".*⁸⁷

Frankl uvádí deset tezí o osobě:

- osoba je individuum – je nedělitelná
- osoba je neslučitelná – personální existence nemůže být jedincem odevzdávána dále
- každá osoba je absolutní novum – originál

⁸⁶ DRÁPELA, Přehled, 146

⁸⁷ LUKASOVÁ, 11, 12

- osoba je duchovní – noetický rozměr osobnosti který je vlastní pouze lidem a který obsahuje schopnosti jako jsou svoboda, zodpovědnost, sebetranscendence, sebeodstup, akceptace smrti
- osoba je existenciální – není faktickou , ale fakultativní bytostí – stává se podle svých rozhodnutí
- osoba patří do oblasti já, nikoliv ono – člověk není otrokem svých pudů
- osoba je základem jednoty a celistvosti člověka – je průsečíkem tří vrstev, které o sebe nelze oddělit: tělesné, duševní a duchovní
- osoba je dynamická – dokáže se distancovat a odvrátit od psychofyzična
- osoba dokáže věřit
- osoba chápe samu sebe na základě transcendence – věří ve smysl⁸⁸

4.2.1.1 Noogenní neurózy⁸⁹

Jedná se o neurózy, které vznikají v důsledku pocitu bezsmyslnosti. Dle Frankla jde o nový typ, pro nějž je právě logoterapie specifickou léčbou. *„Touto neurózou může onemocnět i člověk, který žije v napětí z konfliktu svědomí anebo pod tlakem duchovního problému, tedy člověk v esenciální krizi.“*⁹⁰

Frankl dále také hovoří o kolektivní neuróze či nedělní neuróze. Kolektivní neuróza se projevuje provizorním postojem k existenci (vzpomeňme na hráče v podkapitole Postmoderní osobnostní vzorce), fatalistickým postojem k životu, kolektivistickým myšlením (dnešní konformní způsob života) a fanatismem (únik od možnosti svobodné volby do totalitního otrokářství).

Nedělní neuróza se může projevit tehdy, když končí pracovní týden a před námi vyvstává volný víkend, jenž nám pokládá otázku: „Jak naložíš s volným časem?“ Někteří se utečou k televizi, jiní pečlivě rozplánují, v rámci svého harmonogramu, každou minutu, aby tak předešly prázdnotě, která by se mohla vynořit. To, že se nejedná o nedůležitý typ neurózy dokládá Frankl tím, že někdy tato existenciální frustrace může vyústit až v sebevraždu.⁹¹

⁸⁸Srovnej: TAVEL.P.Smysl života podle Viktora Emanuela Frankla. Triton , Praha 2007,s.122-126

⁸⁹ Neurózy vznikající z duchovních zdrojů.

⁹⁰FRANKL(1983), s. 135-136/97. In: TAVEL.P.(2007), str. 148

⁹¹Srov. TAVEL.P. 2004, s. 149

Jung tvrdil, že zhruba třetina jeho klientů netrpěla žádnou definovatelnou neurózou, ale pocitem nesmyslnosti a bezcílnosti svého života. Neurózu je podle něj v konečném důsledku třeba chápat jako utrpení duše, která nenašla svůj smysl. Vůle ke smyslu je z pohledu existencionalistů důležitá zejména proto, že část úzkosti vychází z poznání, že jsme to pouze my, kdo dávají svému životu smysl. A my sami jsme ti jediní, kdo ho mohou nechat umřít. A jsme to opět my, kdo musí pokračovat v utváření hodnotného života. Znáмым je Nietzscheho výrok: „*Kdo má proč žít, dovede snést skoro každé jak žít.*“

Smysl v životě lze, dle Frankla, objevit trojím různým způsobem:

- *vykonáním činu*: smysluplného vnímání vlastního jednání; takovým smyslem může být například to, že svou práci vykonáváme pořádně, z čehož mají užitek i druzí. Beethoven prý prohlašoval, že jeho umění ho chrání před sebevraždou.
- *prožitím hodnoty*: zde má na mysli povznášející zážitky, které nás nějakým způsobem obohacují a naplňují. Nestačí však jejich pouhé prožívání, ale důležitá je i naše aktivní spoluúčast. Nejvyšší hodnota se příkládá lásce.
- *utrpením*: Frankl hovoří o tzv. tragické triádě – utrpení, vině a smrti – jako o něčem, co dává příležitost pro nejhlubší lidský růst:

„Kdykoli je člověk vystaven nevyhnutelné situaci, z níž není úniku, kdykoli se musí postavit osudu, který nelze změnit, dostává tím poslední příležitost naplnit nejvyšší hodnotu, naplnit nejhlubší smysl, smysl utrpení. Neboť na čem nejvíce záleží, je postoj, který zaujmeme vůči utrpení.“⁹²

Neseme-li své utrpení statečně, můžeme být povzbuzeni pro druhé což, do zdánlivě nesmyslné situace, smysl vnáší. Tím však v žádném případě netvrdí, že bychom měli utrpení cíleně vyhledávat. Spíše vyzývá k jakémusi smíření s tím, co nemůžeme nijak ovlivnit.

Existuje-li svobodný duchovní postoj, pak existuje i vlastní škála potřeb a člověk není tedy poddaným vlastních uspokojení za každou cenu. Může

⁹² DRÁPELA, s. 151

*dokonce, pokud to chce anebo pokládá za správné, říci ne uspokojení svých potřeb, aniž by při tom onemocněl či se stal abnormálním.*⁹³

V kritice logoterapie občas zaznívá, že je metodou pro bohaté, kteří si mohou „dovolit“ existenciální frustraci. Z výzkumů však vyplývá, že potřeba smyslu v životě je jednou z nejpodstatnějších součástí existence každého člověka. Pro mnohé je možná překvapivé, že ztrátu smysla života nevykazují jen lidé v kapitalistické či socialistické společnosti, ale byla též zaznamenána i mezi studenty na vysokých školách v rozvojových zemích.

V Německu proběhl výzkum v době od dubna 1999 - září 2000. Výsledky ukázaly, že 98% respondentů, kteří trpěli příznaky deprese, poruchou příjmu potravy nebo závislosti na drogách, postrádali ve svém životě přítomnost smyslu.⁹⁴ Také sociologové z Univerzity Johna Hopkinsa v USA uskutečnili na 7948 studentech statistický výzkum, v rámci kterého zjistili, že nejméně 78% z nich považuje za nejdůležitější najít ve svém životě cíl a smysl a 67% bylo při své volbě povolání vedeno přáním, aby byli užitečnými pro druhé, pro společnost, zatímco méně než 16% vidělo cíl svého snažení ve vydělání co největšího množství peněz.⁹⁵

K měření úrovně životní spokojenosti jsou používány různé testy. Mezi nejznámější patří tzv. "PIL-Test" (Purpose in Life) J.C. Crumbaugh a L.T. Maholicka; "SONG-Test" (Seeking of Noetic Goals) a "MILE-Test" (The Meaning in Life Evaluation Scale) J.C. Crumbaugh; "LOGO-Test" E. Lucasové; "S.E.E.-Test" (Sinn-Einschätzung und-Erwartung) W. Böckmanna. Do češtiny jsou převedeny PIL-test (validizovaný u nás D. Dufkovou a S. Kratochvílem) a LOGO-test (přeložený K. Balcarem),⁹⁶ jehož vzor je zařazen v příloze.

Nejsem si jistá ohledně relevantnosti výše uvedených testů. Domnívám se, že výzkumy v této oblasti by měly probíhat formou kvalitativní, nikoliv kvantitativní. Pro mě osobně je tedy měření výše zmíněnými testy příliš technické. Zároveň nám však může jasně ukázat stav dnešní společnosti, která zápasí v této duchovní oblasti a tím i vést k hledání možností, jak tento stav zvrátit. O to se ostatně pokouší i Frankl, který „kázal“ o potřebě odpovědnosti a sebetranscendenci lidského života. Nejedná se nějakou kolektivní záležitostí. V rámci logoterapie dochází vždy k osobnímu setkání mezi logoterapeutem a

⁹³ LUKASOVÁ, 1998, str.14

⁹⁴ srov. LANDABOURE, 2001, S.46

⁹⁵ TAVEL, 2004, s.107

⁹⁶ BALCAR, (22.2.2007), [online] URL: <http://www.volný.cz/slea/Archiv/ltaef.htm#2.1.3>

klientem. Každý člověk je jedinečný. Toto poselství se i logoterapeuté snaží uplatňovat ve své praxi. Pro představu níže uvádím určité principy, které navrhla Elizabeth Lukasová.

4.2.3 Logoterapeutické principy v psychologické poradě

Jedna z nejnadanějších žaček V.E. Frankla, Elizabeth Lukasová, dělí jednotlivé fáze terapie na: *diagnostickou, terapeutickou a postterapeutickou*.

