

Univerzita Pardubice
Fakulta Filosofická

Terapeutické přístupy k fenoménu psychospirituální krize
Bc. Zuzana Macháčková

Diplomová Práce
2008

PODKLAD PRO ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

PŘEDKLÁDÁ:	ADRESA:	OSOBNÍ ČÍSLO:
MACHÁČKOVÁ Zuzana, Bc.	Smetanovo nábřeží 513/27; Vyškov - Vyškov-Předměstí	H05422

NÁZEV TÉMATU ČESKY:

Terapeutické přístupy k fenoménu "psychospirituální krize"

NÁZEV TÉMATU ANGLICKY:

Therapeutic approaches to the phenomenon of "spiritual emergency"

VEDOUcí PRÁCE:

Mgr. Vít Machálek, Ph.D.

ZÁSADY PRO VYPRACOVÁNÍ:

Studentka se nejprve bude zabývat tématem "mystické zkušenosti". Nastíní několik příkladů z křesťanské literatury (Jan od Kříže...) a také z literatury indické (Gópi Krišna...). Pokusí se též o určité srovnání.

V druhé části se zaměří na teoretické zmapování tématu z hlediska obsahového (vymezení pojmu "psychospirituální krize") a historického (neuznání této kategorie tradiční oficiální psychiatrií, vytvoření nové diagnostické kategorie "náboženský nebo duchovní problém"...). Zaměří se na zmapování přístupu oficiální psychiatrie a psychologie k tématu.

Ve třetí části nastíní a srovná alternativní přístupy představitelů různých psychoterapeutických škol (C.G. Jung, Abraham Maslow, Stanislav Grof...) a dalších významných badatelů zabývajících se danou problematikou (J.W. Perry, David Lukoff, Kenneth Ring...)

V závěrečné části budou shrnuta možná východiska přístupů k "psychospirituální krizi". Studentka se v ní také pokusí o zhodnocení terapeutického přínosu a o načrtnutí typologie.

Práce bude vycházet jak z literatury a publikovaných pramenů (zejména první tři části) tak z vlastního terénního výzkumu. Půjde o rozhovory se zainteresovanými osobami, především z centra Diabasis, vedeného Michalem Vančurou.

SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY:

Z literatury bude moci vycházet mj. z následujících dobře dostupných titulů v češtině:

Benda, Jan: Mystika a schizofrenie (rigorózní práce). FF UK, Praha 2001

Grofová, Christina; Grof, Stanislav et al: Krize duchovního vývoje, Chvojko nakladatelství, Praha 1999

Grof, Stanislav: Dobrodružství sebeobjevování. Perla, Praha 1992

Jung, Carl Gustav: Základní otázky analytické psychologie a psychoterapie v praxi. Výbor z díla - svazek I. Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 1996

Sudbrack, Josef: Náboženská zkušenost a lidská duše. Karmelitánské nakladatelství, Kostelní vydří 2003

Czech, Jan: Psychoterapie a víra. Jupos, Ostrava 2003

Král, Miroslav: Moje cesta k pravdě. Fontána, Olomouc 2005

Podle možnosti použije i hůře dostupných prací v angličtině, jako například:

Maslow, Abraham H: Religions, values and peak-experiences. Viking press, New York 1973

Bragdon, Emma: The call of spiritual emergency. Harper and Rowe, Aptos 1990

Perry, John Weir: Trials of visionary mind. State University of New York press, Albany 1999

PODPIS STUDENTA: _____

DATUM: _____

PODPIS VEDOUcíHO PRÁCE: _____

DATUM: _____

Souhrn

Svou práci jsem nazvala „terapeutické přístupy k fenoménu psychospirituální krize, a jejím záměrem je pochopení duchovní krize z hlediska psychologie náboženství.

V první části práce, jejíž název zní „Obrazy duchovní krize jako součást duchovní cesty“, předkládám koncepty krize čtyř osobností z oblasti náboženství. Pokouším se na těchto příkladech demonstrovat různé podoby krize, její obměny a roli v duchovním vývoji. V druhé části, nazvané „Psychologie ve vztahu k náboženství a náboženské zkušenosti“ se zaměřím na vývoj tohoto vztahu a představím jednotlivé postoje k problematice. Zároveň představím některé přístupy k fenoménu „mystiky“ a „mystické zkušenosti“ z hlediska psychologie náboženství. Třetí část práce je věnována tradičním postojům, především Sigmundu Freudovi. Ve čtvrté části se zaměříme na alternativní přístupy k problematice. Nejprve představím koncepty Carla Gustava Junga a Johna W. Perryho. Poté představíme transpersonální psychologie, Stanislava Grofa, Davida Lukoffa a Bonnie Greenwellovou. Zaměřím se také na práci terapeutického centra Diabasis v Praze.

Pátá část bude věnována závěrům. Chtěla bych se v ní zaměřit především na zhodnocení jednotlivých přístupů a jejich typologii.

Klíčová slova

duchovní krize; psychologie náboženství; mimořádné stavy vědomí; typologie

Title

Therapeutic Approaches to the Phenomenon of “Spiritual Crisis”

Abstract

My thesis, called *Therapeutic Approaches to the Phenomenon of “Spiritual Crisis”*, aims at understanding spiritual crisis from the viewpoint of psychology of religion.

In the first part, called *Images of spiritual crisis as a part of religious path*, four religious personalities and the concepts of their crisis are shown. Based on those examples I have tried to show different forms of the crisis and its alterations and roles in spiritual development. The second part, called *Psychology in relation to religion and religious experience*, I have focused at this relationship’s development. I have also introduced individual attitudes towards this problematic. At the same time, I have presented standpoints towards the phenomenon of mysticism and mystical experience based on the view of the psychology of religion. The third part deals with traditional attitudes, especially of Sigmund Freud. Then, the fourth part is aimed at alternative approaches to this problematic. Firstly, I have introduced the concepts of Carl Gustav Jung and John W. Perry. Consequently, I have also presented the representatives of transpersonal psychology, Stanislav Grof, David Lukoff and Bonnie Greenwell. The last chapter is aimed at the therapeutic centre Diabasis in Prague.

The fifth part is devoted to conclusions. It is aimed at evaluation of individual approaches and their typology.

Keywords

spiritual crisis; psychology of religion; extraordinary state of mind; typology

Poděkování

Zvláštní poděkování patří: Michaelu Vančurovi, jehož ochota mi umožnila blíže pochopit praktickou stránku problematiky.

V neposlední řadě bych také ráda poděkovala svému vedoucímu práce Vítu Machálkovi,

Dr.

Obsah

	Obsah	6
	Úvod	8
1	Obrazy krize jako součást duchovní cesty	10
1.1	Úvod	10
1.2	Terezie z Avily	10
1.3	Jan od Kříže	14
1.4	Jack Kornfield	18
1.5	Buddha	22
2	Psychologie ve vztahu k náboženství	25
2.1	Historie střetávání	25
2.2	Fenomén mystické zkušenosti na poli psychologie	27
2.2.1	William James	27
2.2.2	Evelyn Underhillová	28
2.2.3	W.T. Sttace	29
2.2.4	Abraham Maslow	30
3	Přístup tradiční psychologie a psychiatrie	32
3.1	Úvod	32
3.2	Sigmund Freud	33
4	Alternativní přístupy	37
4.1	Průkopníci	37
4.1.1	Carl Gustav Jung	37
4.1.1.1	Kolektivní něvedomí	39
4.1.1.2	Bytostné Já a individuace	42
4.1.2	John Weir Perry	44
4.2	Přístupy transpersonální psychologie	48
4.2.1	Úvod	48
4.2.2	Stanislav Grof	50
4.2.2.1	Úvod	50
4.2.2.2	Model psýché	51
4.2.2.3	Holotropní vědomí a holotropní dýchání	56
4.2.2.4	Psychospirituální krize	57
4.2.2.4.1	Šamanská krize	59
4.2.2.4.2	Probuzení kundalíní	60
4.2.2.4.3	Epizody sjednocujícího vědomí	62
4.2.2.4.4	Psychologická obnova přes návrat k centru	62
4.2.2.4.5	Krize otevření jasnovideckých schopností	63
4.2.2.4.6	Zážitky z minulých životů	64
4.2.2.4.7	Komunikace s duchovními „průvodci“ a „channeling“	64
4.2.2.4.8	Zážitky blízké smrti	65
4.2.2.4.9	Blízká setkání s UFO a zážitky únosu mimozemšťany	66
4.2.2.4.10	Stavy posedlosti	67
4.2.2.4.11	Alkoholismus a drogová závislost	67
4.2.3	David Lukoff	68
4.2.3.1	„Náboženský a duchovní problém“	69
4.2.3.2	Typologie	71

4.2.3.3 Diagnostický model	72
4.2.3.4 Terapeutický model	73
4.2.4 Bonnie Greenwellová	76
4.2.4.1 Energie kundaliní	76
4.2.4.2 Průběh a příznaky procesu	77
4.2.4.3 Terapeutický model	80
4.2.5 Terénní výzkum	82
4.2.5.1 Michael Vančura	82
4.2.5.2 Rozhovory	84
4.2.5.2.1 Pan P.	84
4.2.5.2.2 Pan O.	87
4.2.5.2.3 Závěr	89
5 Závěry	90
5.1 Psychologizace duchovní zkušenosti	90
5.2 Redukce na univerzální zkušenost	91
5.3 Typologie přístupů k psychospirituální krizi	92
5.4 Náboženství vs. Transpersonální psychologie	93
5.4.1 Role změněného stavu vědomí	94
5.4.2 Mimořádná krize v rámci duchovní cesty	94
5.4.3 Společné charakteristiky	95
Závěr	96
Souhrn literatury	98

ÚVOD

Svou práci jsem nazvala „terapeutické přístupy k fenoménu psychospirituální krize“, a jejím záměrem je pochopení duchovní krize na poli psychologie náboženství. Psychospirituální krizi rozumím dramatickou životní epizodu, jež může mít zásadní význam pro duchovní vývoj člověka. Budu se pohybovat na hranicích religionistiky a psychologie náboženství, popřípadě náboženství jako takového. Mým centrálním tématem je tedy mimořádná krize, jež může být chápána jako součást duchovního zrání. Tento postoj je zastoupen především transpersonální psychologií, a staví se proti názoru, že jde o psychickou poruchu, k čemuž se klaní například Freudova psychoanalýza či behaviorismus. Pokusím se prozkoumat jednotlivá pojetí, a postavit je vedle sebe. Zároveň představím pohled náboženský, jež zkonfrontuji s alternativními závěry psychologie. Vzhledem k tomu, že se budu setkávat s psychologickým pojetím v otázkách náboženství, je důležité předem ujasnit problém terminologie. Psychologie, jakožto věda o duši, často rozlišuje mezi náboženstvím, jež má výrazně sociální nádech, a spiritualitou, pod kterou zahrnuje osobní zkušenost. Abych předešla nesrovnalostem v této oblasti, budu pro tyto jevy používat výrazy jako duchovní zkušenost, popřípadě duchovní cesta, jež mohou být spojeny jak s institucionalizovaným náboženstvím, tak s ryze osobní zkušeností. Dále je potřeba zdůraznit, že problematika psychospirituální krize je úzce spjata s přístupem k duchovní zkušenosti a náboženství, proto se budu zaměřovat na celkové pojetí tématu v rámci jednotlivých psychologických směrů.

V první části práce, jejíž název zní „Obrazy duchovní krize jako součást duchovní cesty“, předkládám koncepty krize čtyř osobností z oblasti náboženství. Pokouším se na těchto příkladech demonstrovat různé podoby krize, její obměny a roli v duchovním vývoji. Zvolila jsem záměrně osobnosti, které se neliší pouze kulturním zázemím, dobou či náboženským směřováním, ale též představují jedinečné obrazy této krize. Některé jejich aspekty jsou či mohou být paralelami k prožitkům, se kterými se setkáváme dnes, v souvislosti s alternativními psychologickými přístupy.

V druhé části, nazvané „Psychologie ve vztahu k náboženství a náboženské zkušenosti“ se zaměřím na vývoj tohoto vztahu a načrtnu jednotlivé postoje k naší

problematice. Zároveň představím některé přístupy k fenoménu „mystiky“ a „mystické zkušenosti“ z hlediska psychologie náboženství.

Třetí část práce je věnována tradičním postojům. Nastíním v ní podstatu tohoto přístupu a jednotlivé představitele. Pro hlubší pochopení blíže nahlédnu na myšlenky Sigmunda Freuda, jež nám mohou sloužit jako modelový příklad.

Ve čtvrté části se zaměřím na alternativní přístupy k problematice. Tato část je dále rozdělena do dvou oddílů. V prvním načrtnu koncepty Carla Gustava Junga a Johna W. Perryho, tedy koncepty, které otevřely nové perspektivy v pohledu na toto téma. Druhý oddíl je věnován alternativním přístupům transpersonální psychologie. Pokusím se v ní načrtnout základní aspekty jejích postojů a poté, na základě jednotlivých představitelů blíže pochopit pojetí krize. Vzhledem k velké rozmanitosti této oblasti, a též k určité nestejnorodosti, jsem vybrala příspěvky Stanislava Grofa, Davida Lukoffa a Bonnie Greenwellové. Zde bych též chtěla přistoupit k praktickému pohledu na problematiku. Pokusím se blíže prozkoumat práci terapeutického centra Diabasis v Praze, které se zabývá problematikou psychospirituální krize.

Pátá část bude věnována závěrům. Chtěla bych se v ní zaměřit především na zhodnocení jednotlivých přístupů a jejich typologii.

1. Obrazy krize jako součást duchovní cesty

1.1 Úvod

V úvodní kapitole se zaměříme na čtyři osobnosti v oblasti náboženství a na jejich koncepty krize. Mým záměrem je představit osobnosti, jež se vzájemně odlišují nejen z hlediska své duchovní cesty či z hlediska kulturního, ale především sami o sobě představují specifický příspěvek k problematice krize v rámci duchovního vývoje.

Vybrala jsem dva zástupce křesťanství, jež jsou považovány za jedny z největších mystiků Západu, tedy Terezii z Avily a Jana od Kříže. Na druhé straně se seznámíme s koncepty dvou zástupců cesty buddhistické, a to s Jackem Kornfieltem a Buddhou. Každý z nich přináší svým jedinečným způsobem vhled či inspiraci, a zároveň mapu cesty vedoucí buď ke sjednocení s Bohem nebo k buddhistickému probuzení.

Duchovní život Terezie z Avily byl provázen mnoha pozoruhodnými zážitky a její popis krizových momentů je s jejich výskytem mnohdy spojen. Na druhé straně stojí Jan od Kříže, jehož koncept temné noci patří k těm střízlivějším. Podíváme se blíže na myšlenky Jacka Kornfielta, jehož jsem vybrala jako zajímavý případ určitého propojení či dialogu mezi západní a východní kulturou. Jedná se též o současného náboženského představitele. A nakonec se zaměříme na Buddhu, zakladatele buddhismu, u kterého nalezneme krizi, jež se stala sama o sobě motivací pro hledání odpovědí.