- *v diagnostické fázi se terapeut snaží získat co nejvíce informací o klientovi. Vychází z jeho osobní anamnézy a lékařského a psychologického vyšetření. Někdy může zapojit i klientovo prostředí či blízké osoby. V této fázi Lukasová klade také důraz na zabránění vzniku iatrogenních neuróz.⁹⁷ I zde je snaha klienta „neškatulkovat“, neboť v důsledku sledování naší teorie, bychom mohli eliminovat to, co se nám do naší mapy nehodí a přeslechnout důležité informace, které nám klient sděluje. Toto však nebrání použití specifických logoterapeutických technik dle symptomů klienta viz. níže.*
- *v terapeutické fázi, kterou Lukasová označuje jako "koncept nabídky a akceptace", se soustředí na modulaci postoje a orientaci mezi hodnotami. Rozhodující obrat v modulaci postoje je tzv.:AHA – zážitek.*

„AHA- zážitek“ tj. údiv nad možností volby, zda akceptovat nezměnitelný osud anebo přelstít vlastní slabosti. Je to okamžik, kdy klient ve svém nitru pochopí, že on není tím, kdo má klást otázky a kritizovat rozhodnutí osudu, ale že on je tím, který odpovídá, který dává odpovědi na určité situace, odpovědi, které rozhodne on sám nikdo jiný, tedy jeho chování není žádnou následnou reakcí.⁹⁸

Tato „vzdorná moc“ vede člověka k aktivnímu postoji vůči svízelné situaci, ve které se ocitl a k možnému smíření se s nezměnitelnou situací.

⁹⁷ Tuto poruchu může vyvolat v klientovi samotný psychoterapeut tím, že živí v pacientovi pocit choroby.

⁹⁸ LUKASOVÁ, I tvoje, 53

- v *postterapeutické* neboli *léčebné fázi* jde o individuální objasnění smyslu a zabránění hyperreflexi, tedy přehnanému sebepozorování. Lukasová zde radí jako dobrou metodu tzv. střídavou diagnostiku, kdy se terapeut střídavě dotazuje klienta na jeho chorobu a na pozitivní životní události, které s ní nijak nesouvisí, čímž se snižuje nebezpečí hyperreflexe. Upozorňuje na nebezpečí recidivy u právě vyléčeného pacienta, protože se nachází v určité ambivalenci (dříve nemocný, nyní vyléčený). Mnoho volného času ho může vést k hyperreflektování minulosti (nemoci). Je tudíž důležitá rovnováha mezi napětím a stresem. Terapeutovým cílem je pomoci pacientovi tak, aby byl schopen samostatného jednání a rozhodování a nebyl závislý na svém terapeutovi. V terapii je důležité zaměřit se na to zdravé, pozitivní. K problému přistupuje jako k výzvě, která může přispět k jeho osobnímu rozvoji. Klient tak může snadněji zaujmout odpovědný postoj k překonání svých nesnází, čehož dosahuje zaujetím smysluplného postoje, sebedistancí a sebezřetím.

Sled účinků při terapeutické změně je:

- Rozpoznání, vyjádření a uvědomění si negativního postoje.
- Odstup nebo-li "zpředmětnění" postoje (pohled jakoby zvenčí).
- Vytváření podmínek ke změně postoje na postoj realisticky pozitivní.⁹⁹

Lukasová hovoří o tzv. narativní logoterapii. „*Narativ logotherapy explains how through listening and careful reflection therapists can recognise and aid their patients' will to finding meaning and guide them towards areas in which meaning can be found.*“¹⁰⁰ To se děje pomocí rozhovoru a uplatňováním určitých technik. Mezi ně patří: užívání klíčových slov, aktivní naslouchání, naivní dotazování, užívání symbolů a metafor, odkrývání smysluplných možností, sokratovský dialogu. Postojová změna, ke které klient dospěje by se pak měla odrazit i v jeho jednání. Následná pozitivní nová zkušenost pomáhá tento postoj potvrdit a upevnit. Tyto metody mají také velkou úspěšnost u poruch spánku, obsesí a fobií, které mohou s krizí smyslu souviset. Kromě postojové změny patří k dalším metodám logoterapie tzv. paradoxní intence¹⁰¹ a dereflexe¹⁰².

⁹⁹BALCAR, Speciální,205

¹⁰⁰ Maritime Institute of Logotherapy. [on line].Life with Meaning:Guide to the Fundamental principlesof Victor E. Frankl's Logotherapy, c.2009. (cit 2009-06-06).URL: http://maritimelogotherapy.org/yahoo_site_admin/assets/docs/

Both paradoxical intention and dereflection are based on the individual's capacity to detach himself or herself from absorption with personal problems. Both methods have a cognitive behavior emphasis but were developed before cognitive behavior approaches existed".¹⁰³

Jelikož tyto metody nejsou pro cíle této práce podstatné, nebudu se jim zde věnovat.

Lukasová aplikuje logoterapii nejen v rámci psychoterapie, ale na i na různé oblasti lidského života – poradenství, výchovu, krizovou intervenci, problémy v dospívání, v nezaměstnanosti či v mezilidských vztazích. Při své praxi používá i biblioterapii.

4.2.4 Formy logoterapeutické práce

"Svým založení v osobních hodnotových volbách, sebereflexi a sebevládě je logoterapie přístupem především individuálně terapeutickým. Jde o osobní, nikoli skupinové, zaujímání postojů a uskutečňování praktických terapeutických kroků"¹⁰⁴.

Pro lidi s podobnými problémy však může být vytvořena i logoterapeutická skupina. Velkým pozitivem takové skupiny je vzájemná podpora při překonávání strachu a dosahování vytyčených cílů. Zvláště pro děti je tato forma vhodnější. Lukasová uvádí, že logoterapie má své uplatnění i v rámci rodinné terapie, kde se zaměřuje především na "přestavbu" vztahu rodičů k dětem zejména tam, kde dochází k zanedbávání či nadměrně protektivnímu jednání, které vede k neurotizaci dítěte. V manželské terapii se logoterapeuti zaměřují na přestavbu individuálních nebo sdílených hodnot a přehodnocení smysluplných možností manželského soužití.

¹⁰¹Za důležitou součást této metody je považován humor, který nám umožňuje zaujmout k sobě objektivní postoj a distancovat se od svého strachu a své neurózy. Omezení emocí strachu vyvolává, na tělesné úrovni, ústup fyziologické hyperaktivace. Na duševní úrovni harmonizaci tělesného i duševního dění a zvýšení výkonnosti a na duchovní úrovni vede k vzrůstu odvahy a upevnění postojů sebedůvěry i základní důvěry. Srovnej: VYMĚTAL, Speciální, 204

¹⁰²„Dereflexe vede k opuštění patologického upoutání přehnané pozornosti či nemístného úsilí na již zakoušené nebo bezprostředně očekávané poruchové příznaky a selhávání tak, že namísto toho zaměřuje pozornost a praktické konání člověka na jiné, pro něj přitažlivé (hodnotné) a přitom volným úsilím uskutečnitelné záměry.“ Srovnej: BALCAR, Speciální, 218

¹⁰³BENNER, HILL, Baker, 697

¹⁰⁴BALCAR, Speciální, 236

4.3 Alfred Längle a jeho koncept rozšířené existenciální analýzy v terapii

Jak už jsem uvedla výše Alfred Längle Franklův koncept rozšířil o biografickou práci (zabývání se minulostí klienta), emocionální obrat (příklon k subjektu a jeho emocionalitě). Pro existenciálně-analytickou diagnostiku pak vytvořil základní diagnostickou a metodickou osnovu tzv. Dimenzionální ontologii¹⁰⁵, teorii základních osobních motivací (ZOM) a Osobní existenciální analýzu (OEA)¹⁰⁶. Längle takto upravený směr nazývá Existenciální analýzou (EA).

Evropská škola EA vychází z toho, že lidská existence probíhá na třech rovinách tzv. **umwelt** (fyzický a biologický rozměr); **mitwelt** (existence založena na vztazích) a **eigenwelt** (osobní svět smyslu). Psychopatologické chování se objevuje tehdy, když odmítáme žít autenticky a zodpovědně v těchto oblastech lidské existence.

"Längle nadále pojímá Franklovu "vůli ke smyslu" jako nejhlubší motivační sílu člověka a přidává k ní vedle tělesných a duševních motivačních sil tři základní - duchovně - osobní motivace - předpoklady, které "vůli ke smyslu" předcházejí. Längle tak v teorii existence motivace popisuje tři předpoklady (moci být-zde, chtít být-hodnotou a smět být-takovým".¹⁰⁷

Mezi přístupem evropských existenciálních analytiků a amerických existenciálně-humanistických terapeutů panují značné rozdíly. "Evropané se zaměřují více na hranice, přijetí, úzkost, smysl života, odloučení a izolaci. Američtí existenciální humanisté se soustředí na potenciál, uvědomění, vrcholné zážitky, seberealizaci, vztah Já -Ty a setkání."¹⁰⁸

Existenciálním terapeutům tento myšlenkově bohatý a tak trochu nespoutaný přístup umožňuje hlubší porozumění osobnosti člověka.

¹⁰⁵ „Dimenzionální ontologie popisuje člověka jako jednotu tří navzájem složitě propojených způsobů lidského bytí. Sledujeme na kterých ontologických rovinách bytí se utrpení klienta projevuje: zda na rovině somatické (tělo - biodynamika, tělesné potřeby a reakce, potřeby...), psychické (osobnost - psychodynamika, emoce, fantazie, vzpomínky) či nooetické (osoba - noodynamika, svědomí, svoboda, odpovědnost).“ In: WAGENKNECHT, Teoretická vodítka pro existenciálně-analytickou diagnostiku; [online] (citováno 2007-04-03). URL: www.volny.cz/slea/ Archiv/ ovd.

¹⁰⁶ (PEA - Die "Personale Existenzanalyse"

¹⁰⁷ WAGENKNECHT [online]. URL: [www.volny.cz/slea/Archiv/ovd.\[2007-03-21\]](http://www.volny.cz/slea/Archiv/ovd.[2007-03-21])

¹⁰⁸ PROCHASKA, NORCROSS, Psychoterapeutické, 102

"Nelíbí se jim pojem osobnost, pokud označuje neměnný souhrn rysů jedince. Pro ně existence vzniká, stává se, je procesem bytí, který není dán dopředu nebo charakterizován určitými rysy. Bytí předpokládá aktivní a dynamický proces. K existenci také nedochází uvnitř jedince, ale spíše mezi jedincem a světem".¹⁰⁹

4.3.1 Teorie základních osobních motivací (ZOM) popisuje čtyři základní lidské podmínky, předpoklady plné existence.

- *První je rovina ontologická* (moci být), sleduje zda klient přijímá fakticitu svého bytí a světa. Pojí se s potřebami bezpečí, jistoty, ochrany, prostoru. Základní otázkou je: Jsem, ale mohu zde být? Mohu být bez ohrožení? Vyrovnání se s touto otázkou napomáhá: Přijetí faktického.
- *Druhá rovina axiologická* (chtít být), sleduje to, zda klient hodnotí své bytí ve světě kladně. Představuje ji touha po vztahu, blízkosti, vřelosti.
- *Třetí rovina etická* (smět být takový), sleduje, zda si klient sám sebe cení, zda se přijímá takový, jaký je. Představuje ji touha po respektu, ocenění, samostatnosti, nezávislosti
- *Čtvrtá rovina* se neváže už jen na osobu, ale vztahuje se k vnějšmu světu osoby (chtít smysl), sleduje nakolik klient usiluje o naplnění své životní situace smyslem.¹¹⁰

4.3.2 Osobní existenciální analýza (OEA; PEA)

Längle tvrdí, že význam otázky po smyslu, vyplývá v podstatě ze tří základních zkušeností člověka, kterými jsou:

- *Zkušenost, že mohu svobodně volit mezi možnostmi.*
- *Zkušenost, že není jedno, co zvolím, rozhoduji o hodnotách*
- *Zkušenost, že situace jsou nestále a neustále se mění¹¹¹*

Platí zde, že osoba je z dialogického hlediska oslovitelná, rozumějící a odpovídající.

Vychází z fenomenologického přístupu k osobě a snaží se na teoretické rovině popsat a na praktické obnovit schopnost dialogu mezi osobou a požadavky situace (smyslem). S klientem mapujeme jeho konkrétní dialogické výměny, analyzujeme to osobní v existenci - obsah

¹⁰⁹PROCHASKA, NORCROSS, Psychoterapeutické, 86-87

¹¹⁰In: WAGENKNECHT, Teoretická vodítka pro existenciálně-analytickou diagnostiku; [online] (citováno 2007-04-03). URL: www.volny.cz/slea/ Archiv/ ovd.

¹¹¹LÄNGLE, Smysluplně

*existenciálního smyslu, úlohu a schopnosti osoby při naplňování tohoto smyslu, zaměřujeme se i na to, co dialogu (naplňování existence) brání.*¹¹²

Schématický popis jednotlivých kroků OEA

1. Věcný popis faktů (přijetí vztahu)
2. Vyhledání původních prožitků a dojmů v předmětné situaci (sebepřijetí).
3. Jejich propracování k porozumění (ze strany terapeuta a pacienta) a z něj vyplývajícího zaujetí postoje pacientem (sebeodstup) a vypracování přiměřené odpovědi prostřednictvím činu (sebepřesahu)¹¹³

Načrtla jsem zde metodologické postupy logoterapie a existenciální analýzy. Tento výčet by nebyl kompletní, kdybych nepojednala alespoň v krátkosti o vztahu mezi terapeutem a klientem. Tomuto tématu jsem se rozhodla věnovat další podkapitolu.

4.4 Vztah terapeut klient

*Vztahování, stejně jako otevřenost a individuální konečnost (smrtelnost) patří podstatně - bytostně k člověku.*¹¹⁴

Vztah mezi terapeutem a klientem je velmi účinný faktor. Tuto skutečnost dokládá i výzkum, který uvádí Prochaska a Norcross ve své knize Psychoterapeutické systémy.

*"Největší rozdíly ve výsledcích terapie se připisují faktorům v klientovi, jako jsou očekávání změny a závažnost poruchy, působících již před vlastní psychoterapií. Terapeutický vztah má druhý největší podíl na klientově změně. Daleko za ním, na třetím místě, jsou techniky".*¹¹⁵

I.Yalom, který rovněž považuje vztah za jeden z nejúčinnějších léčebných faktorů, varuje před tím, aby se pro terapeuta nestal jen pouhou technikou; tedy něčím, co terapeut v terapii dělá, čemu se snaží, po vzoru odborných publikací, naučit. *"Pro existenciální terapii platí, že když se na první místo postaví "technika", tak je vše ostatní ztraceno, protože samotná podstata*

¹¹²In: WAGENKNECHT, Teoretická vodítka pro existenciálně-analytickou diagnostiku;[online] (citováno 2007-04-03). URL: www.volny.cz/slea/ Archiv/ ovd.

¹¹³LÄNGLE. A. Personale Existenzanalyse. In: Längle, A. (Hrsg.): Wertbegegnung. Phänomene und methodische Zugänge. Wien: GLE-Verlag, 133-145

¹¹⁴VYMĚTAL, Speciální, 27

¹¹⁵PROCHASKA, NORCROSS, Psychoterapeutické, 19

autentického vztahu je v tom, že člověk nemanipuluje, ale obrací se k druhému s celou svou bytostí".¹¹⁶

"Existential therapists are very concerned about the risk of objectifying (making objects of) client. They see their essential tasks as understanding the world of the client, clarifying this subjective world, and challenging or confronting the client with her capacity for choice and her need to assume full responsibility for her actions, insights and relationships".¹¹⁷

Hovoříme-li o vztahu, pak nelze opominout Martina Bubera, představitele židovského personalismu a Emmanuela Lévinase, kteří se zabývali filosofií dialogu¹¹⁸ či vztahu a svými myšlenkami inspirovali a obohatili také pomáhající profese. Ve své knize Já - Ty, hovoří o dvojím pojetí vztahu Já - Ty a Já - Ono.

"Tomu, kdo říká "ty", není předmětem žádné "něco". Neboť kde je něco, tam je i jiné "něco", každé Ono hraničí s nějakým jiným Ono-Ono existuje jen proto, že hraničí s jinými. Ale kde říkáme "ty", tam není žádné "něco". Ty nehraničí s ničím. Kdo říká "ty", nemá žádné "něco", nemá nic. Ale ocitá se ve vztahu".¹¹⁹

Na tomto místě je důležité uvést, že Buber se domníval, že povaha terapeutického vztahu¹²⁰ znemožňuje vytvoření vztahu Já-Ty. To však nebrání, aby terapeut o toto přiblížení usilovat.

Jazyk stejně jako symboly mají pro každého člověka jinou příchut'. Ať už se jedná o přirozený vztah nebo terapeutický, narážíme v důsledku toho na naši neschopnost plného porozumění druhému. *"Zkoumat všechny bytosti nějakým standardním přístupem, jako by obývaly stejný objektivní svět, znamená vnášet do svých pozorování obrovskou chybu".¹²¹* Existencialisté vycházejí z toho, že: *"fenomenologicky je náš svět osobní konstrukcí, která ve větší či menší míře odráží představu o druhých lidech v závislosti na míře naší*

¹¹⁶YALOM, Existenciální, 416-417

¹¹⁷JONES, BUTMAN, Modern, 288

¹¹⁸ *"Dialogismus je toho názoru, že člověk je člověkem jen v dialogu se spolučlověkem a ve spolulidství. Člověk není člověkem jakožto Já na rozdíl od Ne-já (idealismus), nýbrž - jak zdůrazňuje Martin Buber - v "Já" - "Ty", ne ve své monologické osamocenosti, nýbrž skrze rozhovor* "BUBER, Begegnung, 1961, s. 21 - citováno In :PÖHLMANN, Kompendium, 183

¹¹⁹ BUBER, Já, 8

¹²⁰S rolí terapeuta se pojí určité očekávání, které vnáší do vztahu asymetrii.