1.2 Sv. Terezie z Avily

Sv. Terezie se narodila v roce 1515 ve španělské Avile a je řazena k nejvýznamnějším mystikům křesťanské tradice. Co více, Terezie jako žena výjimečného osobního charismatu a energie, působila též jako reformátorka. Dá se říci, že právě toto propojení mezi intenzivní spiritualitou a vnější aktivitou, je podstatou jejího dodnes trvajících kouzla. Během jejího života šli spolu ruku v ruce niterně prožívaná láska k Bohu a schopnost efektivně zvládat požadavky každodenní reality. Sv. Terezie zároveň patří k mystikům, kteří během své cesty

často zažívali mimořádné vize a prožitky. Terezie, jejíž život se kryje také s působením španělské inkvizice, byla předmětem mnoha pochybností.¹

Jako mladá dívka vstoupila do kláštera s cílem sloužit Bohu, ale po nedlouhé době onemocněla podivnou nemocí, která byla oříškem i pro lékaře. Terezie si sama pro sebe tuto nemoc vysvětlila na rovině duchovní. „*Pokládala ji za zkoušku nebo za trest. Trest nezasluhovala. Ale o zkoušku prosila Boha...Nemoc je zřídka kdy odepřena tomu, kdo je připraven ji přijmout.*“² Tato „nemoc“ trvala tři roky a byla jakýmsi předvojem věcí budoucích. Auclairová zmiňuje moment, kdy Terezie jedné noci upadla do bezvědomí a nejevila známky života. Konali se dokonce přípravy na pohřeb. Až najednou čtvrtého dne Terezie znovu otevírá oči. Sama k této epizodě poznamenává, že „*jenom Pán může vědět, jak byla tato muka nesnesitelná.*“³ Auclairová píše, že „*když se jí měla upravit postel, musely ji dvě osoby zvednout na pokrývce. Cítila se jako rozčtvrcená. Mluvila z cesty. Nemohla se natáhnout, zůstávala zkroucená, se smršťeným svalstvem, svinutá do klubka.*“⁴ To není vše, po svém probuzení prý Terezie pronesla několik pozoruhodných vět. Divila se proč ji volali zpět, zároveň mluvila o svém poslání.

„*Vykládala, že bude mít mnoho co dělat v tomto světě. Bylo jí to řečeno tam, kde byla: v nebi. Ale viděla také peklo. Z jejích zmatených vět, smíšených se vzlykáním – její slzy promáčely lůžko – vyrozuměli přítomní slova: „kláštery...zakládání...zachraňovat duše...“*“⁵

V následujících letech prožívala Terezie mnohé mimořádné prožitky, bývala jimi přemožena mnohdy neočekávaně. Při jednom takovém, kdy pocítila přítomnost Krista, mluví též o strachu a nejistotě, kterou v ní tyto momenty vyvolávaly. „*Protože jsem nevěděla, že lze mít podobná vidění, zachvátil mne náramný strach. A z počátku jsem jen plakala.*“⁶ Po těchto prvních záchvěvech je však strach utišen. Terezie píše, že „*později stačilo jeho jediné slovo, aby mě ujistil, a uklidnila jsem se a byla jsem spokojená jako obvykle, bez nejmenšího*

¹ Auclairová, Marcelle, *Životopis Terezie z Avily*, Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří 2000, s.87.

² Tamtéž, s. 60.

³ Tamtéž, s. 69.

⁴ Tamtéž, s. 69.

⁵ Tamtéž, s. 69.

⁶ Tamtéž, s. 102.

strachu“.⁷ K jejímu „mystickému charakteru“ patřily také horoucí tance, jež vyjadřovaly její nesmírnou lásku k Bohu. Zpívající a tančící v chóru působila jako zjevení.⁸ „*Ach svaté bláznovství... .*“⁹

Svaté bláznovství mělo také svou odvrácenou stranu, a to především s ohledem na její fyzické zdraví. Terezie trpěla mnoha nemocemi během svého života, přestože byla pověstná svou nesmírnou vitalitou. „*Každé ráno zvrací, pořád ji bolí hlava, často má horečku... .*“¹⁰ Terezie mluví o mnoha nemocech a trápeních, které Bůh sesílá na duši během jejího růstu. I nemoci těla jsou podle ní spíše zkoušky. Vpád Boha způsobuje tyto potíže, je však nutné jimi před sjednocením projít.

Zmíním se zde ještě o jednom pozoruhodném momentu, o duchovní svatbě sv. Terezie. Ona sama o svém vrcholném prožitku píše takto: „*Tehdy se mi zjevil v obrazném vidění, jako už to udělal dřív, ale v mém nejhlubším nitru. Podal mi svou pravou ruku a pravil mi: Pohleď na tento hřeb: to je známka, že ode dneška budeš mou snoubenkou.*“¹¹ V reakci na tento prožitek, mluví o zahanbení a sklíčenosti, že se jí „*dostalo tak veliké milosti.*“¹²

Přistupme nyní ke konceptu duchovního vývoje sv. Terezie, jehož popis je možné nalézt především v díle „Hrad v nitru“. Podobně jako její vnější aktivity, tak i cesta k Bohu přichází k Terezii prostřednictvím vize.¹³ „*Můžeme se dívat na svou duši jako na hrad vytvořený z jediného diamantu nebo z průzračného krystalu, v němž je mnoho příbytků, jako je jich mnoho v nebi.*“¹⁴ Její hrad v nitru má sedm komnat, z níž každá reprezentuje určitou část cesty, jejímž cílem je sjednocení s Bohem. Kritické momenty, stejně jako blažené pocity se objevují více méně ve všech komnatách, ale především ta šestá nám může sloužit jako obraz krize jako takové.

Duše v této komnatě zakouší svou vlastní neschopnost a propastnost své ubohosti. Pociťuje nesmírnou opuštěnost a není schopna rozjímavé modlitby. Nenachází žádné řešení, ani východisko. „*Proti této bouři není žádný lék.*“¹⁵

⁷ Auclairová, Marcelle, *Životopis Terezie z Avily*, s. 102.

⁸ Tamtéž, s. 225.

⁹ Sv. Terezie z Avily, *Hrad v nitru*, Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří 2003, s. 120.

¹⁰ Auclairová, Marcelle, cit. dílo, s. 147.

¹¹ Tamtéž, s. 242.

¹² Tamtéž, s. 242.

¹³ Tamtéž, s. 325.

¹⁴ Sv. Terezie z Avily, *Hrad v nitru*, s. 8.

¹⁵ Tamtéž, s. 91.

Zároveň však dodává, že „*Bůh chce, abychom poznaly jeho svrchovanost a svou ubohost, neboť je to nesmírně důležité pro to, co má přijít*“.¹⁶ Terezie upozorňuje v této souvislosti na roli zpovědníka. Jak ale píše, ne vždy ji někteří naplňují zcela tak, jak by měli. „*Avšak ubohá duše, jež je zmítána podobnými obavami, se utíká ke zpovědníkovi jako k soudci, a on ji odsoudí; ta pak upadne do úzkostí a zachvátí ji neklid. Pochopí to pouze ten, kdo to zakusil.*“¹⁷

Avšak zpět k trápením této komnaty. Slouží jako očištění před vstupem do komnat sedmých. Tato bolest je způsobována postupným poznáváním Boha, který se přibližuje. Mohutnosti duše jsou zcela ochromeny a nejsou ničeho schopny. Terezie mluví o ráně, která zraňuje v nejhlubší hlubině duše.¹⁸ S těmito strastmi je také spojen častý výskyt extází. Terezie popisuje hned několik druhů, všechny jsou pro tělo velice vyčerpávající. „*Vždyť také, když začíná vytržení, zastaví se dýchání, člověk nemá sílu mluvit, i když si ji ostatní smysly uchovávají o něco víc. Někdy naopak ihned omdlí; tělo i duše tak ztuhnou, že se zdá, jako by už neměl duši...*“¹⁹ Vzhledem k mnoha zkušenostem ze svého vlastního života, nemluví Terezie o těchto momentech nijak tajemně. Považuje je za milosti Boží. Nicméně nabádá k naprosté prostotě a varuje před upínání se k těmto prožitkům. Podotýká, že „*mnoho svatých duší nikdy nezakusilo, co to znamená dostat jedinou z těchto milostí; jiné je dostávají a nejsou svaté*“.²⁰ Zároveň se věnuje rozlišení jejich zdroje. Může jít o milosti Boží, ale také o ďábelské snažení nebo o produkt fantazie. Boží milost se podle Terezie pozná tak, že přináší duši pokoj a vyrovnanost, zachvátí ji uklidňující usebrání a duše si ji navždy uchová. Co se týče fantazie, tam se duše nedočká žádného z těchto pozitivních efektů. Na druhé straně ďábel naplňuje duši zmatkem a nepokojem. Terezie také v této souvislosti varuje před nekritickým přijímáním těchto zážitků a nabádá k poradě se zpovědníkem.²¹

¹⁶ Sv. Terezie z Avily, *Hrad v nitru*, s.91.

¹⁷ Tamtéž, s.88.

¹⁸ Tamtéž, s.144.

¹⁹ Tamtéž, s.109.

²⁰ Tamtéž, s.139.

²¹ Tamtéž, s. 98-102.

1.3 Temná noc Jana od Kříže

Juan de Yepes y Alvarez, Svatý Jan od Kříže se narodil roku 1542 ve Španělsku a je též považován za jednoho z největších křesťanských mystiků. Jeho popis duchovního vývoje a úskalí, které přináší je dodnes zdrojem inspirace. Jde především o jeho pozoruhodné zachycení duchovního dramatu duše na cestě k Bohu, moment *temné noci*. Svým hlubokým vhledem ujišťuje, že i zde je člověk pod patřením Boží lásky, že temnota signalizuje jeho blízkost. „*Tvé temnoty mohou být omráčením duše božským světlem. Velký paradox.*“²²

Koncept temné noci se jeví jako jistá paralela k osudu samotného Jana, k jeho pobytu ve vězení. Devět měsíců strávil Jan nedobrovolně v Toledu, jakožto důsledek své angažovanosti v reformě sv. Terezie z Avily. V temné cele prožívá krizi a pocit, že on sám byl Bohem opuštěn. „*Kam ses ukryl, Milovaný, a mne zanechal v nářku?*“²³ Cesta však pokračuje a on se úspěšně pokouší o útěk, jenž symbolizuje podstatu a cíl jeho putování směrem k Bohu - vzkříšení. „*Jako kdyby duše byla pozřena nějakou obludou a v jejím břiše by se v ponurosti cítila být stravována...Neboť je jí třeba pobýt v tomto hrobě temné smrti, a to po duchovní vzkříšení, které očekává.*“²⁴

Podívejme se nyní blíže na temnou noc tak, jak ji předkládá sv. Jan od Kříže. Nejprve je nutné říci, proč vlastně Jan popisuje „*tento přechod duše ke sjednocení s Bohem*“²⁵ jako noc. Zaprvé - člověk se musí vzdát či popřít žádost ve věcech světa, což je pro jeho smysly jako noc. Zadruhé - hlavním prostředkem duše na této cestě je víra, jež jako taková je pro rozum temná. A za třetí - cíl cesty, tedy Bůh, je pro duši svou září zcela temný. Jan mluví o temné noci v podstatě jako o procesu očišťování člověka. „*Očišťuje ji z jejich habituálních, přirozených a duchovních nevědomostí a nedokonalostí.*“²⁶ Jde o přípravu na budoucí sjednocení s Bohem v láskyplném vztahu. Duše musí projít tímto obdobím, touto hlubokou temnotou, aby byla nakonec schopna „*přijetí nedocenitelných rozkoší Boží lásky.*“²⁷

²² Sv. Jan od Kříže, *Temná noc*, Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří 1995, s. 5.

²³ Matthew, Iain, *Zasažen Bohem*, Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří 2005, s. 28.

²⁴ Tamtéž, s.29.

²⁵ Sv. Jan od Kříže, *Výstup na horu Karmel*, Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří 1999, s. 33.

²⁶ Sv. Jan od Kříže, *Temná noc*, s.107.

²⁷ Tamtéž, s.39.

Temná noc má dvě části, jedná se o noc smyslů a noc ducha, která následuje. Do noci smyslové vstupuje duše již pokročilá, a to buď aktivně či pasivně. V případě aktivního vstupu člověk usiluje. Pasivní způsob „*je tam, kde duše nedělá nic, jenom Bůh koná v ní a ona je jeho pacient.*“²⁸ Zde je ovšem nutné dodat, že podle Jana se celý proces vyznačuje pasivitou putujícího, a rozhodující je celkové odevzdání se do rukou božích. „*Vstoupit na tuto cestu při tomto putování znamená zanechat své cesty.*“²⁹

V noci smyslů dochází k umrtvení žádosti, duše musí být „*vyprázdněna od všech věcí*“.³⁰ Cílem je „*utišení domu*“, píše Jan ve své básni.

*„Za jedné noci temné
s touhou, v lásce roznícena,
Ó, blahé štěstí!,
vyšla jsem nepozorována,
když můj dům byl již utišen.“*³¹

Světlo Boží milosti se zatemňuje, pramen duchovní sladkosti odepírá, pokrok v meditaci je nemožný. Tam, kde jsme byli zvyklí nacházet potěšení se nám ho již nedostává. Skrze toto očišťování jsou smysly podřizovány duchu. Nastává noc, „*neboť když se duši vezme potěšení ze žádosti po jakýchkoli věcech, zůstane jako po tmě a bez ničeho*“.³² V této souvislosti se Jan zmiňuje o důležité roli duchovního vůdce či rádce. Na jedné straně zdůrazňuje nutnost radit se s ním a svěřovat se se svými prožitky. Na druhé straně však varuje před nepochopením ze strany duchovních, na nepříznivé důsledky, které to může mít. Mnohé zkušenosti mohou být samy o sobě nepopsatelné nebo těžko pochopitelné, duchovní může také být na nižší duchovní úrovni a nemusí pochopit čím duše prochází. Jan vnímá toto nepochopení jako velice bolestivé pro někoho, kdo prochází nocí a má pocit, že bloudí, že zůstal zcela opuštěn.³³

„Jistí duchovní otcové totiž nemají světlo a zkušenost o těchto cestách a tak podobným duším obvykle spíš brání a škodí, než aby jim na cestě pomohli; podobají se babylonským

²⁸ Sv. Jan od Kříže, *Výstup na horu Karmel*, s.69.

²⁹ Tamtéž, s.87.

³⁰ Tamtéž, s.35.

³¹ Tamtéž, s.22.

³² Tamtéž, s.35.

³³ Tamtéž, s.127.

*stavitelům, kteří měli pracovat s vhodným materiálem, ale dávali ho a používali velmi odlišně, protože nerozuměli jazyku, a proto neudělali nic.*³⁴

Po nutném očištění smyslové části, nadchází noc ducha. Tento přechod však nemusí nastat okamžitě. Často to trvá i několik let, než přijde tato druhá fáze. Jan zdůrazňuje, že jak délka, tak samotný průběh je u každého individuální.³⁵ Charakteristikou druhé části noci je očišťování duchovní podstaty člověka. Krize se prohlubuje. *„Tma duchovní části je mnohem hustší, je mnohem temnější než tma noční. Vždyť i když je noc sebetemnější, přece je v ní něco vidět; avšak v této temnotě není vidět vůbec nic.*³⁶ Jan popisuje jak se během této noci přetavují tři mohutnosti duše, tedy rozum, paměť a vůle, a to pomocí tří ctností, jimiž jsou víra, naděje a láska. Předkládá komplikovaný a komplexní obraz proměny „starého“ člověka v nového. Vykresluje duši, do které se vlomí Bůh, aby ji zcela uzdravil. To vše je však mimořádně bolestivé a duše prochází vlastní soukromou apokalypsou. Pokud během první noci odumřela duše smyslům, v noci této odumírá zcela. Jan zde mluví o zániku já.