¹²¹YALOM, Existenciální.

konvenčnosti".¹²²Při terapii se proto snaží odpoutat od svého předporozumění, aby tak mohli vstoupit do prožitkového světa druhého člověka.¹²³

"Logoterapeuti probírají často filozofické otázky ve vřelé, přijímající atmosféře, ale také využívají konfrontace, instrukcí, vysvětlování a mnoha různých postupů, aby klienta přesvědčili o nutnosti vědomějšího a zodpovědnějšího náhledu na existenciální vakuum, v němž žije".¹²⁴

Je zde také kladen důraz na svobodu volby. Terapeut se snaží trpícího člověka motivovat, aby sám něčím pozitivním ke své situaci přispěl a nepodléhal fatalismu. Zaměřují jeho pozornost na zdravou část jeho jednání a tím rozvíjejí klientův vlastní potenciál, který mu může pomoci překonat úzkost, pocity nesmyslnosti a různé neurotické symptomy. Klient je veden k zodpovědnosti za vlastní život, či lépe řečeno, aby si svou vlastní odpovědnost přisvojil a podle toho také jednal.

V terapii je také velice důležitá autenticita terapeuta. Pokud v "civilním životě" terapeut nejedná s druhými lidmi s láskou a respektem, pak v ordinaci tato snaha bude působit nevěrohodně. Jung hovořil o zvýšené efektivnosti zraněného léčitele. Prohlašoval, že terapie funguje nejlépe, jestliže pacient přináší dokonalý balzám na terapeutovu ránu, a že pokud se nezmění terapeut, nezmění se ani pacient. H.S. Sullivan jednou popsal psychoterapii jako diskusi o osobních problémech mezi dvěma lidmi, z nichž jeden je úzkostnější než druhý. Začne-li být úzkost terapeuta vyšší, stává se sám pacientem a pacient se stává terapeutem.¹²⁵

Tyto výroky jsou určitým extrémem; nicméně podtrhují fakt, že navzdory psychologickému vzdělání je terapeut stále ještě nedokonalým člověkem, který sám bývá setkáním s klientem proměňován. Podléhá-li pocitům o vlastní důležitosti, nedokáže se klientovi přiblížit a tím dochází k povrchnější léčbě.¹²⁶

¹²²PROCHASKA,NORCROSS, Psychoterapeutické,87

¹²³Je zřejmé, že se nelze úplně odprostit od svého předporozumění, od své "mřížky".

¹²⁴PROCHASKA,NORCROSS, Psychoterapeutické,103

¹²⁵ YALOM, Existenciální,110

¹²⁶ S tímto tvrzením by jistě nesouhlasili KBT terapeuti, jejichž léčba se zaměřuje především na odstranění symptomů. Nutno říci, že v této oblasti byla i prokázána účinnost těchto metod. Otázkou zůstává, do jaké míry je touto cestou oslovena „Osoba“ člověka.

5. Závěr

5.1 Křesťanský pohled na logoterapii a existenciální analýzu

Celou mojí práci zaznívá jemný dialog mezi křesťanstvím a logoterapií, potažmo existenciální analýzou. V této podkapitole se křesťanské kritice věnuji podrobněji. Jelikož je krize smyslu „pracovní náplní“ zejména logoterapie, rovněž má kritika se soustředit především na tento směr.

Hned v úvodu chci podtrhnout důležitou skutečnost. Nesmíme zapomínat na to, že logoterapie a existenciální analýza jsou psychoterapeutické směry, v jejichž středu je člověk, nikoliv Bůh, tak jak je tomu v křesťanské víře. Někteří kritikové označují Franklův koncept za náboženský¹²⁷, což odvozují od jeho výzvy vztahování se k něčemu vyššímu. Pojmy náboženství a křesťanství však nejsou svým obsahem synonymní. Jan Heller tvrdí, že fenomenologicky, tím, jak se křesťanství jeví náboženstvím je, ale obsahem, tedy tím co opravdu je, náboženstvím není. Pro lepší pochopení dodává, že stejně jako herci potřebují kostýmy a kulisy v určité podobě dle kontextu doby a děje, aby divákovi umožnili porozumění poselství hry, je i náboženská podoba křesťanství jeho vnitřní nutností. Hovoříme-li o obsahu, pak musíme chápat (zde je možná na místě slovo věřit), že *křesťanství je dílo boží, ovoce Slova a Ducha, jež nepřichází z lidského nitra. Není to destilát lidské přírodnosti ani souhrn mravního jádra lidských dějin či osobních zkušeností, nýbrž oslovení zvenčí, z jiného rozměru, obrazně vyjádřeno shůry*.¹²⁸ Heller dodává, že toto rozpoznání je ovšem tajemstvím víry.

Nesmíme tedy zapomínat, že přestože Frankl zavedl do psychoterapie pojem noogenní (duchovní) dimenze, nejedná se o křesťanský přístup a rovněž ani víru v Boha nepokládá za hlavní axiom lidského života. Hovoří-li o sebepřesahu, pak se nejedná primárně o vztahování se k Bohu, zároveň ho ale ani nevyklučuje.¹²⁹ Frankl sám jasně vymezuje logoterapii vůči teologii. Dimenzi víry staví nad dimenzi, ve které probíhá psychoterapie.

¹²⁷ Hovoříme-li o náboženství, pak nesmíme zapomínat, že vymezení tohoto pojmu je velice široké. *"Náboženství je ustálená představa o existenci nadpřirozených skutečností mimo dosah smyslové zkušenosti, kterou sdílí větší skupina obyvatel, ustálená soustava věr ve Vyšší moc, v boha, bohyni a nebo bohy, bohyně. Nadpřirozenými skutečnostmi se pak rozumí něco posvátného vyšší moc, bůh, bohyně nebo božstvo. Náboženství má obvykle vlastní morální kodex, hodnoty, instituce, rituály a praxi."* Encyklopedie Wikipedia [on line] (citováno 2009-05-20) URL:www.wikipedia.org/wiki

¹²⁸HELLER, Nástin religionistiky, 48- 49

¹²⁹Frankl byl židovského vyznání s hlubokou vírou v Boha. M. Raban se domnívá, že Frankl měl nevědomou, existenciální, abšak nevyznávanou víru v Ježíše. Srovnej: RABAN, Duchovní, 139

„Cílem psychoterapie je duševní uzdravení-cílem náboženství je však spása duše. Jak rozdílné jsou navzájem tyto dva cíle, může vyplývat z toho, že kněz bude za jistých okolností bojovat o spásu duše svého věřícího s plným vědomím toho, že ho tím uvrhne do ještě většího emocionálního napětí-nebude ho moci toho ušetřit, neboť primárně a původně o tento psychohygienický motiv knězi vůbec nejde.“¹³⁰

Přestože logoterapie nemůže nahradit pastorační péči, v mnoha bodech se s ní shoduje. Stala se přístupem, který je křesťany snadněji přijímán, protože neignoruje duchovní rozměr člověka.

"One finds in existential therapy (including logotherapy) an approach to understanding human beings that is genuinely struggling with the very aspects of existence that Christians find to be most significant. No approach to psychology mirrors the concerns of the faith as well as does existential therapy".¹³¹

Tři hlavní pilíře, o které se logoterapie opírá, jsou:

- *svoboda vůle - hodnota člověka*
- *vůle ke smyslu*
- *smysl utrpení*

- *svoboda vůle - hodnota člověka:*

Frankl odmítá determinismus. Člověk je v jeho chápání subjekt nikoli objekt, který může svobodně volit, jak se svým životem naloží. Z celé Franklovy terapie na nás dýchá hluboká úcta k duchovnímu životu. Narozdíl od některých psychoterapeutických směrů není víra v logoterapii vnímána jako omezující element lidského potenciálu. Za velké plus považují i důraz na autentičnost. Teprve když odkládáme masky, může dojít k opravdovému setkání a uzdravení.

Podobně, jako existencialisté odhalují lidskou tendenci upadat do otroctví, upozorňuje i Písmo na sklony k modlářství a uctívání stvořeného¹³² na místo Stvořitele. *„Výrobci model jsou všichni k ničemu; modly, které mají za žádoucí, jim nijak neprospějí. Jejich svědkové, ti nic nevidí a nic nevědí, jsou*

¹³⁰ FRANKL, Lékařská, 196-197

¹³¹ JONES, BUTMAN, Modern, 289

¹³²Viz. výše hromadící charakter. Pohybování se v modusu vlastnění nikoliv bytí.