*„A tak, poněvadž se božské vlamuje s úmyslem duši prohníst, obnovit, učinit ji Boží, obnažuje ji a odnímá jí zvyková zalíbení a vlastnosti starého člověka, s nimiž je ona velmi spojena, svázána a srostlá, a tímto způsobem trhá a narušuje její duchovní podstatu a pohlcuje ji hlubokou a propastnou temnotou, že se duše cítí být ničena a vyvracena krutou duchovní smrtí tváří v tvář své bídě.*³⁷

V rámci tohoto zduchovňování se také často stává, že duše prožije nějaký pozoruhodný zážitek, nějakou z druhů smyslové vize. Jan se k nim hned od začátku staví v zásadě nedůvěřivě. Zároveň zdůrazňuje, že jejich důležitost je relativní. Mohou se objevit u člověka, který není na nijak výjimečné duchovní úrovni a naopak zcela chybí u bytostí mimořádných. Bylo by tedy hrubou chybou považovat je za příznak vysoké duchovní pokročilosti. V neposlední řadě popisuje, na základě příkladů z Bible, mnohé případy, kdy vize či proroctví bylo nepochopeno či překrouceno. Z tohoto důvodu varuje před přehnanou pozorností věnovanou takovýmto jevům, jež podle něj mohou také oslabit víru.

³⁴ Sv. Jan od Kříže, *Výstup na horu Karmel*, s.25.

³⁵ Sv. Jan od Kříže, *Temná noc*, s.96.

³⁶ Sv. Jan od Kříže, *Výstup na horu Karmel*, s.80.

³⁷ Sv. Jan od Kříže, *Temná noc*, s. 111.

„A velmi se hrozím toho, co se děje v této době, a to že ledajaká duše, která toho nerozjímala za čtyři krejcary, když pocítí při jistém usebrání určitá slova, hned prohlašuje, že to všechno pochází od Boha, a předpokládá, že je tomu tak, když říká: „Bůh mi řekl“, „Bůh mi odpověděl“. A nebývá to pravda, ale jak jsme řekli, nejčastěji si to říkají ony samy.“³⁸

Tyto jevy mohou v rámci křesťanské tradice pocházet buď od Boha nebo od ďábla. Jan se v této oblasti zaměřuje především na dopad těchto zkušeností na jedince. Poselství, která jsou od Boha mají zpravidla velice pozitivní efekt na člověka. Mají povzbuzující, občerstvující účinek. Zároveň duše nemá na vybranou, zda je chce či ne, působí nezávisle na duchu. Naopak vize pocházející od ďábla jsou ve své podstatě vyčerpávající a způsobují vyprahlost či domýšlivost. Je možné se jim však vyhnout pomocí vůle.³⁹ Přes některé pozitivní momenty, které tyto vize přinášejí, Jan dává zcela jasně na srozuměnou, že skrze ně nevede cesta ke sjednocení s Bohem. Bůh není ukryt v žádné formě ani smyslovém pocitu. Cesta vede daleko za krajinu těchto prožitků. „Od všech těchto představ se musí duše vyprázdnit a musí nechat tento smysl potmě, aby dospěla k božskému sjednocení.“⁴⁰ Samotné sjednocení s Bohem má u Jana povahu vztahu. Nejedná se o nějakou seberealizaci či dosažení dokonalosti, ale vzájemný láskyplný vztah. Podle něj plné sjednocení není možné za tohoto života, ale pouze částečné. Sjednocení s Bohem nespočívá ve ztrátě vlastní identity, ale v tom, že duše je „Bohem skrze účast“.⁴¹ Bůh je podle Jana v nitru každého z nás, je naším středem.

„Ó, živý plamení lásky,
který něžně zraňuješ
v nejhlubším středu mé duše!“⁴²

Temná noc vede člověka do nejtemnějších oblastí duše, žádá na člověku naprosté vzdání se světa a obnažení se před Bohem. Jan si při jejím popisu často bere na pomoc biblické postavy, jako například krále Davida nebo Jóba. Jejich příběhy zde ilustrují přirozenost tohoto úseku cesty a napomáhají při jeho pochopení. Zmíním se alespoň o jednom Davidově výroku, který dle mého odráží

³⁸ Sv. Jan od Kříže, *Výstup na horu Karmel*, s.203.

³⁹ Tamtéž, s. 112.

⁴⁰ Tamtéž, s. 119.

⁴¹ Tamtéž, s.91.

⁴² Sv. Jan od Kříže, *Živý plamen lásky*, Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří 2001, s. 20.

ono napětí obsažené v temné noci, hrůzu pádu i vzkříšení. „*V zemi pusté, bez vody, vyprahlé a neschůdné jsem byl před tebou, abych mohl uvidět tvou moc a tvou slávu.*“⁴³ Jan odkazuje také na děsivou agónii Kristovu a jeho výkřik: „*Bože můj, Bože můj, proč jsi mě opustil?*“⁴⁴, jako na zobrazení smyslové i duchovní smrti.

„*Vždyť zasvítit božskými záblesky až do končin země je osvícení, které v mocnostech duše působí božské patření a otřásání a chvění se země je bolestné očišťování, které v duši působí; a říci, že Boží cesta a stezka, po níž duše kráčí k Němu, jde mořem a jeho kroky spoustami vod a že proto nebudou poznány, chce říci, že tato stezka, kudy se jde k Bohu, je tak tajemná a skrytá pro smysly duše, jako je pro smysly těla stezka mořem, na němž se nerozpoznávají pěšiny ani šlápoty.*“⁴⁵

1.4 Jack Kornfield

Jack Kornfield nám může posloužit jako příklad určitého dialogu mezi východní a západní kulturou. Narodil se ve Spojených Státech v roce 1945 a studoval buddhismus v Thajsku, Barmě a Indii. Jeho učitelem byl Adžána Ča.⁴⁶ Zároveň vystudoval psychologii. Od roku 1974 vyučuje sám meditaci, založil také centrum v Kalifornii nazvané „*Spirit Rock*“. Ve svých knihách „*Cesta srdce*“ či „*Hledání srdce moudrosti*“ předkládá svůj koncept duchovního života a také pozoruhodný vhled do potíží, které přináší. Především však v první jmenované zaměřuje svou pozornost na krizi jako takovou.

Jako mapa buddhistické meditace je nám předkládána „*théravadová mapa vyššího vědomí*“.⁴⁷ Považuje ji za užitečnou pomoc na cestě, přesto však upozorňuje na to, že každá mapa či návod může být zároveň omezující.⁴⁸ Kornfield mluví o duchovní praxi jako o území, které je rozlehlé jako „*vesmír a vědomí, které jej stvořilo*“.⁴⁹ V této oblasti často zakoušíme momenty otevření se jiným dimenzím. Zde Kornfield cituje Williama Jamese: „*Naše normální bdělé vědomí je*

⁴³ Sv. Jan od Kříže, *Temná noc*, s. 84.

⁴⁴ Sv. Jan od Kříže, *Výstup na horu Karmel*, s. 102.

⁴⁵ Sv. Jan od Kříže, *Temná noc*, s. 170

⁴⁶ Adžána Ča(1918-1992) byl Thajský buddhistický učitel, théravadového směru.

⁴⁷ Kornfield, Jack, *Cesta srdce*, Eminent, Praha 2004, s.135.

⁴⁸ Tamtéž, s. 135.

⁴⁹ Tamtéž, s. 134.

pouze jednou formou vědomí. Všude kolem nás se rozprostírají nekonečné světy, oddělené velmi tenkými závoji.“⁵⁰

Podívejme se blíže na onu mapu. Kornfield mluví o dvou hlavních oblastech, které opatřuje adjektivem „mystické“. Jedná se o „oblasti, které jsou dosaženy rozšířením Já“ a „oblasti, které jsou dosaženy rozpuštěním Já“.⁵¹ Co se týče prvních oblastí, mluví o „úrovních pohroužení“, v jejichž rámci máme možnost získat přístup k „šesti oblastem existence“. Branou do těchto míst je ustálení srdce a mysli nazvané „přístupové soustředění“. Z tohoto základu adept pokračuje jednotlivými úrovněmi.⁵² V rámci tohoto procesu jedinec prožívá zkušenost šesti oblastí existence, „šesti velkých archetypálních oblastí života“.⁵³ Jedná se o oblast bohů, polobohů, lidí a oblast zvířat, hladových duchů a bytostí v pekle. Vyjadřují momenty objevující se v duchovním životě, zároveň je však možné vnímat je jako metaforu lidské zkušenosti.

„Můžeme dokonce vidět, jak se lidé setkávají s těmito oblastmi geograficky. Pozemský ráj nějakého ostrůvku v Pacifiku je možná nebeskou oblastí, zatímco hlad a války v subsaharské Africe představují peklo. Podobně se setkáváme s oblastí moci a žárlivých bohů ve Washingtonu a s oblastí hlasových duchů v Las Vegas.“⁵⁴

V rozpoznání a zažití těchto stavů však cesta nekončí, dostáváme se k druhé fázi, tedy k rozpuštění Já. V této oblasti máme objasnit otázku naší přirozenosti. Cesta rozpuštění má deset úrovní. Postupně se naše pozornost zjemňuje a vystávají tři základní charakteristiky našich pocitů a myšlenek. Jde o jejich pomíjivost, nespokojivost a neosobnost. Uvědomujeme si, že život je neustálým procesem vznikání a zanikání. Na určitém stupni adept zažívá velice příjemné pocity a objevují se také mimořádné zážitky. Kornfield o tomto stádiu mluví jako o „falešném probuzení“. Často se stává, že adept ulpí na těchto prožitcích. I zde je však důležité neulpět a otevřít se tomu, co leží za tím.⁵⁵

Zde podle Kornfielda začíná proces smrti a znovuzrození. Zajímavé je, že pro něj užívá pojem „temná noc“ sv. Jana od Kříže. Tato noc podle něj nastává až po určitém prvotním duchovním otevření, tedy u pokročilého adepta. Cílem temné

⁵⁰ Kornfield, Jack, *Cesta srdce*, s. 134.

⁵¹ Tamtéž, s. 135.

⁵² Tamtéž, s. 136.

⁵³ Tamtéž, s. 139.

⁵⁴ Tamtéž, s. 140.

⁵⁵ Tamtéž, s. 142.

noci je rozpuštění vědomí Já, má zpochybnit vše, co o sobě víme. Během této krize zažíváme naprostou nejistotu, nic není jisté ani spolehlivé. Objevují se pocity strachu a hrůzy. „*Vše je křehké, vše bude ztraceno.*“⁵⁶ Smrt vnímáme na všech úrovních, i v rámci těla.

*„V těchto fázích zažíváme takové rozpouštění a umírání ve svém vlastním těle. Můžeme s podívat dolů a vidět části svého těla, jako by se rozpouštěly a rozkládaly se, jako bychom byli mrtvolou. Můžeme vidět sami sebe, jak umíráme nebo jsme již zemřeli mnoha způsoby, po nemoci, v bitvě, nešťastnou náhodou.“*⁵⁷

Mohou se objevit mocné vize války, pohřebních hranic či márníc. Smrt je všude kolem i v nás. Kornfield mluví o paranoie, která může nastat, neboť vše je pro nás naplněno nebezpečím smrti či ztráty. Mluví také o tom, že je v této době nesnadné pokračovat v meditaci a o důležitosti moudrého učitele. Bolest však na druhé straně vyvolává silnou touhu po svobodě, po vymanění se ze strachu a nejistoty. Temná noc nás konfrontuje s připoutáním, které hluboce ovlivňuje náš život. „*Zesilující uvědomění na každé úrovni temné noci ve skutečnosti postupně odhalovalo naši totožnost a postupně uvolňovalo naši připoutanost ke všemu, čeho jsme se v životě drželi.*“⁵⁸ Odkazuje tak na Buddhu, který přičítal veškerou bolest připoutanosti. V tomto momentu se také může stát, že to zkrátka „zabalíme“. To je však krok špatným směrem, neboť bolest, nevyřešené vazby, strach a zmatek nás bude nadále pronásledovat. Je třeba otevřít se jim a přijmout je jako součást hry.

*„Když se můžeme konečně podívat na všechny ty hrůzy a radosti, na své zrození a smrt, na nabytí a ztrátu všech věcí s klidným srdcem a otevřenou myslí, nastane stav té nejkrásnější a nejhlubší vyrovnanosti. Vstoupíme do oblasti, kde vědomí je zcela otevřené a bdělé, dokonale vyrovnané. Jedná se o úroveň nádherného míru.“*⁵⁹

Umírá náš pocit já a rodí se nová vize života. Podle Kornfielda může tento proces nastat kdykoli a je pro každého jedinečný. Může trvat týdny i léta. Nenávratně se však nakonec musíme z této výpravy za pokladem zase vrátit domů. „*Musíme zvednout svůj ranec a nést jej zpět do říše lidského života.*“⁶⁰

⁵⁶ Kornfield, Jack, *Cesta srdce*, s. 147.

⁵⁷ Tamtéž, s.147.

⁵⁸ Tamtéž, s.148.

⁵⁹ Tamtéž, s. 149.

⁶⁰ Tamtéž, s. 152.

V souvislosti s temnou nocí se také Kornfield zmiňuje o mimořádných prožitcích, které nejsou neobvyklými jevy na duchovní cestě. Podle něj jsou přirozeným důsledkem duchovní praxe. Během praxe jedinec otevírá a očišťuje své tělo a mysl. Napětí a bloky v různých oblastech jsou uvolňovány, což se může projevit v nějakém z těchto prožitků. Řadí mezi ně různé pocitové úkazy jako například chvění, mravenčení, brnění či pocity horka. Dále mnohé smyslové projevy jako pocit vnitřní hudby, slyšení nebo cítění různých vůní. Upozorňuje také na vize a vizionářské zážitky jako momenty z minulých životů, vize bohů či představy pekla a nebe. To vše spojuje s otevřením emočního těla. Mají léčivou moc a mohou vést k celkové transformaci. Kornfield také varuje před nebezpečími, která se mohou v této souvislosti objevit. Jedná se především o ulpění na těchto prožitcích. Adept si myslí, že dosáhl nějaké mimořádné úrovně a může ho ovládnout pýcha. Cítuje svého mistra, když píše, že je to „jenom něco dalšího, čeho se můžeme pustit“.⁶¹

„Omamný účinek světél a vizí, nebývalé vytržení a uvolnění energie – to vše jsou pozoruhodná znamení rozpadu starých a malých struktur naší bytosti, těla a mysli. Samy o sobě však nepřinášejí moudrost. Někteří lidé měli mnoho takových zážitků, ale přesto se naučili velmi málo.“⁶²

Varuje také před důsledky takového otevření, které může vyvolat v jedinci velice intenzivní pocity, silné rozrušení, paranoiu, nespavost a dezorientaci.

„V takovém případě jde o zkušenost nesmírné zranitelnosti, ztrátu kontroly a otevření těla, které nám hrozí, že nás roztrhá na kusy. Další oblast obtíží vyvstane, když se vynoří silné části sebe sama, které jsou oddělené od našeho normálního vědomí. Mohou se projevit jako hlasy, nezastavitelné vize, halucinace a opakování dřívějších „psychotických“ zážitků u lidí, kteří je již měli v minulosti.“⁶³

Radí šlápnout na brzdu a okamžitě přestat s praxí. Jedinec by měl vložit svou energii do fyzických aktivit. Pomáhá práce na zahradě, sportovní vyžití. Vhodná je také změna jídelníčku, doporučuje těžší jídla. Nakonec však dodává, že není nutné se těmto prožitkům bránit, ale s plným vědomím je pozorovat a vnímat je jako součást tance našeho života.

⁶¹ Kornfield, Jack, *Cesta srdce*, s. 119.

⁶² Tamtéž, s. 128.

⁶³ Tamtéž, s.129.

1.5 Buddha

Posledním náboženským představitelem, u kterého se zaměříme na moment krize je Buddha, zakladatel buddhismu. Jeho cesta k probuzení je po staletí výzvou k roztržení pout pozemské existence. O Buddhově životě a učení se zmiňuje především tzv. pálijský kánon⁶⁴. On sám po sobě nezanechal žádný písemný odkaz. Také u Buddhy se setkáváme s krizí, která měla centrální vliv na jeho duchovní vývoj. Její obraz je však odlišný. Zaměřila bych se u něj nejprve na hluboký otřes, který předchází jeho hledání, tedy na setkání se stářím, nemocí a smrtí. Otřes, který následně vedl k pochybnostem o smysluplnosti jeho dosavadního života. Tváří v tvář vlastní pomíjivosti je donucen hledat odpověď. Začneme však od začátku.

Buddha se narodil jako Siddhattha Gótama v Lumbiní u Kapilavatthu, na indických hranicích Nepálu a uvádí se rok 563 př.n.l.⁶⁵ Pocházel z rodu Šákjů. Buddhova matka Mája zemřela brzy po porodu, proto jej dále vychovávala jeho teta Mahápadžápatí. Významný asketa té doby mu předpověděl velkou budoucnost. Uvádí se, že již jako malé dítě dosáhl první *dhjány*, tedy pohroužení.⁶⁶ „*Jedinečná bytost, mimořádný člověk vzniká v tomto světě k prospěchu mnoha, pro štěstí mnoha, ze soucitu ke světu, k dobru, prospěchu a štěstí bohů i lidí.*“⁶⁷ Siddhattha vyrůstal v přepychu a brzy se také oženil. Jeho žena Jašódhará mu porodila syna Ráhulu. Tento poklid však, jak jsem uvedla výše, naruší jeho setkání se stářím, nemocí a smrtí. Toto nebylo pro mladého muže, navyklého na bezstarostný život, lehké.

„*Na své cestě do parku se jeho zraku naskytl pohled na věčného starce, na nemocného, na mrtvolu a důstojného poustevníka. Prvé tři pohledy mu přesvědčivě dokázaly neúprosnou podstatu života a univerzální těžkosti lidstva. Čtvrtý naznačoval prostředky, jak nesnáze života překonat a dosáhnout klidu a míru. Tyto čtyři nečekané pohledy posloužily ke zvýšení jeho nutkání k odporu a vzdání se světa.*“⁶⁸

⁶⁴ Pálijský kánon je soubor buddhistických kanonických textů.

⁶⁵ Fišer, Ivo, *Filosofická koncepce nejstaršího buddhismu*, DharmaGaia, Praha 2000, s. 10.

⁶⁶ Nárada Mahá Théra, *Buddha a jeho učení*, Votobia, Olomouc 1998, s. 23.

⁶⁷ Tamtéž, s. 21.

⁶⁸ Tamtéž, s. 24.

Uvědomil si, že se to týká jak jeho samého, tak i jeho nejbližších. A proto se ve svých 29 letech vzdává pohodlného života a odchází do bezdomoví, aby našel „věčnou jistotu, které není rovno – osvobození z klamu“.⁶⁹ Stává se tedy asketou a započíná svůj těžký duchovní boj. „*Stav se tedy poutníkem, hledajícím pravých statků, pátrajícím po nejvyšší stezce míru, již není rovno.*“⁷⁰ Setkáváme se tedy s poněkud odlišným modelem než v předchozích příkladech. S krizí, která je startovním výstřelem, s krizí, která způsobuje kolaps dosavadního obrazu světa.

Uvádí se, že na své cestě hledal poučení u dvou velkých učitelů své doby. Ani u jednoho z nich však konečné poznání nenašel. Oddal se poté tvrdé askezi, mučil své tělo. Obdiv k tomuto odhodlání k němu přivedlo pět učedníků. Ti ho ovšem zase opouští poté, co Gótama pochopí, že extrémní askeze nevede k probuzení. Nabádal k cestě mezi dvěma extrémy, ke „*střední cestě*“. Podle něj by se hledající měl vyvarovat jak tvrdé askeze tak i nemírné požívačnosti.⁷¹ Opuštěn si tedy sedá pod strom bódhi, aby zvítězil v poslední bitvě svého šestiletého duchovního boje. Během jediné noci dosáhne postupně čtyř *dhján* a dojde úplného probuzení. „*Navždy jsem osvobozen, toto je poslední život, nikdy již nebude znovuzrození.*“⁷² Po této události je označován již jako Buddha, probuzený.

Buddha je na počátku konfrontován s danostmi života a jeho cílem je přinést odpověď na tuto krizi. Nahlédnutím těchto temných stránek bytí si uvědomuje, že život jako takový je strastný (*duhkha*). V konečném osvobození, nirváně, odpověď nakonec skutečně nachází a své poznání formuluje do čtyř tzv. „ušlechtilých pravd“. První z nich zní:

„*Toto pak je, mnichové, ušlechtilá pravda o strasti: zrození je strastné, stárí je strastné, nemoc je strastná, smrt je strastná, spojování s věcmi nemilými je strastné, odlučování od věcí milých je strastné, když člověk nezíská, po čem touží, i to je strastné – zkrátka: patero skupin lpění je strastné.*“⁷³

Podle Buddhy je však možné osvobození. Klíčová je pro něj v tomto smyslu nevědomost. Ta je zdrojem ulpívání, jež je dále zdrojem strasti. „*Dostane-li člověk poznání, zmizí touha, která zaplétá každou bytost do nových činů a drží ji pevně*

⁶⁹ Dvacet jedna řečí askety Gótama, přeložil Mgr. Jan Kozák, Bibliotheca Gnostica, Praha 2006, s.8.

⁷⁰ Tamtéž, s.21.

⁷¹ Lesný, Vincenc, Buddhismus, Votobia, Olomouc 1996, s. 35.

⁷² Dvacet jedna řečí askety Gótama, přeložil Mgr. Jan Kozák, s. 25.

⁷³ Fišer, Ivo, Filosofická koncepce nejstaršího buddhismu, s. 21.

v mezích konečnosti.⁷⁴ Důležitým poznáním je pro člověka neexistence trvalé substance, vše pomíjí. To se týká i pojetí já. Buddha se staví proti indickému konceptu *átmanu*, který můžeme vnímat jako „entitu totožnou s neosobním, nedefinovatelným kosmickým principem zvaným *brahma*“.⁷⁵ Naopak přichází s naukou o ne-já (*an-átman*), jež rozkládá já na pět psychofyzických složek (*skandh*), z nichž jsou všechny samy o sobě nestálé. Naše nevědomost a naše touha být stojí v pozadí každé bolesti. Ke klíčovému pojmu žízň (*tršná*) se vyjadřuje v druhé, a o jejím zániku pak ve třetí „ušlechtilé pravdě:

„Toto je pak, mnichové, ušlechtilá pravda o vzniku strasti: je to ona žízeň, jež vede k znovuzrození, doprovázená radostí a vášní, tu a tam se z něčeho těšící – totiž: žízeň chťice, žízeň bytí, žízeň zániku.“

„Toto pak je, mnichové, ušlechtilá pravda o zániku strasti: je to zánik oné žízň prostřednictvím úplné bezvášnivosti, je to vzdání se, uvolnění se, neulpívání na oné žízni.“⁷⁶

Touto charakteristikou podstaty se dostává k poslední čtvrté pravdě, pravdě o zániku strasti:

„Toto pak je, mnichové, o cestě vedoucí k zániku strasti: je to tato ušlechtilá osmidílná cesta – totiž: pravý názor, pravé rozhodnutí, pravá řeč, pravé jednání, pravé žití, pravé snažení, pravá bdělost, pravé soustředění.“⁷⁷

Buddhovo učení je zcela odvislé od praxe, není možné dosáhnout osvobození pouhým intelektuálním pochopením. Buddhovo vnímání mimořádných zážitků je podobné jako u všech výše zmíněných. „*Stavy, jež se dostavují během meditační praxe, se nikdy nemají stát cílem, nýbrž pouze prostředkem k získání absolutního vědění.*“⁷⁸ Krize dovedla Buddhu k „*přerodu, jímž se mysl stává vševědoucí*“, jak pronesl současný dalajláma.⁷⁹

⁷⁴ Fišer, Ivo, *Filosofická koncepce nejstaršího buddhismu*, s. 17.

⁷⁵ Tamtéž, s. 25.

⁷⁶ Tamtéž, s. 30.

⁷⁷ Tamtéž, s.36.

⁷⁸ Tamtéž, s. 68.

⁷⁹ Dalajláma, přirozenost Buddhy: rozhovor o povaze lidského „já“, Aquamarin, Praha 1996, s.40.

2. Psychologie ve vztahu k náboženství

2.1 Historie střetávání psychologie a náboženství

Náboženství samotné, před vznikem psychologie jako vědy, hrálo důležitou roli v přístupu k tomu, co je „zdravé“ a „nezdravé“. Též psychologie se od počátku zabývá náboženstvím. Již na přelomu devatenáctého a dvacátého století se formuje obor na pomezí psychologie a religionistiky, psychologii náboženství. Holm píše, že *„psychologie náboženství je vědou o vztahu náboženských projevů k psychologickým pochodům a procesům.“*⁸⁰ Zároveň ji definuje jako vědu empirickou. Mezi zakladatelská jména můžeme zahrnout například G.S. Halla nebo Wilhelma Wundta. Hall, zakladatel a inspirátor americké větve, připravuje půdu pro své nástupce, Edwina Starbucka, Jamese H Leuby či Jamese Pratta. Vedle Wundta, jakožto jednoho s čelních představitelů evropské psychologie náboženství, uveďme Sierra Janeta, Henriho Delacroix nebo Theódora Flournoye. Mezi významná zakladatelská jména také patří William James, autor přelomové knihy *„Druhy náboženské zkušenosti“*, vydané v roce 1902. Neméně důležitou postavou je Rudolf Otto, který svým dílem *„Posvátno“* naznačuje, že *„podstatou náboženství je specifický prožitek posvátna.“*⁸¹

Vztah psychologie a náboženství prošel několika obdobími. Přelom devatenáctého a dvacátého století se nese ve znamení rozmachu, náboženství je jedním z velkých témat psychologie. Poté ovšem nastává jistý útlum. Psychoanalýza se společně s behaviorismem stávají nejlivnějšími školami. Náboženství se dostává mimo pole zájmu, popřípadě do oblasti psychopatologie. Tento stav trvá až do poloviny dvacátého století, které opět přináší celkové oživení zájmu o tuto tematiku.⁸²

Pokud se zaměříme na jednotlivé přístupy psychologie k tématu náboženství, můžeme vyzdvihnout dva základní. Jedná se o přístup redukcionistický a neredukcionistický.⁸³ Podstatou toho prvního je *„tendence vykládat psychické děje*

⁸⁰ Holm, G. Nils, *Úvod do psychologie náboženství*, Portál, Praha 1998, s.9.

⁸¹ Řičan, Pavel, *Psychologie náboženství*, Portál, Praha 2002, s. 47.

⁸² Benda, Jan, „Mystika a schizofrenie(rigorózní práce) FF UK“, *Stín stromu* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.stinstromu.net/krize/mystika.pdf>>., s.6.

⁸³ Tamtéž, s.7.

*pouze biologickými a fyziologickými danostmi*⁸⁴, a je typický pro Freudovu psychoanalýzu, stejně jako pro behaviorismus. Obě školy jsou tvarovány vědeckým paradigmatem doby svého vzniku. Mezi další zástupce redukcionistického přístupu můžeme zařadit Jamese H. Leuby či Franze Alexandra. V našem českém prostředí jmenujme alespoň prof. MUDr. Vladimíra Vondráčka a JUDr. Františka Holuba, kteří ve své knize „Fantastické a magické z hlediska psychiatrie“ z roku 1993 vykládají prožitky velkých mystiků jako příznaky jejich duševních poruch.⁸⁵ Co se týče druhého přístupu, jeho čelním představitelem je Carl Gustav Jung. Ve svém mimořádně komplexním díle věnuje tomuto tématu mnoho prostoru. Jeho pojetí „kolektivního nevědomí“ jako místa, odkud pochází veškerá moudrost lidstva, otevřela zcela nové možnosti pro výzkum lidského nitra.

Druhá polovina dvacátého století přináší mnoho nového. Vznikají nové a revoluční psychologické směry. Jde především o humanistickou psychologii, reprezentovanou Abrahamem Maslowem či G.W. Allportem. Přístup hlubinné psychologie je dále reprezentován Carlem Rogersem, Erichem Frommem nebo E.H. Eriksonem. Roberto Assagioli přináší „psychosyntézu“ a Timothy Leary provádí experimenty s LSD. Objevuje se také transpersonální psychologie se svým novým pojetím člověka, zaměřující se na jeho potřebu hledání smyslu a duchovního naplnění. Jde částečně o reakci na behaviorismus a psychoanalýzu. Mezi důležité postavy tohoto směru řadíme Charlese T. Tartu nebo Roberta E. Ornsteina.⁸⁶ Na této půdě v osmdesátých letech přicházejí Stanislav a Christina Grofovi s pojmem *spiritual emergency*, který se volně do češtiny překládá jako psychospirituální krize. Jedná se o novou kategorii, na které se stále pracuje. Kategorie byla v roce 1994 uplatněna pod názvem „náboženské a spirituální problémy“ (*religious and spiritual problem*) a zařazena do amerického diagnostického manuálu (DSM IV).⁸⁷ Jde o alternativní psychoterapeutickou

⁸⁴ Holm, G. Nils, *Úvod do psychologie náboženství*, s. 11.

⁸⁵ Benda, Jan. „Mystika a schizofrenie“ (rigorózní práce) FF UK. *Stín stromu* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.stinstromu.net/krize/mystika.pdf>>.s.9.

⁸⁶ Holm, G. Nils, *Úvod do psychologie náboženství*, s.11-16.

⁸⁷ Lukoff, David. „From Spiritual Emergency to Spiritual Problem: The Transpersonal Roots of the New DSM-IV Category“. *Spiritual competency resource center* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.spiritualcompetency.com/jhpseart.html>>.

diagnózu, která není přítomna v diagnostickém manuálu České republiky, a její postavení je z hlediska oficiální vědecké psychologie problematické.⁸⁸

2.2 Fenomén mystických zážitků na poli psychologie

Podobně jako v úvodní části této práce, tak i v následujících kapitolách se budeme setkávat s prožitky, které psychologie často popisuje jako změněné stavy vědomí. Je tedy nutné zmínit se o této problematice podrobněji. V průřezu vývoje psychologie či psychologie náboženství se setkáváme s mnoha mysliteli, kteří se tématu věnovali. Představme si alespoň některé.