*jen pro ostudu. Kdo si boha vyrábí, jen modlu si odlévá; nebude z toho mít žádný prospěch.*¹³³

Logoterapie a existenciální analýza vedou k poznání sebe sama a s tím související zodpovědností. Svoboda je pro ně příležitostí k smysluplnému životu skrze vzdornou moc ducha. Na člověka je zde pohlíženo jako na bytost, která je odpovědná vůči svému okolí, která by měla brát vážně určité morální hodnoty. „*V logoterapii má osobní, subjektivní velkou váhu, ale v hlubším porozumění sebepoznání než v dalších humanistických terapiích Nedává tak velký prostor hédonismu, protože zdůrazňuje svědomí a odpovědnost*“.¹³⁴ Stejně tak i Bůh nás volá k odpovědnosti vůči Němu a vůči bližním. Učinil nás správci a toto správcovství nezahrnuje jen to, jak nakládáme sami se sebou, s našimi hřívnami, ale zároveň i to, jak pečujeme o druhé, o přírodu aj. „*Vý jste byli povoláni ke svobodě, bratři. Jen nemějte svobodu za příležitost k prosazování sebe, ale služte v lásce jedni druhým.*“¹³⁵

Jedinečnost a hodnota člověka není v logoterapii prázdný pojem. Franklova antropologie je realističtější než ta, kterou můžeme nalézt v humanistických směrech. Stav padlé vůle člověka, o které čteme v Písmu, je přesto pesimističtější. „*Nepoznávám se ve svých skutcích; vždyť nedělám to, co chci, nýbrž to, co nenávidím.*“¹³⁶ Do těchto stesků však svítí křesťanská naděje: „*Milostí tedy jste spaseni skze víru. Spasení není z vás, je to Boží dar; není z vašich skutků, takže se nikdo nemůže chlubit.*“¹³⁷ Nicméně zde se ocitáme na půdě, která je nad oblastí logoterapie.

Ve víře se stáváme především bytostmi hledajícími, naslouchajícími, pochybujícími, které jsou z Boží milosti proměňovány. Učíme se nepokládat sebe sama jako poslední autoritu svého rozhodnutí, neboť Hospodin v nás působí chtění i činění. To, že se jedná o celoživotní proces během kterého mnohdy tápeme, ztrácíme se a jsme znovu nalézáni, by nás mělo vést k pokoře a k vykročení vůči druhému a ne k sebejistému hlásání vlastní pravdy.

¹³³ Iz 44,9-10

¹³⁴ RAUS, skripta Pastorační směry I.

¹³⁵ Ga 5,13

¹³⁶ Ř 7, 15

¹³⁷ Ef 2, 8 - 9

- *vůle ke smyslu*

Antonio de Saint Exupéry řekl: „*Nemáš v co doufat, jestliže jsi slepý k onomu světlu, které není ve věcech, ale v jejich smyslu.*“ Ačkoli Frankl tvrdí, že na otázku po smyslu života existuje odpověď bez ohledu na teistický či ateistický názor, mluví-li o smyslu života nebo o hodnotách, nepřestává zdůrazňovat nutnost sebetranscendence člověka.¹³⁸

Hedají-li vyšší smysl věřící lidé, nemusíme slepě tápat, protože Bůh nemíží kdesi v transcendentnu. *Bůh je Bohem kondescendence, jehož podobenstvím je příběh Ježíše Krista z Nazaretu.*¹³⁹ Toto vědomí se jim pak stává ústředím smyslem života. Lidé, kteří nepřišli s vírou do užšího kontaktu, si mohou v rámci logoterapie možná poprvé položit otázky, které je k Bohu přiblíží. Víra v Boha nás nicméně nevyvazuje z nutnosti hledat smysl v každodenních situacích.

Lukasová tvrdí, že logoterapie má v odborných kruzích špatnou pozici jen proto, že se odvažuje přisuzovat člověku duchovní dimenzi, v níž může jednat proti svým vlastním pudovým impulsům, rozkoši či nechuti, když to považuje za správné a důležité.

*„Vůle ke smyslu“ dominuje nad „vůli k libosti“ a také nad „vůli k moci“, neboť člověk je v první řadě na smysl orientovaná bytost, která není vydána na pospas komplexům ležícím na dně duše a nemusí slepě poslouchat zvířecí archaické rozkazy svého nitra, ale je schopna nést odpovědnost vzhledem k sobě a svému okolí.*¹⁴⁰

Zároveň však jako křesťané denně poznáváme: *„Ve své nejvnitřnější bytosti s radostí souhlasím se zákonem Božím; když však mám jednat, pozoruji, že jiný zákon vede boj proti zákonu, kterému se podřizuje má mysl, a činí mě zajatcem zákona hříchu, kterému se podřizují mé údy“*¹⁴¹.

Frankl mluví o tom, že člověk nemůže smysl svého života vytvořit, protože on není tím kdo se ptá, nýbrž život se ptá člověka. Smysl je daností.

¹³⁸ Zde je nutné znovu připomenout, že Franklův postoj ke křesťanství podporuje univerzalistický pohled. Logoterapie tedy není obhajobou existence křesťanského Boha. Také je však důležité zmínit, jak již zaznělo výše, že Frankl rozlišuje mezi cíly, které si klade psychoterapie a cíly, o které usiluje náboženství.

¹³⁹ Srovnej: PÖHLMANN, Kompendium, 270

¹⁴⁰ LUKASOVÁ, I tvoje, 144

¹⁴¹ Ř 7, 22-23

*"Člověk má zvláštní schopnost vnímat a nebo nacházet smysl nejen v tom, co je, nýbrž i v tom, co být může."*¹⁴²

Několik důvodů, pro které je náboženství velmi silný zdroj smyslu života:

- *víra v nesmrtelnost, existenci nebo konečný smysl života poskytuje efektivní protilék na úzkost ze smrti*
- *náboženství podporuje i nasměrování života a smrti do určité perspektivy*
- *náboženství umožňuje lidem získat hlubší vhled do každodenních zážitků*
- *náboženství poskytuje útěchu a smysl v utrpení.*¹⁴³

Víra však neznamená pragmatický postoj: „Věřím, protože to funguje a něco z toho něco mám.“¹⁴⁴Karel Balcar rozlišuje mezi vírou "existenciální" a "funkcionální".

*Existenciální víra je vírou vyplývající z rozpoznání a přijetí určitého "stavu věcí" ve světě a v životě jako pravdivých; člověk věří, protože...toto je pro něj pravdou, na kterou vsází svůj život. Proti tomu funkcionální víra je vírou, stojící ve službách jiné "věci" v životě; člověk věří, aby...si uchoval naději, dosáhl úspěchu, obnovil jistotu, vysloužil odměnu a podobně.*¹⁴⁵

Pokud by víra v našich životech měla složku pouze funkcionální, pak bychom minuli cíl.

„Co je smyslem v křesťanském životě?“*"Miluj Hospodina, Boha svého, celým svým srdcem, celou svou duší a celou svou myslí. To je největší a první přikázání. Druhé je mu podobné: "Miluj svého bližního jako sám sebe. Na těch dvou přikázání spočívá celý Zákon i Proroci."*¹⁴⁶

¹⁴² FRANKL, Vůle, 25

¹⁴³ HALAMA, Křesťanstvo, 79

¹⁴⁴ Je pravděpodobné, že na počátku naší víry jsou motivy, které nejsou úplně čisté. Postupem času by se naše víra měla stát vyzrálější.

¹⁴⁵ BALCAR, K., Společnost pro logoterapii a existenciální analýzu [online][cit. 2007-02-04]. URL: www.volny.cz/slea/nabidka.html

¹⁴⁶ Mt 22,37-40

- *smysl utrpení*

Frankl pohlíží na utrpení jako na něco, co dává příležitost pro nejhlubší lidský růst. Náš pohled obrací od sebe sama nad sebe. Frankl odmítá myšlenku, že by utrpení mohlo smysl zničit. Naopak vzdorná síla ducha odnímá utrpení osten nesmyslnosti.¹⁴⁷

Písmo nám také odkrývá hlubší rozměr utrpení.

*"A proto neklesáme na mysli; i když navenek hyneme, vnitřně se den ze dne obnovujeme. Toto krátké a lehké soužení působí přenesmírnou váhu věčné slávy nám, kteří nehledíme k viditelnému, nýbrž k neviditelnému."*¹⁴⁸

*"A nejen to: chlubíme se i utrpením, vždyť víme, že z utrpení roste vytrvalost, z vytrvalosti osvědčenost a z osvědčenosti naděje".*¹⁴⁹

*"Mějte z toho jen radost, moji bratři, když na vás přicházejí rozličné zkoušky, Vždyť víte, že osvědčí-li se v nich vaše víra, povede to k vytrvalosti".*¹⁵⁰ Dále např. 1P 2,20-21; 1P 4,12 aj.

*"Posilněte proto své zemdlené ruce i klesající kolena a, vykročte jistým krokem, aby to, co je chromé, docela nezchromlo, ale naopak se uzdravilo".*¹⁵¹

Tyto výroky samozřejmě neznamenaají, že bychom měli utrpení cíleně vyhledávat a masochisticky se v něm týrat. Dolehne-li však na naše bedra, pak máme svobodu k němu zaujmout postoj, který umožní náš duchovní růst.