2.2.1 William James

William James a jeho „Druhy náboženské zkušenosti“ z roku 1902, představují důležitý vhled do problematiky. Řičan vyzdvihuje, jak „*hluboké porozumění náboženské zkušenosti je v jeho díle doplněno střízlivou až skeptickou redukcí duchovního na psychické nebo i biologické faktory*“.⁸⁹ Ona redukce duchovního na psychické je jasně zřetelná, když píše, že „*původní činitel při vytváření představ bohů musil vždy býti psychologický*“.⁹⁰ James však patřil také ke kritikům lékařského materialismu.⁹¹ Navrhoval, aby se náboženský život posuzoval na základě jeho výsledků, tedy na tom, co jedinci přináší. Tímto se blíží přístupu sv. Terezie z Avily i sv. Jana od Kříže, kteří jednotlivé zážitky rozlišovali na základě jejich dopadu, na efektu, který přinesly.⁹² Zároveň dodává, že „*kdyby bylo něco takového jako inspirace z vyššího světa, dost možná, že by právě nervově churavý temperament poskytl hlavní podmínky potřebné vnímavosti*“.⁹³

Pro Jamese je náboženství především osobní vnitřní zkušenost, přičemž podotýká, že „*osobní náboženská zkušenost má své kořeny a své ústředí*

⁸⁸ Vančura, Michael. „Psychospirituální krize“. *Diabasis* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <http://www.diabasis.cz/_data/attachments/3a4b4319e2d35854a6f8ea0c135a2857/PSYCHOSPIRITUAL_NI_KRIZE_M_Vancura.pdf>.

⁸⁹ Řičan, Pavel, *Psychologie náboženství*, s.46.

⁹⁰ James, William, *Druhy náboženské zkušenosti*, Melantrich, Praha 1930, s.197.

⁹¹ Tamtéž, s. 15.

⁹² Tamtéž, s. 22.

⁹³ Tamtéž, s. 26.

v *mystických stavech vědomí*“.⁹⁴ Přináší čtyři základní aspekty mystického prožitku.⁹⁵

1. *Stav, jehož nelze slovy vystihnouti*. Tato první charakteristika odkazuje na to, že typický mystický prožitek je nepostihnutelný, nevyslovitelný. Je určen pro jednotlivce a jeho sdílení je problematické.
2. *Noetická jakost*. Ačkoli se jedná o prožitek převážně citový, přináší navíc jisté poznání či zjevení, které je rozumu nepřístupné.
3. *Pomíjivost*. Zde James poukazuje na skutečnost, že tyto stavy netrvalí dlouho. Většinou se jedná o délku trvání kolem půl hodiny, ty nejdelší pak kolem hodiny či dvou. Zážitek si dotyčný také často nedokáže zcela vybavit.
4. *Trpnost*. U posledního charakteristického rysu James zdůrazňuje celkovou pasivitu jedince, který daný stav prožívá. Často má pocit, že ho ovládla nějaká síla a jeho vůle je upozaděna.

2.2.2 Evelyn Underhillová

Underhillová ve své mimořádné knize „Mystika – podstata a cesta duchovního vědomí“, jejíž první vydání se datuje do roku 1911, předkládá koncept mystické cesty a jejích nejdůležitějších aspektů. Zároveň se, podobně jako James, staví proti tendenci soudobé psychologie patologizovat život a prožitky velkých mystiků a degradovat je tak na duševně choré.⁹⁶ Nabádá, aby tyto jevy byly studovány s otevřenou myslí, což podle ní znamená, zkoumat jejich psychologické aspekty.

„Musí být přesunuty jak z oblasti zázraků, tak z oblasti nemocí, do nichž je zatlačují entuziastičtí přátelé resp. nepřátelé, do sféry čisté psychologie - a tam musí být nezaujatě studovány se stejnou pozorností, jakou tak ochotně věnujeme méně zajímavým výstřednostem – degeneraci a neřesti.“⁹⁷

Jak Underhillová definuje mystiku jako takovou? Používá k tomu své čtyři znaky či spíše teze mystiky.

1. *Pravá mystika je aktivní a praktická, nikoli pasivní a teoretická*. Underhillová se v tomto bodě dotýká faktu, že mystika jako taková je postavena na zkušenosti.

⁹⁴ James, William, *Druhy náboženské zkušenosti*, s. 229.

⁹⁵ Tamtéž, s. 230-231.

⁹⁶ Underhill, Evelyn, *Mystika-podstata a cesta duchovního vědomí*, dybbuk, Praha 2004, s. 90.

⁹⁷ Tamtéž, s. 91.

„Není to pouhé krásné a sugestivní schéma, ale zkušenost ve své nejintenzivnější podobě.“⁹⁸

2. *Mystika je čistě duchovní činnost.* Mystik netouží po rozmnožení své moci, ctnosti, štěstí nebo vědění. Nesnaží se těžit z obou světů. Tímto Underhillová vylučuje spojitost s magickými praktikami.

3. *Předmětem a metodou mystiky je láska.* Pravá mystika nikdy nehledá sebe samu, jejím cílem není osobní naplnění ani uspokojení ambicí. Nejedná se ani o touhu po nadpřirozených radostech či blaženém patření. Je to láska. *„Jedině se zničením individuality přichází naplnění lásky.“⁹⁹* Je to cesta vedoucí k uzdravení. *„Mystika se tedy jeví jako „jediná cesta ven“, kterou probuzený lidský duch má a která uzdravuje lidskou neúplnost, jež je zdrojem našeho božského neklidu.“¹⁰⁰*

4. *Mystika s sebou nese jistou duševní zkušenost.* Součástí plné mystické zkušenosti jsou podle ní jednak vize či vědomí absolutní dokonalosti, a za druhé vnitřní proměna, neboť mystik je na základě své vize nucen k této proměně. *„Cílem této „vnitřní alchymie“ je to, aby se celé já pozvedlo do stavu, v němž dochází k vědomému a stálému sjednocení s absolutnem.“¹⁰¹*

Dále na základě svých výzkumů dochází k závěru, že není možné ztotožňovat mystiku jako takovou s mystickými stavy. Jak bylo uvedeno výše, součástí úplné cesty je proměna. *„Snažit se, jak se někdy děje, ztotožnit mystiku s takovými tvary a obrazy – s viděními, hlasy, „nadpřirozenými zážitky“ a jinými abnormálními jevy – je tedy zjevně chybné.“¹⁰²* Underhillová v této souvislosti definuje jednotlivá stádia mystické cesty. Předkládá jich celkem pět. Jedná se o „Probuzení já“, „Očišťování“, „Osvícení“, „Temnou noc ducha“ a konečné „Sjednocení“.¹⁰³

2.2.3 W. T. Stace

Mystikou se dále zabýval W.T. Stace. Ten rozlišuje mystiku na extravertní a introvertní, přičemž jako pravou označil druhou jmenovanou. Extravertní druh zážitku je spontánní, ale jeho dopad je méně významný než u introvertního. Ten je

⁹⁸ Underhill, Evelyn, *Mystika-podstata a cesta duchovního vědomí*, s. 114.

⁹⁹ Tamtéž, s. 125.

¹⁰⁰ Tamtéž, s. 125.

¹⁰¹ Tamtéž, s. 123.

¹⁰² Tamtéž, s. 110.

¹⁰³ Tamtéž, s. 205-206.

podle něj dosažen dlouhodobým úsilím dotyčného. Zároveň popsal celkem sedm znaků, přičemž 3, 4, 5, 6 a 7 jsou vázané k oběma typům.¹⁰⁴

1. Vědomí jednoty; jedno, prázdný prostor; čisté vědomí.
2. Neprostorovost a nečasovost.
3. Pocit objektivitu a reality.
4. Blaženost, pokoj atd.
5. Prožitek svatého, posvátného či božského.
6. Paradoxnost.
7. Tvrzení mystiků, že jde o něco nepopsatelného a nevyslovitelného.

2.2.4 Abraham Maslow

Abrahama Maslowa výrazně kritizoval omezený obraz člověka v tehdejších dvou hlavních psychologických směrech, psychoanalýze a behaviorismu. Pokouší o jistou rehabilitaci mimořádných duchovních prožitků a duchovních potřeb. On sám vidí tyto prožitky jako naprosto přirozené a zároveň je vyvazuje ze spojitosti s organizovaným náboženstvím. „*Chci poukázat na to, že spirituální hodnoty mají svůj přirozený význam a že nejsou výhradním majetkem organizovaných církví, že nepotřebují žádný nadpřirozený koncept k jejich schválení ...*“¹⁰⁵ Zároveň poukazuje na to, že by měla polevit úzkostlivá separace náboženství a vědy, která oba póly patologizuje. V rámci svého výzkumu se Maslow zabýval z našeho hlediska především tzv. vrcholnými zážitky, tedy *peak experiences*.

Jakou pozici podle Maslowa vlastně tyto prožitky mají? „*Počátkem, původním jádrem, esencí, univerzálním základem všech známých velkých náboženství bylo vždy soukromé, osamělé, osobní osvícení, zjevení nebo extáze nějakého mimořádně citlivého proroka či vizionáře.*“¹⁰⁶ Dle něj jsou to tedy právě tyto mimořádné prožitky, které později vedou ke vzniku konkrétního náboženství. Prožitky, které

¹⁰⁴ Benda, Jan. „Mystika a schizofrenie“(rigorózní práce) FF UK“. *Stín stromu* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.stinstromu.net/krize/mystika.pdf>>.s.18

¹⁰⁵ Maslow, Abraham H. „Religions, values and peak-experiences“. *The Psychedelic Library* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.druglibrary.org/schaffer/lsd/maslow.htm>>.

¹⁰⁶ Maslow, Abraham H. „Religions, values and peak-experiences“. *The Psychedelic Library* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.druglibrary.org/schaffer/lsd/maslow.htm>>.

jsou naprosto normální a přirozené, kolem nichž se vytváří nadpřirozený koncept v rámci kontextu té či oné kultury. Více neobvyklé je vlastně tyto prožitky nemít. O těchto lidech Maslow píše jako o „*non-peakers*“, jimž jejich strach a množství obranných mechanismů brání v jejich prožívání. To co se vytváří kolem této původně soukromé zkušenosti je tedy v podstatě jen něco nadbytečného, něco, co je třeba odstranit, abychom se tímto jádrem mohly zabývat. Původně nadpřirozená zkušenost je tedy přenesena do oblasti přirozenosti a tím se jí otevírají dveře na pole vědy. Maslow popsal 25 znaků, které tyto zážitky charakterizují. Mezi nimi například vnímání vesmíru jako celku, pocit přesahu, pocit, že jsme všichni dětmi božími, vnímání života a mé role v něm jako smysluplné atd.. Zmiňuje se také o tom, že tyto zkušenosti mohou a také většinou mají silný dopad na jedince. Zážitek může mít významný léčivý účinek. Může přinést změnu v životě jedince. Mezi ty nejvýraznější změny patří rozšířené vědomí, schopnost širšího vnímání. Dále se zmiňuje o tom, že poznání, které vrcholná zkušenost přináší, jen odhaluje to, co tu po celou dobu již bylo. Jedinec si uvědomuje, že to bylo jeho zúžené vnímání a prožívání světa, které mu bránilo vidět hlouběji do podstaty života. Vrcholná zkušenost také člověka uvádí do nového vnímání reality. Bytí v této zkušenosti charakterizuje 14 hlavních znaků. Bytí se jeví především jako realizace pravdy, božství, krásy, celistvosti či jednoty protikladů. Mezi další aspekty Maslow zařazuje například spravedlnost, absolutnost, jednoduchost nebo hravost.

Maslow pociťuje hlubokou ránu ve společnosti, která je důsledkem ztráty a celkového úpadku hodnot a duchovních zdrojů. Člověk ale podle něj nemůže žít bez náboženství či spirituality. Lidé potřebují pro svůj život tyto vyšší hodnoty. A právě zde může vrcholná zkušenost působit jako lék a vnést nový pocit smysluplnosti do života.¹⁰⁷

¹⁰⁷ Maslow, Abraham H. „Religions, values and peak-experiences“. The Psychedelic Library [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.druglibrary.org/schaffer/lsd/maslow.htm>>.

3. Přístup tradiční v psychologii a psychiatrii

3.1 Úvod

Jak jsem se zmínila výše, redukcionistické hledisko zastupuje či zastupoval hlavně behaviorismus a psychoanalýza, právě na tomto poli se slavil největší „úspěch v tomto obrazoboreckém úsilí“.¹⁰⁸ Pro behaviorismus je typická orientace na chování. „Nic jiného než chování, říkalo se, nemůžeme spolehlivě a objektivně popsat a měřit, držíme se tedy fakt.“¹⁰⁹ Přes mnoho pozitiv, které tento směr přinesl, objevilo se též mnoho negativ. Jedním z nich je odvrát od náboženství jako tématu psychologie.

„Považujeme-li náboženství za iluzi, oslabí to nevyhnutelně i náš respekt k němu jako ke svébytnému fenoménu a bude posílen náš sklon redukovat je na předpokládané příčiny této iluze, například na strach ze smrti, projikovaný oidipovský komplex či nástroj pacifikace a manipulace mas.“¹¹⁰

Jako příklad tohoto přístupu si může vzít psychoanalytika Franze Alexandra, který ve svém článku „Buddhistis training as an artificial catatonia“ z roku 1922, popisuje buddhistické meditační pohroužení jako „libidózní narcistický obrat touhy po vědění dovnitř, druh uměle navozené schizofrenie“.¹¹¹ První stupeň tohoto pohroužení považuje za „experimentálně vyvolanou melancholii“, v druhém stupni vidí „katatonickou extázi schizofrenie“, třetí stupeň považuje za postupný přechod do apatie a nakonec poslední čtvrtý stupeň představuje schizofrenickou demenci.¹¹² Dr. Theodor Schroeder řekl, že „veškeré náboženství je ve svých počátcích pouhým převrácením sexuální extáze a současné náboženství je jen v podstatě neměnný evoluční produkt psychosexuální perverze.“¹¹³

Kritiku těchto postojů nacházíme již v pracích Jamese a Underhillové. James kritizuje lékařský materialismus.

¹⁰⁸ White, Victor, *Bůh a nevědomí*, Vyšehrad, Praha 2003, s. 26.

¹⁰⁹ Říčan, Pavel, *Psychologie náboženství*, s. 48.

¹¹⁰ Tamtéž, s. 48

¹¹¹ Benda, Jan. „Mystika a schizofrenie“(rigorózní práce) FF UK“. *Stín stromu* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <http://www.stinstromu.net/kriize/mystika.pdf>, s.9.

¹¹² Tamtéž, s. 9.

¹¹³ White, Victor, *Bůh a nevědomí*, s. 26.

„Lékařský materialism, toť, jak se zdá, jest věru pravé pojmenování té prostoduché soustavy myšlenkové...Lékařský materialism odpravuje sv. Pavla nazývaje jeho vidění na cestě do Damašku náhlým ochrnutím týlní míchy, protože Pavel trpěl padoucníci. Ohrnuje noc nad sv. Terezii jako hysterickou, sv. Františka s Assisi prohlašuje za dědičně zatíženého. ... Všecky takové přepiatosti duševní, říká, jsou, pronikneme-li věci na kloub, jen případy zvláštního stavu tělesného, následky pokažené činnosti různých žláz, které fyziologicky chce teprve zjistiti a prozkoumati. A potom lékařský materialism myslí, že duševní vážnost všech těchto osobností jsou úspěšně podryty.“¹¹⁴

Podobně Underhillová kriticky poznamenává k této tendenci, že „sv. Pavla neváhali prohlásit za epileptika, sv. Terezii za „patronku hysteriků“ a v různých oddělením patologického muzea našli místo povětšinu jejích duchovních příbuzných“.¹¹⁵

Dále se podrobněji zaměříme na Freudův koncept, který je jakýmsi modelovým příkladem redukcionistického pojetí.

3.1 Psychoanalýza Sigmunda Freuda

Jedna z nejvýznamnějších postav psychologie, zakladatel psychoanalýzy, jež přinesl mnoho pozoruhodných a převratných poznatků z království lidské mysli. Z hlediska jeho přístupu k náboženské či duchovní otázce, jeho extrémního determinismu, ho musíme zařadit k redukcionismům.¹¹⁶ Jak se jeví z jeho textů, staví se vůči němu poměrně nepřátelsky, mnohdy až křečovitě nepřátelsky.

Freud sám pochází z náboženského prostředí. Vyrostl v židovské rodině a jeho chůvou, k níž měl velice blízko, byla silná katolička. Ovšem jak se zdá, již zde má kořeny určitý intrapsychický konflikt, jež se tak silně projevil v jeho vztahu k duchovním hodnotám.¹¹⁷ Freud, poslední velký osvícenec, hledal své útočiště v materialistickém přesvědčení. Jeho psychologie vycházela z předpokladů tehdejší vědy a jeho úmyslem bylo nalezení chemicko-fyzikálních sil, které působili obtíže jeho pacientům. Ve snaze nalézt své odpovědi však realizoval revoluční obrat. Začal naslouchat a hledat smysl v tom, co slyšel. Vysokou důležitost si v jeho díle zaslouží „*respekt k roli nevědomí v lidském prožívání a jednání.*“¹¹⁸ Celý jeho koncept „psychického aparátu“ se skládá ze tří rovin - nevědomí, předvědomí a

¹¹⁴ James, William, *Druhy náboženské zkušenosti*, s. 15.

¹¹⁵ Underhill, Evelyn, *Mystika-podstata a cesta duchovního vědomí*, s. 90.

¹¹⁶ Holm, G. Nils, *Úvod do psychologie náboženství*, s.110.

¹¹⁷ Říčan, Pavel, *Psychologie náboženství*, Portál, s. 178.

¹¹⁸ Tamtéž, s. 181.

vědomí, a tří instancí - Id(Ono) – Ego(Já) – Superego(Nadja). Ego i Superego čerpá svou energii z Id, které je nevědomé, „*pudy reprezentující zákon přírody v nás.*“¹¹⁹ Do nevědomí putují všechny pocity, myšlenky či představy, které jedinec považuje za nepřijatelné. V tomto „odpadkovém koši“ duše se tedy hromadí vše, co vyvolává úzkost, co se považuje za příliš ponižující či hrůzu nahánějící. Freud popsal několik způsobů, tzv. obranných mechanismů, jimiž k tomu dochází. Jedná se o mechanismy popření, znehodnocení, racionalizace, projekce, obrácení v opak či sublimace.¹²⁰ Skalický mluví o tom, že Freudovu představu nevědomí lze také z části považovat za předstupněm pozdějšího Jungova kolektivního nevědomí, přičemž odkazuje na tuto citaci:

*„...psychologie národů nemohla existovat bez předpokladu davové duše a kontinuity v lidském citovém životě, které nevedí přetržitost duševních aktů následkem zániku jednotlivců. Kdyby psychické procesy jedné generace nepokračovaly v následující, musela by každá svůj poměr k životu vždy znovu získávat a nebyl by tu možný řádný pokrok a vývoj.“*¹²¹

To ovšem neznamená, že by vytěsnění způsobilo zánik. Tyto obsahy mají neustálou tendenci stávat se vědomými, a proto se dříve či později mohou opět objevit a způsobit nemalé potíže. Právě v dešifrování těchto obsahů viděl Freud podstatu léčení psychických chorob svých pacientů.

Přístupme tedy k samotnému pojetí náboženství v rámci jeho konceptu. Freud se jím ve své práci zabýval poměrně hodně, vzhledem k tomu, že v zásadě jeho význam znevažoval. Nejprve ve své práci „Totem a Tabu“ z roku 1913, ve které předkládá svou představu vzniku náboženství. Jedná se o *totemismus*, na jehož příkladu popisuje původ a mechanismus tzv. oidipova komplexu. Freud předpokládá, na základě některých soudobých etnografických poznatků, existenci „pratlupy“, jejímž vůdcem je nejsilnější samec. Ten předchází promiskuitě tím, že svá mláďata poté, co dospějí odhání. Tato situace se však pro syny stává neúnosnou a tak dochází k otcovraždě. Freud v tom vidí mechanismus touhy po matce, jež nakonec musí vést k eliminaci otce. Tento prvotní zločin, jak ho Freud interpretuje, však vede u potomků k pocitům viny a následnému vyjevení láskyplných pocitů vůči otci. Upozorňuje zde tedy na celkovou ambivalenci

¹¹⁹ Říčan, Pavel, *Psychologie náboženství*, s.183.

¹²⁰ Tamtéž, s.181-184.

¹²¹ Skalický, Karel, *V zápase s posvátnem*, Centrum pro studium demokracie a kultury, Brno 2005, s. 68.

v pocitech synů vůči otci. Úzkost a vina je nakonec vyřešena v tzv. totemovém zvířeti, přičemž otcovy ženy, kvůli kterým k tomu došlo si synové odpírají, což mělo vést ke vzniku exogamie.¹²² Z toho vyplývá, že představa Boha u člověka je vytvářena předně podle otce. Doslova Freud píše, že „každý si tvoří boha podle vlastního otce, že jeho osobní poměr k bohu závisí na vztahu k tělesnému otci, dle něho se mění a kolísá – bůh je v podstatě jen povýšený otec.“¹²³ Vztah k otci, jenž je jádrem oidipova komplexu, je zároveň jádrem všech neuróz, a to jak na úrovni osobní tak kolektivní.

Další důležité dílo, zabývající se problematikou náboženství, je „Budoucnost jedné iluze“ z roku 1927. Zde Freud znovu symbolicky střílí do podstaty náboženství. Definiuje jej jako iluzi, jež vznikla „z těžké potřeby jako ostatní vymoženosti kultury a nutnosti hájit se proti nesmírné přesile přírody.“¹²⁴ Kromě otcovského komplexu je u kořenů vzniku náboženství také pocit bezmoci. Jedná se „kolektivní infantilní útěkovou reakci.“¹²⁵ „Je to vztah bezmocnosti dítěte k bezmocnosti dospělého, a tato je pokračováním oné, takže psychoanalytické odůvodnění náboženského vývoje se stává, jak se dalo čekat, infantilním příspěvkem k jeho manifestační motivaci.“¹²⁶

Pro Freuda je náboženství iluzorní a brání lidem v duševním probuzení. Je zapotřebí provést důkladnou revizi vztahu náboženství a kultury, o čemž píše v knize „Nespokojenost v kultuře“. Náboženství je podle něj „všelidskou nutkavou neurózou“¹²⁷, jejímž úkolem je ochrana jednotlivce před neurózou individuální. V této souvislosti Freud nacházel určitou spojitost mezi rituály náboženskými a rituály nutkavé neurózy. Neuróza je jakýmsi soukromým náboženstvím, přičemž náboženství je neurózou kolektivní.¹²⁸ Neuróza má charakter jakéhosi „návratu vytěsněného“, které se vrací jako bumerang zpět do vědomí. Je „určitým druhem obrany nebo pokusem o uzdravení, který nechápe sám sebe, protože reaguje na příčiny, zůstávající nevědomé.“¹²⁹

¹²² Skalický, Karel, *V zápase s posvátnem*, s. 63-68.

¹²³ Freud, Sigmund, *Totem a Tabu, Vtip*, Nakladatelství Práh, Praha 1991, s. 99.

¹²⁴ Skalický, Karel, *V zápase s posvátnem*, s.71.

¹²⁵ Holm, G. Nils, *Úvod do psychologie náboženství*, s.114.

¹²⁶ Skalický, Karel, *V zápase s posvátnem*, s.72.

¹²⁷ Tamtéž, s.73.

¹²⁸ Řičan, Pavel, *Psychologie náboženství*, s.189.

¹²⁹ Skalický, Karel, *V zápase s posvátnem*, s.78.

Z výše uvedeného je jasné, že Freud považoval náboženství za v podstatě nezdravou tendenci, přesto je však zajímavé, že této problematice věnoval překvapivě mnoho prostoru. „*At' už je náboženství obsesí lidstva či nikoli, bylo určitě jakousi obsesí pro Freuda samotného.*“¹³⁰ Zde je důležité poznamenat, že si Freud nebyl tak zcela jistý svými závěry a uvědomoval si, že náboženství jako takové může skrývat ještě mnoho aspektů, které on sám nepoznal.¹³¹

¹³⁰ White, Victor, *Bůh a nevědomí*, s. 54.

¹³¹ Skalický, Karel, *V zápase s posvátnem*, s.82.

4. Alternativní přístupy

V této části se zaměřím na přístupy, které jsou v rámci psychologie považovány za neredukcionistické a nabízejí mnohem otevřenější pohled na problematiku. Tímto směrem se vydala například Jungova psychologie, psychologie humanistická a později psychologie transpersonální. TČást dále rozdělím do dvou hlavních oddílů.

V tom prvním si představíme koncepty Carla Gustava Junga a Johna W. Perryho, jejichž práce měla silný vliv na pozdější vývoj na tomto poli. Jung přináší pozoruhodný vhled do otázky lidské spirituality a formuje nový směr, jenž se značně vymezuje vůči Freudovým myšlenkám, potažmo celkově redukci v otázkách lidské náboženské zkušenosti. Poté se zaměříme na Johna W. Perryho, průkopníka a experimentátora na poli práce s psychózou.

V druhé části se budu věnovat čistě psychologii transpersonální a jejímu pojetí, konkrétně pak kategorii psychospirituální krize.

4.1 Průkopníci

4.1.1 Analytická psychologie Carla Gustava Junga

Carl Gustav Jung patří k nejvýznamnějším myslitelům 20. století a to nejen na poli psychologie. Jeho dílo je mimořádně komplexní . Poté, co odmítl roli „korunního prince“ Freudovy psychoanalýzy a došlo mezi nimi k roztržce, přichází se svou analytickou psychologií. Budeme se především věnovat jeho odlišnému a novátorskému postoji k náboženství, kterým se vůči Freudovi vymezuje.

„Sigmund Freud, ..., by se bezpochyby energicky ohradil proti označení za náboženskou osobnost a náboženskou tematiku ve svém díle by hodnotil jako okrajovou. Naproti tomu Jung se k náboženství bez rozpaků hlásil jako k ústřednímu motivu svého života i svého díla a jeho přínos k poznání náboženství i vliv na další religionistické badatele je nesporně mimořádný.“¹³²

¹³² Říčan, Pavel, *Psychologie náboženství*, s.201.

Jungův osobní vztah k náboženství nás vede do jeho rodinného pozadí. Jeho otec byl evangelickým farářem, stejně jako matčin otec, který byl zároveň vášnivým spiritistou. Náboženský život, který mu jeho rodina předkládala, pro něj nebyl příliš šťastný. Již jako relativně mladý Jung prožívá svůj soukromý, niterný duchovní život. Svědčí o tom tato jeho zkušenost:

„Jednoho dne se díval na basilejskou katedrálu pod zářivě modrou oblohou, náhle však pocítil, že ponechá-li volný průběh proudu svých myšlenek, napadne ho něco tak hrozného, že tím zhřeší hříchem proti Duchu svatému, který nemůže být odpuštěn. Bránil se tedy urputně zakázané myšlence, kterou neznal. Třetí noc dospěl k názoru, že Bůh, který stvořil i hada v ráji a ve své vševědoucečnosti zařídil všechno tak, že první lidé museli zhřešit, chce, aby on, Carl, myslel dál. „Sebral jsem veškerou odvahu, jako kdybych měl skočit do pekelného ohně, a nechal jsem onu myšlenku přijít: Před mým zrakem stál krásný chrám, nad ním modré nebe, Bůh sedí na zlatém trůnu vysoko nad světem, a pod trůnem padá obrovský výkal na novou pestrou chrámovou střechu, rozbíjí ji a rozlamuje stěny chrámu.“ Pocítil „nesmírné ulehčení a nepopsatelné vysvobození. Místo očekávaného prokletí se na mě snesla milost a s ní nevýslovná blaženost, jakou jsem nikdy nepoznal. Plakal jsem štěstím a vděčností...“¹³³

Jung oproti Freudovi tedy vyzdvihuje roli a význam náboženství v životě člověka. Náboženstvím jako takovým Jung vnímá „pečlivé a svědomité dbaní a zachovávaní toho, co Rudolf Otto výstižně nazval „numinosum“, totiž dynamická existence nebo působení, jež není způsobeno nějakým aktem libovůle.“¹³⁴ Kritizuje Freuda za jeho jednostranný a omezený pohled na lidskou bytost, a jeho redukci „přílišným zdůrazňováním sexuality jako etiologického faktoru v psychopatologii a její úlohy v lidském životě vůbec.“¹³⁵ Avšak jejich vzájemná roztržka vedla u Junga ke krizi, která měla později mimořádný vliv na jeho práci. Sedmatřicetiletý Jung musel přerušit své působení na univerzitě, nacházel se v nesmírné životní tísní. Tázal se po významu svém i své práce. Krizi se však nebránil. „Místo, aby před tím, co se v jeho nitru vynořovalo, utíkal a snažil se to potlačit, plně se svým prožitkům otevřel, ale zachovával si nad nimi vědomou kontrolu: podrobně si je zaznamenával a snažil se chápat jejich smysl.“¹³⁶

¹³³ Říčan, Pavel, *Psychologie náboženství*, s. 203.

¹³⁴ Jung, Carl Gustav, *Výbor z díla IV. - Obraz člověka a obraz Boha*, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2001, s.14.

¹³⁵ Říčan, Pavel, *Psychologie náboženství*, s.204.

¹³⁶ Tamtéž, s.205.

Tuto zkušenost chápal Jung jako setkání se s vlastním nevědomím, a jak věřil také s nevědomím celého lidstva, tedy s kolektivním nevědomím.

4.1.1.1 Kolektivní nevědomí

Jedná se o zásadní Jungův přínos, jež u něj vedl k významné proměně pozice vědomí v rámci konceptu já. Jung se vydával na cesty po celém světě, aby se seznámil s příběhy a mytologiemi různých kultur. Na tomto základě se pouští do hlubokého zkoumání zdroje kolektivní lidské zkušenosti napříč civilizacemi. V rámci své praxe se často setkává s pacienty, kteří ve svých snech a fantaziích viděli výjevy či obrazy, které on sám také nacházel při svém studiu náboženství. Přichází tedy s myšlenkou, že existuje jistá vrstva lidské psyché, která obsahuje veškerou zkušenost života na této planetě. Veškeré pocity, přání nebo sny. Kolektivní nevědomí, jak jej nazval, má být také zdrojem veškeré náboženské zkušenosti. To má především kompenzační funkci. Je neustále aktivní a předchází jednostrannosti vědomí. Můžeme ho vidět „jako partnera vědomého Já, jako někoho, s kým je záhodno žít v souladu, ke komu se obracíme, od koho přijímáme inspirace a výzvy, někdy nebezpečné, vždy však životodárné.“¹³⁷ Právě v tomto vzájemném vztahu vidí Jung příčinu mnoha psychických poruch. Jde o nerovnováhu, o obranu před kompenzujícími tendencemi nevědomí. Tato snaha vede k nemoci.