V této práci jsem také několikrát zmínila pojem sebepoznání, které rozpracovává existenciální analýza. Myslím, že dnešní doba toto slovo vykládá různě, každopádně lze říci, že je v kurzu. Lidé se rádi účastní zážitkových a sebezkušnostních akcí a výcviků. Některé se opírají o určité psychologické principy a jsou poměrně slučitelné se západním myšlením. Jiné často inzerované v duchu „výprava do vlastního nitra“, „meditací k sobě samotnému“ aj. vycházejí spíše z východní filozofie. O meditativním a

¹⁴⁷ Srovnej.:RABAN, Duchovní, 218

¹⁴⁸ 2K 4,16-18

¹⁴⁹ Ř 5,3

¹⁵⁰ 1Jk 1,2-3.

¹⁵¹ Ž 12,12

kontemplativním životě nejen „svatých“ mužů a žen křesťanského vyznání není nutné ani psát. Mým záměrem není kritizovat ten či onen přístup ani se pouštět do mezináboženského dialogu. Na tomto místě bych však chtěla poukázat na určitá úskalí na cestě k sebepoznání.

Šrí Rámakrišna říká: *“Zamysli se dobře a uvidíš, že neexistuje nic, čemu bys mohl říkat já. Když loupeš cibuli, objeví se vždycky další slupka, ale nikdy se nedostaneš k jádru. Stejně tak když analyzuješ ego, tak úplně zmizí.”*¹⁵² Touha po uskutečnění nejvyšší věčnosti či neosobního božství, které je v pozadí těchto úvah, je v mnohém vzdálená Franklovu a ostatně i křesťanském pohledu. Zamyslíme-li se však nad tímto textem, myslím, že mimo jiné také vypovídá o tom, jak složitá a ne plně uchopitelná je osoba člověka. Naznačuje se zde také to, že zaměříme-li veškeré své úsilí na poznání sebe sama, zbydou nám nakonec jen prázdné ruce. Pokud se sebepoznání stane pouze monologickou cestou, pak jsme se ocitli ve slepé uličce. Točíme se kolem svého já, a zapomínáme na okolní svět. Tato obava byla i důvodem Franklova vymezení se vůči Längleho přiklonění se k subjektu.

Moudrost obsažená v židovských spisech odráží dialog (žel i zde platí, že místy také monologičnost či dialog s modlou) s Bohem a tím nutně i s druhým člověkem. Bez vztahu k druhému není možné sebepoznání.

Věřím, že řada lidí vede kontemplativní život, ve kterém se snaží naslouchat sobě i Bohu. Domnívám se, že právě toto naslouchání nás samotné nutí opakovaně si pokládat otázku, kdo jsem či kde jsem? Poté, co člověk zhřešil, se takto ptá Hospodin Adama: „Kde jsi?“ Chce, aby se zamyslel nad tím, kde stojí před Boží tváří. „*Adam se k němu staví, poznává ono zapletení a vyznává: „Skryl jsem se,“ a tím počíná cesta člověka. Rozhodné uvědomění si vlastní situace je začátkem cesty v lidském životě, vždy znova činěným počátkem lidské cesty.*“¹⁵³ Martin Buber říká, že člověk přichází k sobě samému přes druhého. Pokud se soustředím jen na sebe sama a usiluji o sebezdokonalení, pak v mnohém zůstávám zaslepen. Teprve, když se rozhlédnu kolem sebe a uvědomím si svou spoluzodpovědnost za druhého, nacházím se.

Vzhledem k tomu, že mezi lidské vlastnosti patří i tendence srovnávat se druhými a napodobovat je, může dojít k tomu, že člověk svůj život žije zástupně a mnohdy až na konci svého života může zjistit, že jeho osobní úkol spočíval v něčem jiném. Logoterapeuti a existenciální analytici vytvářejí prostor pro hledání své vlastní přirozenosti a tím pomáhají člověku odkrýt jedinečný

¹⁵²Šrí Rámakrišna. In: TOURNIER, Osoba, 56

¹⁵³ BUBER, Cesta, 14

úkol jeho jedinečného života. Krásně to ilustruje Buber prostřednictvím židovského mudrosloví:

„Mudrc rabi Bunam řekl jednou ve stáří, když už byl slepý: „Nechtěl bych měnit s otcem Abrahamem. Co by měl Bůh z toho, kdyby praotec Abraham byl jako slepý Bunam a slepý Bunam jako Abraham? A ještě důrazněji vyslovit totéž rabi Zusja krátce před smrtí: „V příštím světě se mě nebudou ptát: Proč jsi nebyl Mojžíšem? Zeptají se mě „Proč jsi nebyl Zusjou?““¹⁵⁴

Ve víře jsme voláni k tomu, abychom svým životem napodobovat Krista. Bůh nás stvořil k obrazu svému, nicméně každého s odlišným vzhledem, povahou, obdarováním a tedy i jiným posláním.

Toto hledání sebe sama má však z křesťanského hlediska i svá úskalí. Uvědomělý člověk se z pohledu existencionalistů, rozhoduje čelit tomuto světu položením si otázky „Proč?“. Kulisy se zhroutí (Camusův obrat) a on se probouzí do skutečného života, kde má možnost volby, což mu umožňuje rozhodnout se pro opravdový život a utváření vlastního já. Nicméně nesmíme opominout fakt, že autenticita nemůže být měřítkem dobra před Bohem. Jak uvádí Butman: *„Authentic atheism may be psychologically healthy, but it can be spiritually bankrupt.“*¹⁵⁵

Problémem existencialismu je právě subjektivita na které tolik staví. Ve světě, kde není prostor pro objektivní měřítko, nemůžeme určovat co je správné a co je špatné a tím se ocitáme ve spárech solipsismu a relativismu a náboženského pluralismu.

"From a Christian perspective this creates problems, since the existentialists see humanity as its own metric. Without a solid, shared foundation of meaning (e.g., the Scriptures), humans, in this view, are doomed to struggle with the questions of how a life can be lived responsibly and authentically"¹⁵⁶.

V samém počátku práce jsem popsala dvě formy existenciální filosofie. Současná existenciální terapie sice čerpá převážně ze sekulární (ateistické) formy existencialismu, to ale neznamená, že je hluchá k duchovním hodnotám.

¹⁵⁴ BUBER, Cesta, 22

¹⁵⁵ JONES, BUTMAN, Modern, 290

¹⁵⁶BENNER, HILL, Baker, 89

Jelikož v terapii je klíčovým vztah terapeuta a klienta, vnímám jako podstatnou také zralost terapeuta. Zda dokáže naslouchat nejen hlasu Sartrovu, ale také např. Marcelovu či myslitelům, kteří svodobu vnímají jako příležitost k spoluzodpovědnosti za druhé a etického jednání.¹⁵⁷Na závěr ještě jeden pohled na logoterapii.

"Logotherapy is the most systematic of all the existential approaches to counseling and psychotherapy. It offers a clear perspective on the nature of the human being, a useful theory of personality a multidimensional answer to the nature and cause of problems in living, a well-articulated set of procedures and processes to follow in therapy, and a body of clearly defined techniques. Much of Frankl's thinking is compatible with historical Judeo- Christian theology."¹⁵⁸

5.2 Jaká jsou východiska z krize postmoderního člověka

Náročnost, kterou sebou přináší zpracování tohoto nelehkého tématu, jsem pocítila hned v počátcích mé snahy proniknout hlouběji do celé problematiky. Při balancování mezi filozofií, sociologií, psychologií a pastorační jsem si uvědomila, že tato práce může být jen pouhou pozvánkou k zastavení se a k zamyšlení pro ty, kteří se někdy cítí ztraceni, zmateni, vykořenění či bez naděje. Pro ty, kteří se cítí vtahováni povrchností, konformismem, médií a účelovou bombastičností trhu do té míry, že se sami sobě odcizují.

Pro některé zde možná vyvstává otázka, zda každý kdo nějakým způsobem zápasí s existenciální frustrací a postrádá smysl ve svém životě, má navštívit logoterapeuta. Znovu připomínám, že existenciální krize jsou přirozenou součástí lidského života. Nemusí být vnímány nutně jako negativní. Čínský výraz pro krizi je vyjádřen dvěma slovy wei-ji, kdy první z nich znamená příležitost a druhé hrozbu. Vzpomeňme na Frankla, který sám popírá princip homeostáze, jako něco žádoucího. Lidský život je dynamický a pokud před svým bytím neunikáme, nevyhneme se zápasům. Ostatně tyto zápasy umožňují duševní i duchovní růst. Tím, že jsem v této práci dala prostor logoterapii a existenciální analýze, které těmito krizemi pomáhají lidem procházet, netvrdím, že bez nich to nelze. Je na každém člověku, aby posoudil, zda potřebuje v této oblasti průvodce či zda jim jejich víra, vlastní život a myšlenky těch, kteří těmito bitvami prošli, postačí jako zdroj inspirace. Pokud člověka začne upadat do deprese a odcizení sobě samému, pak myslím, že mu

¹⁵⁷Srovnej: SOKOL [on line] (citováno 2009-06-07) URL: <http://literatura.kvalitne.cz/slovník.htm>

¹⁵⁸Tweedie, In: BANNER,HILL,Baker, 697

tyto přístupy mohou nabídnout prostor k utřídění myšlenek, podporu, pomoc v odkrývání odpovědí na otázky, jež jsou jim kladeny a tím i prohloubit vědomí sebe sama a učinit srozumitelnějším a smysluplnějším život v této zmatené době. Domnívám se, že v určitém smyslu může pomoci i v odhalování našich falešných představ o Bohu a umožnit tak jejich nahrazení představami zdravějšími.