„Dvojice protikladů jsou rozervány a výsledné rozpolčení vede k neštěstí, neboť nevědomé se brzy začne vědomí násilně vmouvat. Pak se objeví výstřední, nesrozumitelné myšlenky a nálady a často počínající halucinace, které zřetelně nesou stopu vnitřního konfliktu.“¹³⁸

V průběhu psychické poruchy se často objevují mytologická témata.¹³⁹ Jung je považuje za zcela přirozenou součást léčivého procesu a upozorňuje na škody, které mohou vzniknout, pokud je terapeut interpretuje pouze jako příznak regrese. Povinností terapeuta je rozšiřování vědomostí z oblastí náboženství či mytologie. Je dokonce možné nabídnout pacientovy jisté duchovní vedení, pokud je to

¹³⁷ Řičan, Pavel, *Psychologie náboženství*, s. 211.

¹³⁸ Benda, Jan. „Mystika a schizofrenie“(rigorózní práce) FF UK“. *Stín stromu* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.stinstromu.net/krize/mystika.pdf>>. s. 48.

¹³⁹ Jung, Carl gustav, . *Výbor z díla I. - Základní otázky analytické psychologie a psychoterapie v praxi*, nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 1996, s.378.

žádáno.¹⁴⁰ Victor White ve své knize „Bůh a nevědomí“ poznamenává, že Jung vidí vztah mezi nemocí a absencí Boha v lidském životě, a cituje úryvek z jeho díla:

„Z bohů se stali nemoci; nikoli Zeus, nýbrž solar plaxus nyní vládne Olympu a způsobuje výpadky úředních hodin nebo narušuje mozek politika či novináře, který pak rozpoutá duševní epidemii. ... Když není Bůh uznáván, rozvinou se sobecké touhy a z tohoto sobectví vzniká nemoc.“¹⁴¹

Vznik, ale také léčba psychické nemoci je podle Junga spjata s duší jakožto celkem. Není to problém pouze jedné její části.

„...Předmětem oboustranného zájmu je psychicky nemocná a trpící bytost, kterou je třeba pojímat jak z hlediska somatického a biologického, tak z hlediska duchovního a náboženského. Problém neurózy se rozšiřuje z narušené sféry instinktů k nejzazším otázkám a rozhodnutím celého našeho světového názoru. Neuróza není izolovaný, jasně určený jev, je to reakce celé lidské bytosti.“¹⁴²

Tím se otevírá otázka po pozici Boha v rámci Jungova konceptu. Přes jeho v zásadě pozitivní postoj k náboženství a jeho roli v lidském životě, není odpověď zcela jednoznačná. Jung sám sebe prezentuje jako empirika, tedy jako někoho, jehož zájmem není rozhodnout, zda Bůh existuje či ne. Jung upozorňuje na tuto skutečnost především ve snaze uvést na pravou míru řeči o jeho „mystických“ tendencích, které o něm ve vědeckých kruzích té doby kolovaly.

„Pakliže fenomén náboženství má velmi důležitý psychologický aspekt, zabývám se tímto tématem z čistě empirického hlediska, tj. omezují se na pozorování fenoménů a zdržuji se jakýchkoli metafyzických a filosofických úvah. Nepopírám platnost jiných způsobů uvažování, ale nemohu si činit žádný nárok na korektní aplikaci těchto hledisek.“¹⁴³

Jungovo kolektivní nevědomí je plné tzv. archetypů, tedy určitých „praobrazů“, jak je původně nazval, psychických sil nevědomí. Archetypy a náš vztah k nim je též velice důležitý.

¹⁴⁰ Jung, Carl Gustav, . *Výbor z díla I. - Základní otázky analytické psychologie a psychoterapie v praxi* s.34.

¹⁴¹ White, Victor, *Bůh a nevědomí*, s.36.

¹⁴² Tamtéž, s. 13.

¹⁴³ Jung, Carl Gustav, *Výbor z díla IV. - Obraz člověka a obraz Boha.*, s.12.

„Byly vždy nositeli ochrany a zdraví a jejich porušení má za následek „ohrožení duše“ dobře známé psychologie primitivů. Bezpochyby totiž také probouzejí neurotické a dokonce i psychotické poruchy, a to tím, že se chovají stejně jako zanedbávané nebo špatně ošetřované tělesné orgány nebo orgánově funkční systémy.“¹⁴⁴

Výjimečnou roli mezi archetypy má „Idea Boha“. Tato idea byla podle Junga vytlačena z vědomí moderního člověka, ale opět se vrací.¹⁴⁵ Je tedy součástí lidské psyché, načež Jung klade důraz na pochopení, že člověk a Bůh nejsou podstatně rozděleni. Bůh je uvnitř, nikoli vně. Tímto postojem se blíží k tvrzení mystiků duchovních cest celého světa. Na druhé straně je však důležité zmínit, že ne všichni jsou jeho postoji nadšeni. Především ze strany některých teologů zaznívají kritické hlasy stavící se proti některým jeho formulacím. Jung se ne vždy vyjadřoval jasně a důsledně, objevují se tak rozporné momenty, ve kterých je Bůh vykreslován či chápán spíše jako archetyp. Uvězňuje tak Boha v kolektivním nevědomí? To je samozřejmě na náboženské půdě zdrojem kontroverze. Personifikace archetypu umožnila Jungovi vyjádřit mnoho svých myšlenek, ale stejně tak vyvolala pochybnosti o tom, do jaké míry nejde u něj jen o jiný způsob redukcionismu.¹⁴⁶ Tento názor podporuje Sudbrack, když píše, že *„Jung se pokoušel redukovat náboženskou zkušenost na prožitek sebe sama a terapeuticky ji využít v procesu stávání se sebou samým“*.¹⁴⁷

Jung ve své práci často připomínal, že se lidská společnost nachází na kritickém bodě. *„...Slepota našeho věku nemá obdoby.“*¹⁴⁸ Varoval před podceněním role náboženského života, což bylo podle něj jádro globální krize. Kritizuje však zároveň i náboženství samotné. Na jedné straně připouští, že institucionalizované náboženství hraje roli ochránce před bezprostřední duchovní zkušeností, udržuje ji a reguluje. Vytýká mu však jistou znehybnělost, přičemž sám sobě přiděluje reformátorský úkol. *„K pochopení náboženských záležitostí dnes existuje asi už jen psychologický přístup, a proto se snažím historicky znehybnělé myšlenkové formy zase roztavit a přelít je do názorů s bezprostřední zkušeností.“*¹⁴⁹

¹⁴⁴ Jakobi, Jolande, *Psychologie C.G. Junga*, Psychoanalytické nakladatelství, Praha 1992, s.26 .

¹⁴⁵ Jung, Carl Gustav, *Výbor z díla IV. - Obraz člověka a obraz Boha*, s.78.

¹⁴⁶ Řičan, Pavel, *Psychologie náboženství*, s. 226.

¹⁴⁷ Sudbrack, Josef, *Náboženská zkušenost a lidská duše*, Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří 2002, s.20.

¹⁴⁸ White, Victor, *Bůh a nevědomí*, s.31.

¹⁴⁹ Řičan, Pavel, *Psychologie náboženství*, s.233.

4.1.1.2 Bytostné Já a proces Individuace

Přistupme ale k dalšímu silnému momentu Jungova díla, k pojmu „Bytostného Já“ (das Selbst), které je jakýmsi těžištěm, středem lidské psyché. Právě k němu má člověk směřovat v rámci procesu sebeuvědomění. *„Bytostné Já je především tajemstvím celosti. Je archetypem, ale jeví se i jako střed lidské bytosti spojující vědomí a nevědomí – a zároveň i jako její celek. Pro vědomé já je bytostné Já nepoznatelné, protože je přesahuje: Jak by mohla část pojmut celek?“*¹⁵⁰ Bytostné Já je pro Junga zkušeností v podstatě duchovní, „numinózní“. Pocit blížícího se cíle, přibližování se Pravdy. Ta nemůže být podle něj vyjádřena jinak než pomocí mytologických či uměleckých obrazů. Mohou jím být postavy jako Kristus, či Buddha, nebo mocná mytologická zvířata jako had nebo štír, může jít o květinu, svatý grál či kříž.

Jakou roli hraje idea Boha v bytostném Já? Jak píše Řičan, *„obraz Boha je symbolem bytostného Já.“*¹⁵¹

*„Dospěli k sobě samým, dokázali přijmout sebe samé, byli s to smířit se sami se sebou, a tím se také smířili s nepříznivými okolnostmi a událostmi. Je to téměř totéž, co se dříve vyjadřovalo slovy: „Smířil se s Bohem, obětoval svou vlastní vůli tak, že se podřídil vůli Boží.“*¹⁵²

Nyní se na Junga podíváme z jiného úhlu pohledu, a to prostřednictvím Bonnie Greenwellové, jejíž koncept bude rozebrán později. Dovolím si sem vložit její pojetí Jungova procesu individuace ve srovnání s procesem „probuzení energie kundaliní“. Greenwellová odkazuje na některá místa v jeho spisech, kde můžeme nalézt také zmínky o energii kundaliní. Co se jí týče, Jung ji vidí jako určitý aspekt nevědomí, jež je možné probudit pomocí očištěné mysli, správného postoje a milosti nebes. K tomuto probuzení je také nutné vnitřní nutkání, jiskra. Odkazuje na tuto citaci:

*„A touto jiskrou je kundaliní, něco absolutně neuchopitelného, co se může projevit jako strach, neuróza nebo též jako živý zájem, ale musí to být něco, co je nadřazené vši vůli. Není-li tomu tak, nedostanete se dál; vrátíte se od první překážky, utečete, jakmile spatříte leviatana. Ale pokud vás tato živá jiskra, toto nutkání, tato potřeba drží pod krkem, není cesty zpět, budete muset čelit tomuto zmatku.“*¹⁵³

¹⁵⁰ Řičan, Pavel, *Psychologie náboženství*, s.220.

¹⁵¹ Tamtéž, s.226.

¹⁵² Jung, Carl Gustav, *Výbor z díla IV. - Obraz člověka a obraz Boha*, s.109.

¹⁵³ Greenwellová, Bonnie, *Energie transformace*, DharmaGaia, Praha 2002 s.340.

Greenwellová reaguje takto:

„Neuróza, strach a zájem rozhodně nejsou Kundalíní, avšak, jak jsem se zmínila dříve, není neobvyklé je zažívat jako součást procesu probuzení. V mnohém však Jung vystihuje jádro zkušenosti – sílu a nevyhnutelnost, ovládá-li nás nutkání silnější, než jsme my sami.“¹⁵⁴

Proces individuace je uskutečnění bytostného Já, jde o vědomé pochopení a integraci všech možností přítomných v jedinci.¹⁵⁵ Zásadní rozdíl mezi těmito procesy podle Greenwellová spočívá v jejich směřování. Jung varoval před splnutím s nevědomím, považoval to za nezdravé pro psýché. *„Bezpodmínečný požadavek pro vývoj osobnosti je tedy přísné oddělení od kolektivní psýché, neboť každé nedostatečné odlišení způsobí okamžité rozplynutí individuálního v kolektivním.“¹⁵⁶* V rámci procesu dává přednost neustálému dialogu mezi egem a Self. Nebezpečím pro něj bylo jednak pokud je ego vstřebáváno Self, jedinec splyne s nekonečným chaosem, či pokud ego asimiluje Self, vede to k inflaci ega.¹⁵⁷ Naopak proces probuzení kundalíní podle Greenwellové směřuje právě ke splnutí s božským. *„Pokouší se odevzdat celé své bytí nekonečnu a snaží se splynout s nadvědomým.“¹⁵⁸* Greenwellová upozorňuje na to, že přesun od identifikace s osobním self k identifikaci s kolektivním Self je samotným základem psychické dynamiky „probuzení kundalíní“. *„Celistvost našeho self se rozpadá, aby nám umožnila zažít Celistvost – prvotní a věčnou celistvost univerzálního Self. Najednou nás zasáhne uvědomění, že naše existence je pouhou hrou energií, odehrávající se v iluzorním prostoru a čase.“¹⁵⁹*

Na straně druhé ale zdůrazňuje řadu společných a zároveň vzájemných prospěšných aspektů. Zaprvé - oba koncepty respektují duchovní dimenze jedince. Dále, Jungův přístup může být přínosný v rámci integrace procesu. Práce se sny, malování, tanec, psaní poezie atd., pomáhá přijmout a pochopit celý proces.

¹⁵⁴ Greenwellová, Bonnie, *Energie transformace*, s. 340.

¹⁵⁵ Jacobi, Jolande, *Psychologie C. G. Junga*, s.57.

¹⁵⁶ Jung, Carl Gustav, *Výbor z díla III. - Osobnost a přenos*, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 1998, s.44.

¹⁵⁷ Jung, Carl Gustav, *Výbor z díla IV. - Obraz člověka a obraz Boha*, s. 27-68.

¹⁵⁸ Greenwellová, Bonnie, *Energie transformace*, s.342.

¹⁵⁹ Tamtéž, s. 344.

Podobný přínos můžeme sledovat v oblasti vyrovnání se smrtí, nebo v případě kundaliní se smrtí ega.¹⁶⁰

Nakonec se vraťme ještě k Jungovi a dodejme poznámku k terapii a postoji terapeuta samotného. Duchovní aspekt lidské bytosti je nemožné zcela vymístit, je stále přítomno v nevědomí. Terapie tedy musí rozšířit svůj záběr a nezaměřovat se pouze na fragment. „*Duše je jeden celek, kde vše závisí na všem.*“¹⁶¹ Pro Junga je také vysoce důležitý dialog mezi psychologií a náboženstvím, jež by měl vést k oboustrannému obohacení. Budiž toho dokladem spolupráce s teologem Victorem Whitem. Jungův systém skýtá mimořádnou komplexnost a záběr, dodnes je předmětem mnoha interpretací. Jung svou prací inspiroval mnohé následovníky k proměně postoje k duchovním fenoménům, a co víc, jeho závěry způsobily revoluci v pojetí lidské bytosti a jejího vývoje. Jistě, Jung se v některých věcech mýlil, ale jeho objevy vedly k mnohem hlubšímu pochopení lidského údělu. V některých momentech se stal téměř prorokem a stal se inspirací pro mnoho změn nejen v rámci psychologie.

4.1.2 Proces „obnovy“ Johna W. Perryho

Velkým průkopníkem ve způsobu léčby psychotických pacientů byl jungiánský analytik John Weir Perry. Během sedmdesátých let založil speciální středisko věnující se pomoci lidem, procházejícím psychotickou epizodou, nazvané Diabasis. Během této léčby nepoužíval žádné léky. Psychózu považoval za případ vývojové krize, která je odrazem samoléčebné a transformativní snahy psýchy. V jejím průběhu se jedinci vynořuje mnoho mytologických obrazů či vizí, které mají podle Perryho svůj původ v Jungově kolektivním nevědomí.

*„Přival zmatku a chaosu vizionářských obrazů graduje momentem připomínajícím zážitek smrti a vstupu o posmrtného života. Na cestě k tomuto kritickému bodu se naše pozornost obrací postupně od zájmu o vnější, běžnou realitu k záležitostem týkající se daleko intenzivnější reality vnitřního světa. Energie v oblasti vědomí prudce klesá, zároveň je však intenzivně aktivována archetypální úroveň hlubinné psýchy, nadaná hojnou mytickou představivostí.“*¹⁶²

¹⁶⁰ Greenwellová, Bonnie, *Energie transformace*, s. 343.

¹⁶¹ Jung, Carl Gustav, *Výbor z díla I. - Základní otázky analytické psychologie a psychoterapie v praxi*, s.76.

¹⁶² Grof, Stanislav, Christina, Grofová, *Krise duchovního vývoje*, Chvojko nakladatelství, Praha 1999, s.83.