Poselství, které s sebou logoterapie přináší, je aktuální zvláště pro dnešní dobu, kdy je s lidmi často zacházeno jako s objekty. Jedinečnost a hodnota člověka je často snižována. Pokud začneme sami sebe vnímat jako bezejmenné mravence v mraveništi, hrozí, že se z našeho života vytratí smysl, autenticita, svoboda, hodnoty... a místo nich se nám do tváře bude šklebit prázdnota, nuda a úzkost.

Některé psychoterapeutické směry vnímají člověka jako hlouček genů, které utváří jeho osobnost. Tím z něj činí bytost determinovanou a ve své podstatě nesvobodnou. V logoterapii a existenciální terapii je tomu jinak.

"The core goals in existential therapy are to enable clients to realize that they are free to make choices about the direction of their lives and to help them make commitments that hopefully will assist them in becoming more authentic in their existence. This is done not through mechanistic techniques, but through the highly personal encounter between therapist and client".¹⁵⁹

Člověk sice není svobodný od svých tělesných a psychických podmínek, má však možnost svobodně volit odpověď na výzvy ve svém životě. Nevznášá se volně ve vzduchoprázdnu, ale pohybuje se uprostřed vazeb, které jsou výchozími body pro jeho svobodu. Od tohoto se následně odvíjí lidská zodpovědnost. Přijmout zodpovědnost za svůj život a za svá rozhodnutí není snadné, ale pro naši existenci (zde by bylo na místě užít slova bytí) blahodárné. Každé ráno čelíme otázce, zda tento den vstoupíme do zajetých kolejí našeho života a s klapkami na očích jím proplujeme, či zda do nového dne vykročíme s ochotou naslouchat sobě, druhým a Bohu.

Touto prací jsem chtěla poukázat na to, že přestože existencialisté nutně neříkají ano Bohu, říkají ano svému lidství. Yalom tvrdí, že existenciální vina, je " *pozitivní konstruktivní silou, průvodcem, který člověka volá zpátky k sobě samému*".¹⁶⁰ Člověk krácející touto cestou může upadnout do zbožštění

¹⁵⁹JONES, BUTMAN, Modern ,288

¹⁶⁰YALOM, Existenciální, . 288

sebe sama, může být ale také svoboden pro vztah, který ho svým charakterem přesahuje.

Tato práce si rozhodně nenárokují absolutizaci řešení, pocíťované krize smyslu člověka, skrze logoterapii a existenciální analýzu. Cílem je povzbudit a inspirovat čtenáře k zápasu s pocíť nesmyslnosti, která na nás dolehájí v důsledku „pobytu“ v postmoderní době. Logoterapie a EA může být určitým průvodcem do nitra sebe sama. Tato cesta je často velmi nejasná, tápeme a občas se ztrácíme, až dojdeme na místo, kde mizí, což neznamená, že končí. L a EA mají své mantinely. Nemohou nahradit naslouchání Bohu a jeho Slovu, které je, slovy Písma:

„...živé, mocné a ostřejší než jakýkoli dvousečný meč; proniká až na rozhraní duše a ducha, kostí a morku, a rozsuzuje touhy i myšlenky srdce. Není tvora, který by se před ním mohl skrýt. Nahé a odhalené je všechno před očima toho, jemuž se budeme ze všeho odpovídat.“¹⁶¹

¹⁶¹Ž 4, 12-13

6. Použité prameny:

1. BIBLE: Písmo svaté Starého a Nového zákona: český ekumenický překlad, Praha, 1991
2. BAGGIO.A.M. Skrytá tvář, Putování konzumní kulturou, Nové město, Praha 1996
3. BAUMAN Z., Úvahy o postmoderní době, Slon, Praha 2006
4. BENNER, D.G. & HILL, P.C., Baker encyclopedia of psychology & counseling, BakerBooks, Michigan 1991
5. BUBER, M. : Já a ty, Verlag Köln, 1969
6. BUBER,M.: Cesta člověka podle chasidského učení, Votobia, Olomouc 1994
7. CAMUS, A., Mor, Státní nakladatelství krásné literatury a umění, Praha 1963
8. DRÁPELA, V.J. : Přehled teorií osobnosti, Portál s r.o., Praha, 1997
9. ELIADE.M.: Posvátné a profání, Česká křesťanská akademie, Praha 1994
10. FRANKL, V.E.: Co v mých knihách není,Cesta Brno.1998
11. FRANKL, V.E.: Lékařská péče o duši, Cesta Brno, 1994
12. FRANKL,V.E.: Vůle ke smyslu, Cesta Brno, 1994
13. FRANKL,V.E: Psychoterapie a náboženství, Cesta, Brno 2006
14. FRANKL,V.E.:Psychoterapie pro laiky, Cesta, Brno, 1998
15. FROMM, E.: Umění být, Naše vojsko, Praha 1994
16. FROMM,E.: Mít nebo být?, Naše vojsko, Praha 1994
17. HALAMA, P.: Křesťanstvo & psychologie , Spolek svätého Vojtěcha, Tmava, 2003
18. HALÍK, T.: Vyzván a nevyzván, Evropské přednášky k filozofii a sociologii dějin křesťanství, Lidové noviny, Praha
19. HELLER, J.: Nástin religionistiky, Kalich, Praha 1, 1988
20. GRENZ,,S.J. Úvod do postmodernismu, Návrat domu, Praha 1997
21. JANKE, W.: Filozofie existence, Mladá fronta, Praha,1982
22. JONES,S.L.,BUTMAN,R.:Modern psychotherapies,InterVarsity Press,DownersGrove, Illinois,1991
23. KRATOCHVÍL, S.: Základy psychoterapie, Portál s r.o., Praha, 1998
24. KŘIVOHLAVÝ. J.: Mít pro co žít, Návrat domů, Praha 5
25. LÄNGLE, S.;SULZ, M.: Žít svůj vlastní život, Portál, Praha 2007
26. LANDABOURE a spol., Das existentielle Vakuum als pathologischer Faktor in den wichtigstenpsychischen Erkrankungen unserer Zeit, Existenzanalyse 1,Wien,06/2001

27. LÄNGLE, A.: Smysluplně žít, Cesta Brno,2002
28. LUKASOVÁ, E., I tvoje utrpení má smysl, Cesta Brno, 1998
29. LYOTARD,J.F., O postmodernismu, Filosofický ústav AV ČR, Praha 1993
30. NARRAMORE, C. M., Encyklopedia of psychological problems, Zondervan, Michigan, 1966
31. NOVÁK, D., Rozhovory s Nietzschem, Návrat domů 2004,
32. OLŠOVSKÝ,J., Slovník filozofických pojmů současnosti, Academia, Praha 2005
33. POLÁKOVÁ J.:Smysl dialogu, Vyšehrad 2008
34. PÖHLMANN, H.G., Kompendium evangelické dogmatiky, Nakladatelství Mlýn, Jihlava 2002
35. PROCHASKA.,J.O., NOCROSS, J.C.,, Psychoterapeutické systémy,Grada Publishing, spol. s r.o.,1999
36. RABAN, M., Duchovní smysl člověka dnes, Vyšehrad, Praha 2008
37. ROBINSON,D.: Nietzsche a postmodernismus, Triton, Praha 2000
38. SIM, S.: Lyotard a nelidské, Triton, Praha 2003
39. SIRE, J.W.: The Universe next door, InterVarsity Press, Illinois, third edition, 1997
40. SOKOL, J. Filozofická antropologie- (Člověk jako osoba), Portál, Praha 2002
41. STANLEY J. G.: Úvod do postmodernismu, Návrat domů, Praha 5
42. TAVEL, P.: Zmysel života podľa V.E. Frankla, Iris, Bratislava 2004
43. TAYLOR, CH. Etika autenticity. Filosofický ústav ČR. Praha 2001
44. TILLICH, P. Odvaha být, 2004
45. TOURNIER, P. Osoba a osobnost, Návrat domů, Praha 1998
46. VYMĚTAL, J., BALCAR, a kol., Speciální psychoterapie (úzkost a strach), Psychoanalytické nakl.,Praha 2000
47. YALOM, Existenciální psychoterapie, Portál, s.r.o., Praha 2006
48. YALOM, I. Chvála psychoterapie, Portál, s r.o. Praha 2003
49. ZEIG, J.K. Umění psychoterapie, Portál s.r.o., Praha 2005

Internetové odkazy:

1. ABC slovník: <http://www.slovník-cizich-slov.abz.cz/>
2. BALCAR, K., Společnost pro logoterapii a existenciální analýzu [cit. 2007-02-04]. [online]. URL: <http://www.volny.cz/slea/nabídka.html>
3. BALCAR, K., Společnost pro logoterapii a existenciální analýzu [cit. 2007-02-04]. [online]. URL: <http://www.volny.cz/slea/výcvik>
4. BALCAR, K., Společnost pro logoterapii a existenciální analýzu [cit. 2007-02-04]. [online]. URL: <http://www.volny.cz/slea/Archiv/ovd>.
5. Greek-English-Dictionary [on line] (citováno 2009-05-20)
URL: <http://www.babylon.com/define/105/Greek-English-Dictionary.html>
6. KANT, I., Základy metafyziky mravů, Praha 1990, 84 [online].
URL http://cs.wikipedia.org/wiki/Kant%C5%AFv_
7. MARITIME INSTITUTE OF LOGOTHERAPY. [on line]. Life with Meaning: Guide to the Fundamental principles of Victor E. Frankl's Logotherapy, c.2009. (cit 2009-06-06).
URL: http://maritimelogotherapy.org/yahoo_site_admin/assets/docs/
8. MOŽNÝ, I. Sociologie rodiny (2002) [online]. URL: <http://www.e-polis.cz/sociologie/106-rodina-manzelstvi-a-kohabitace.html>
9. MOŽNÝ, I. Rodina a společnost [on line]
URL: http://www.is.muni.cz/th/114079/FAS_b/bakalarka_finalni.doc
10. NOVÁK, D. Přednášky o modernismu a postmodernismu. (citováno 2009-05-20). [online] URL: <http://www.cb.cz/novak/?q=node/32>
11. SOKOL [on line] (citováno 2009-06-07)
URL: <http://literatura.kvalitne.cz/slovník.htm>
12. WAGENKNECHT, Teoretická vodítka pro existenciálně-analytickou diagnostiku; [online] (citováno 2007-04-03).
URL: www.volny.cz/slea/Archiv/ovd
13. WIKIPEDIA Encyklopedie wikipedia [on line] (citováno 2009-05-20)
URL: www.wikipedia.org/wiki

7. Příloha

Logo-test (Elizabeth Lukasové)

- I. Přečtete si následující tvrzení. Jsou-li mezi nimi taková, s nimiž se osobně shodujete tak, že by mohly být výroky Vaše, napište k im prosím „Ano“. Jsou-li mezi nimi některá, která obsahují pplný protiklad Vašeho osobního mínění, napište knim prosím „Ne“. Rámeček můžete nechat také prázdný, zdá-li se Vám rozhodnutí těžké.
1. Mám-li být upřímný, je mi nejmilejší pohodlný, klidný život bez velkých potíží s dostatečným finančním příjmem.
2. Mám jisté představy, jaký bych měl být a s čím bych měl úspěch, a pokouším se všemi silami tyto představy uskutečnit.
3. Cítím se dobře pouze v bezpečí domova, v kruhu rodiny a rád bych přispěl k tomu, abych vytvořil takové prostředí také dětem.
4. Ve své práci v povolání, teré toho času vykonává neb pro které se teprve vzdělávám, nacházím celé své naplnění.
5. Mám vůči jednomu nebo více jiným lidem závazky a vztahy, jimiž dostát mi přináší radost.
6. Existuej obor, který mě zvlášt' zajímá, v němž bych se mohl něco přiučit, a jímž se zabývám kdykoli mám čas.
7. Mám radost ze zážitků jistého druhu (požitek z umění, z pozorování přírody) a nerad bych je potrádal.
8. Pevně věřím v náboženské nebo politické úkoly (nebo v úkoly ve službě pokroku) a jsem jim k dispozici.
9. Můj život je zastíněn nouzí, starostmi nebo nemocí, ale přesto se vlmi snažím tuto situaci zlepšit.

II. Zaškrtněte prosím křížkem jak často jste už měl následující zážitky, a snažte

se být poctivý.

1. Pocit bezmocného hněvu, protože jste se domníval, že všechno, co bylo dosud,

dělal jste zbytečně.

velmi často tu a tam nikdy

2. Přání být ještě jednou dítětem a moci všechno začít znovu od začátku.

velmi často tu a tam nikdy

3. Zjištění, že se pokoušíte dělat před sebou nebo před jinými osobami svůj život

hodnotnějším, ně skutečně je.

velmi často tu a tam nikdy

4. Odpor zatěžovat se hlubokými nebo nepohodlnými myšlenkami o své konání

a působení.

velmi často tu a tam nikdy

5. Naději, že budete moci z nějakého nezdařeného záměru nebo z nějakého neštěstí udělat pozitivní událost, když pro to nasadíte všechny své síly.

velmi často tu a tam nikdy

6. Impuls neklidu, který se Vám kproti Vašemu lepšímu názoru vnucuje a vyvolává mučivou netečnost ke všemu, co se Vám nabízí.

velmi často tu a tam nikdy

7. Myšlenku, že tváří v tvář smrti budete muset říci, že nestálo za to žít.

velmi často tu a tam nikdy

III.

1. Uvedu Vám tři případy:

a) Nějaký muž (nějaká žena) má ve svém životě mnoho úspěchů. To, co by vlastně vždycky chtěl(a), nemohl(a) sice uskutečnit, zato si však během doby vytvořil(a) pěkné postavení a může se dívat do budoucnosti bez velkých starostí.

b) Nějaký muž (nějaká žena) se zakousl(a) do nějakého úkolu, který si stanovil(a) jako cíl. Vzdor stálým neúspěchům je tomu stále věrný(á). Musel(a) se kvůli tomu mnohého vzdát a nakonec z toho měl(a) vlastně málo užítku.

c) Nějaký muž (nějaká žena) uzavřel(a) kompromis mezi svými sklony a naléhavými životními okolnostmi. Plní své povinnosti, i když ne zvláště rád(a), občas se však, jde-li to, věnuje svým privátním ambicím.

2. Ptám se Vás k těmto třem případům: Který(á) muž (žena) je nejšťastnější.

Který(á) muž (žena) nejvíc trpí?

3. Vyličte prosím několika větami svůj vlastní „případ“ tak, že postavíte proti sobě, co jste dosud chtěl, oč jste se snažil a čeho jste z toho dosáhl a jak se k tomu stavíte.

Jen pro vyhodnocovatele

Odd. I.....celkem bodů:

Odd. II.....celkem bodů mimo bod 5):
bod 5):

Odd. III.....nejšťastnější:

nejvíce trpí:

VS - NS

. . .

postoj:

Celkem:

Věk:

Výsledek:

osoba se umísťuje v Q4, D9, D10, Q1, ve středu

Měrná tabulka	- 29	30-39	40-59	60-
Q4	18-	17-	14-	15-
D9	19-	18-	15-	16-
D10	22-	22-	19-	19-

Q1	-10	-10	-7	-9

Q1 = kategorie 25% osob s nejvyšším naplněním smyslu

Q4= kategorie 25% osob s nejnižším naplněním smyslu

D10= kategorie 10% osob s nejnižším naplněním smyslu

D9= kategorie dalších 10% osob s nízkým naplněním smyslu

Manuál k LOGO-testu

Výpočet:

Oddíl I.:

ano = 0

ne = 2

standard:

patol: $x = 6,3/s = 3,5$

Oddíl II.:

všechny body kormě č. 5)

nikdy = 0

tu a tam = 1

velmi často = 2

standard:

body č. 1) – 5) r

normální: $x = 3,3/s = 1,6$

patol.: $x = 4/s = 1,9$

pro bod 5. platí

nikdy = 2

tu a tam = 1

velmi často = 0

body č. 6) a 7)

normální: $x = 1,2/s = 1,5$

patol.: $x = 1,9/s = 1,6$

(dělení kvůli dvojdímenzionalitě!)

Oddíl III.:

nejšťastnější:

a) = 0

b) = 2

c) = 1

standard:

normální $x = 1,3/s = 1,3$

patol.: $x = 1,5/s = 1,3$

trpí:

a) = 2

b) = 0

c) = 1

VS - NS

. . . .

1 2 3 4

standard

normální: $x = 1,3/s = 1,2$

patol.: $x = 2,1/s = 1,4$

Z textu vzaté sebehodnocení osoby v „kontinuu smyslu“:

VS = nejvyšší naplnění smyslu

NS = nejnižší naplnění smyslu

(nezaměňovat s úspěchem!)

x = průměr skóre oddílu

s = směrodatná odchylka skóre

Pozitivní (=smysluplný) postoj k a) vlastnímu utrpení, b) vlastnímu úspěchu
(= cizímu utrpení):

a) a b) = 0
a) nebo b) = 1
ani a)
ani b) = 2

standard:
normální: $x = 1,7/s = 0,5$
patol.: $c = 1,6/s = 0,5$

Celkem

normální: $x = 13,76/s = 4,99$
patol.: $x = 17,40/s = 7,38$

rozdíl mezi x a mezi s
významný na 1% N

Rozdělení četností celkového skóru
se blíží normální křivce.