Perry spolu se mytologem Josephem Campbellem došli k závěru, že jednotlivé fáze psychóz mají svou paralelu v cestě mytologického hrdiny, jak ji Campbell popsal ve své knize „Tisíc tváří hrdiny“. Campbell jednotlivé fáze označil jako počáteční separaci, jakési volání na cestu. Následnou iniciaci, v níž hrdina „vstoupí do snové krajiny podivně proměnlivých a dvojnásobných tvarů, kde musí překonat řadu zkoušek“¹⁶³. A konečný návrat, kdy hrdina přináší svůj vydobytý poklad a „musí konfrontovat společnost se svým elixírem, který obnovuje život a otrásá egem“.¹⁶⁴ Dle něj nemusí tedy být „schizofrenický kolaps ničím jiným než cestou zpět do duše a zpět časem, cestou směřující k tomu, co bylo ztraceno či opomenuto, cestou k obnově životodárné rovnováhy“¹⁶⁵. Campbell píše, že cesta do nitra, vykonaná mytologickým hrdinou, mystikem, šamanem a schizofrenikem má v zásadě podobný scénář, přesto však mezi ně klade dělicí čáru.

„Mystik vstoupí do vody a zjistí, že plave, jelikož má k plavání určité dispozice a krok za krokem následuje rad svého mistra; schizofrenik je naproti tomu sám, bez pomoci a bez talentu, zcela nepřipraven – spadl či záměrně skočil do vody a topí se. Má nějakou naději na záchranu? Chytne se vůbec záchranného kruhu, když mu ho někdo hodí?“¹⁶⁶

Perry na straně druhé svůj „proces obnovy“ popsal takto:

„V důsledku aktivace nevědomí a zhroucení ega je vědomí přemoženo hlubšími úrovněmi psyché a jedinec se ocitá v psychickém stavu naprosto odlišném od jeho okolí. Je ponořený do světa mýtu. Cítí se náhle izolovaný, protože nenachází pochopení na straně těch okolo něj. Strach z této přemoženosti a izolace způsobuje vlnu paniky, která jej uvádí do tísnivého stažení se. Jeho emoce již nejsou spojeny s běžnými věcmi, ale upadají do starostí a obrovských nesnází s vnitřním světem mýtů a obrazů“¹⁶⁷

Proces samotný je podle Perryho motivován neadekvátním sebepojetím osobnosti. Může mít velice dramatický průběh.

„Ve snech nebo vizích je častým projevem tohoto obrovského náboje psychická energie, jež se uvolňuje během procesu a jež po určitý čas působí v naší psychice hotovou spoušť –

¹⁶³ Campbell, Joseph, Tisíc tváří hrdiny, Portál, Praha 2000, s. 95.

¹⁶⁴ Tamtéž, s. 197.

¹⁶⁵ Campbell, Joseph, Mýty, Pragma, Praha 1998, s. 222.

¹⁶⁶ Tamtéž, s. 229.

¹⁶⁷ Benda, Jan. „Mystika a schizofrenie“(rigorózní práce) FF UK“. *Stín stromu* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.stinstromu.net/kriize/mystika.pdf>>. s. 50.

*nikoli nepodobnou nukleárnímu výbuchu. Ačkoliv se naše přirozenost usilovně snaží vystoupit na povrch, dotýčný může mít pocit, že jeho vlastní podstata i hodnoty jsou zcela zničeny.*¹⁶⁸

Centrum celé obnovy tvoří „archetyp středu“. Zde se odehrává celý boj, který na sebe vzal „formu rituálního dramatu.“¹⁶⁹ Perry uvádí, že proces obnovy má za svůj cíl stanovenou lásku či moudrost. Ta může být prožívána jako „vřelost a intimita v mezilidských vztazích i jako přímý pocit jednoty všech bytostí.“¹⁷⁰ Jako prvotní aspekt tohoto procesu se objevují dva motivy. Jde o motiv smrti a zničení světa.

*„Tyto a další archetypální obrazy plní funkci spirituálních procesů tím, že uvolňují a transformují duchovní energie, jež poté vystupují z původních struktur, aby v budoucím čase vešly do nových. To vše se děje v zájmu rozvoje a kultivace širšího vědomí, k jeho rozšíření a otevření se novým dimenzím prožitků.“*¹⁷¹

V pozdějších fázích procesu se často objevují další mytologické obrazy, z nichž jsou důležité především návrat zpět časem a pak zejména boj protikladů, který může nabýt nebývalých rozměrů. Perry označil i další kategorie. Jedná se o „Střed“ (střed světa nebo kosmická osa), „Smrt“ (ukřižování, rozdrcení nebo rozsekání, mučení, přeházené končetiny nebo kosti, otrava, lidé vypadají jako živé mrtvoly), „Návrat k počátkům“ (rajská zahrada, vody bezedné propasti, počáteční kroky evoluce, primitivní kmenová společnost, stvoření planet). nebo „Kosmický konflikt“ (demokracie a komunismus, armageddon). Dále k nim patří „Hrozba protikladu“ (identifikace s postavou opačného pohlaví; nadvláda opačného pohlaví; pokusy vyhladit opačné pohlaví), „Apoteóza“ (král nebo královna, božstvo nebo světec, hrdina nebo hrdinka, mesiáš), a „Duchovní svatba“ (sňatek s Bohem nebo Bohyní). Poslední tři kategorie tvoří „Nové zrození (ideje znovuzrození; Božské dítě, dítě spasitel), „Nová společnost“ (Nový Jeruzalém, poslední ráj, Utopie, světový mír; nový věk) a „Svět rozdělený do čtyř částí“ (čtyři kontinenty nebo čtvrtiny; čtyři politické

¹⁶⁸ Grof, Stanislav, Christina, Grofová, *Krise duchovního vývoje*, s.81.

¹⁶⁹ Tamtéž, s.83.

¹⁷⁰ Tamtéž, s.86.

¹⁷¹ Tamtéž, s.81

strany, vlády nebo národy; čtyři rasy nebo náboženství; čtyři osoby božství; čtyři elementy nebo stavy bytí).¹⁷²

Jedinec procházející tímto procesem je však často konfrontován s nepříjetím svého okolí a tak se jeho strach z toho, co prožívá ještě stupňuje. Perry silně zdůrazňuje potřebu partnera na této cestě. Jedinec je podporován, aby si našel jednoho či dva spolupracovníky, se kterými by mohl proces absolvovat. Tito partneři na sebe mohou brát role některých specifických mytologických postav či sil, které se v zde vynořují. Pro Perryho jsou tyto vztahy naprosto rozhodující v konečném vyústění. Je velice těžké jít po této cestě sám.¹⁷³

Co se týče samotné diagnózy, Perry zdůrazňuje, že mytologické obrazy či vize ještě neznamenaají, že jedinec má duševní poruchu. Co je podle něj rozhodující, je však samotný přístup jedince k těmto vizím. Perry totiž varuje před tím, aby se jedinec ztotožňoval se svými vnitřními obrazy. Je důležité, aby nadále vnímal tyto vize jako projev jeho vnitřního života či jako obsah kolektivního nevědomí. V tomto momentě podle Perryho často hrozí, že jedinec propadne kouzlu svých vidění a dojde k tomu, co on nazývá inflace ega. „*Co činí tyto vizionářské stavy skutečně psychotické je to, že jedinec s paranoidními ideologiemi či představami směřuje k identifikaci se vším, co přichází ze spodu, což vede k silnému zmatku.*“¹⁷⁴

Perry vidí celý proces jako snahu organismu vyrovnat se s nezpracovanými aspekty psýchy. A pokud nakonec dojde k této dramatické krizi, je podle něj důležité, aby jedinec hledal ve svých vizích a mimořádných zážitcích smysl a posunul se dále ve svém vývoji.

¹⁷² Benda, Jan. „Mystika a schizofrenie“(rigorózní práce) FF UK“. *Stín stromu* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.stinstromu.net/krize/mystika.pdf>>.s.51.

¹⁷³ Grof, Stanislav, Christina, Grofová, *Krize duchovního vývoje*, s 82.

¹⁷⁴ O'Callaghan, Michael. „A conversation with Dr. John Weir Perry“. *Global vision* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.global-vision.org/philosophy/index.php>>.

4.2 Přístupy transpersonální psychologie

4.2.1 Úvod

Abraham Maslow, Antony Sutich nebo Stanislav Grof - to jsou jména, která stojí u zrodu transpersonální psychologie, jež podle nich přináší duchovní rozměr a význam duchovního života zpět do oblasti psychologie. Transpersonální psychologie je úzce spojena s celkovou proměnou společnosti jako celku, což bývá označováno jako „změna paradigmatu“. Capra mluví o hluboké krizi naší společnosti.

„Je to komplexní, mnohorozměrná krize, jejíž různé stránky postihují každý aspekt našeho života: techniku, naše zdraví a způsob obživy, kvalitu životního prostředí a sociální vztahy, hospodářství a politiku. Představuje krizi intelektuální, morální a duchovní. Krizi co do míry a naléhavosti v zaznamenané lidské historii nebyvalou. Poprvé musíme čelit velice reálné hrozbě vyhynutí lidské rasy a vůbec všeho života na této planetě.“¹⁷⁵

Součástí této krize je však také celková proměna pojetí lidské zkušenosti, stejně jako pojetí lidského já jako takového. Tuto změnu odráží transpersonální psychologie, zvláště pak ve svém přístupu ke změněným stavům vědomí, jakožto přirozené součásti spirituální dimenze lidské psýché. Drury píše, že vznikla „nová věda zasvěcená studiu skutečných hlubin lidské povahy a s možností báječných syntéz znalostí o mezilidských vztazích, seberealizaci a transcendentních možnostech“.¹⁷⁶

Ne všichni jsou však nadšeni. Na adresu těchto myšlenek zaznívá kritika nejen z pozic tradiční psychologie a psychiatrie, ale také z pozic náboženských. Sudbrack ze svého křesťanského hlediska kritizuje především Grofa, když píše, že u něj spiritualita „nabyla zcela bezbřehého významu“.¹⁷⁷

„Mezitím se vytvořil propletenec, v němž lze sotva rozpoznat, kde se propojuje pravda s omylem, jak daleko sahá zájem esoterické naivity až po mystické výšiny a jakým způsobem je propleteno to, co je možné přírodovědecky uchopit s tím, co zahrnuje hlubiny na poli duševním a duchovním.“¹⁷⁸

¹⁷⁵ Capra, Fritjof, *Bod Obratu*, DharmaGaia, Praha 2002, str.25.

¹⁷⁶ Drury, Nevill, *Nové horizonty*, Votobia, Olomouc 1996, s. 66.

¹⁷⁷ Sudbrack, Josef, *Náboženská zkušenost a lidská duše*, s. 22.

¹⁷⁸ Tamtéž, s. 22.

Sudbrack dále varuje na tendenci, která se podle něj objevuje u Grofa, ale i u jiných představitelů tohoto směru, tedy zredukovat „skutečnost života na jednoznačnost uchopitelného, čímž se také stává manipulovatelnou. Dále doplňuje, že „tím se však z života, který se opíral o symbolické a rituální úkony, stává instrument moderní vědy a techniky. Mystika je tak „prokouknuta“ a život se dostává stále více „pod palec“ člověka“.¹⁷⁹

Psychologické hledisko zastupující Říčan také upozorňuje na problematičnost Grofových závěrů. „Nekritické přijímání Grofových informací by patrně bylo stejnou chybou jako jejich paušální odmítnutí, k němuž svádějí očividné prohřešky proti vědecké disciplíně.“¹⁸⁰ Kritický je k postavení holotropní zkušenosti v Grofově konceptu, která má podle něj velice autoritativní pozici. Na druhé straně upozorňuje na tendenci pojímat a řadit duchovní zkušenosti z různých náboženství pod kategorii transpersonálních zážitků, přičemž zcela opomíjí specifika těchto náboženství. „Vybírá z různých náboženství rituály a názory, z nichž komponuje svou vlastní synkrezi.“¹⁸¹ Zároveň píše, že Grof je bytostně spojen s náboženským vlnou šedesátých let, přičemž poukazuje na komercializaci této scény a typickou synkrezi.¹⁸²

Transpersonální psychologie však není pouze Grof. Já se v následující části pokusím načrtnout koncepty, které se cíleně zaměřují na fenomén psychospirituální krize. Je důležité si uvědomit, že transpersonální psychologie je nesmírně široká oblast, jež zahrnuje celou škálu myšlenkových proudů. Setkáváme se s různorodou úrovní vztahu mezi psychologickým a duchovním. Na základě toho jsem se pokusila vybrat zástupce, kteří každý po svém představují určitou pozici v rámci tohoto bohatého spektra. Začneme s Grofem a dále představíme Davida Lukoffa a Bonnie Greenwellovou.

¹⁷⁹ Sudbrack, Josef, *Náboženská zkušenost a lidská duše*, s. 24.

¹⁸⁰ Říčan, Pavel, *Psychologie náboženství*, s. 237.

¹⁸¹ Tamtéž, s.239.

¹⁸² Tamtéž, s.240.

4.2.2. Stanislav Grof

4.2.2.1 Úvod

Stanislav Grof patří k zakladatelům transpersonální psychologie. Jeho texty mohou být viděny, píše Říčan, jako „*kontroverzní odborná literatura, zčásti jako náboženský fenomén.*“¹⁸³

Grof se narodil a poté vystudoval medicínu v Praze. Ve své praxi se od roku 1956 věnoval převážně výzkumu psychedelik a jejich účinků. Byl přesvědčen o terapeutickém potenciálu LSD¹⁸⁴ a to především ve specifických kategoriích pacientů jako jsou „*sexuální devianti, alkoholici, drogově závislí a kriminální recidivisté*“.¹⁸⁵ Grof poznamenává, že „*potencionální přínos LSD a dalších psychedelických látek pro psychiatrii a psychologii je srovnatelný s přínosem mikroskopu pro biologii a medicínu nebo dalekohledu pro astronomii.*“¹⁸⁶ Upozorňoval na to, že užití LSD umožňuje průnik do oblastí lidského nevědomí, ve kterých je možné nalézt mnoho objasňujícího materiálu pro pochopení lidské spirituality.

„*Mystické zážitky často pozorované během sezení LSD nabídl radikálně nové porozumění široké řadě fenoménů ze spirituální oblasti, včetně šamanismu, rituálů přechodu, starověkých mystérií smrti a znovuzrození, východních náboženství a filosofii a mystických tradic světa.*“¹⁸⁷

Poté, co byli psychedelika vyloučeny z vědeckého výzkumu, vytváří jiné metody a možnosti jak využít své poznatky z předešlých výzkumů. Se svou ženou Christinou zavádějí metodu tzv. holotropního dýchání a rozpracovává otázku „*psychospirituální krize*“. Než se na tento koncept krize zaměříme, je nutné uvést do Grofova modelu lidské psýchy.

¹⁸³ Říčan, Pavel, *Psychologie náboženství*, s.234.

¹⁸⁴ Diethylamid kyseliny lysergové, , semisyntetická psychedelická droga.

¹⁸⁵ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, Moraviapress, Praha 2007, s.197.

¹⁸⁶ Tamtéž, s.200.

¹⁸⁷ Tamtéž, s.198 .

4.2.2.2 Model psýché

Jak bylo naznačeno výše, Grof vytváří svůj model na základě výzkumu s psychedelickými látkami. Často též na vlastní kůži pocítil jejich účinek, nehledě na množství sezení, které vedl. Během těchto zkušeností byl mnohdy svědkem vynoření náboženských či spirituálních symbolů. Mnozí klienti prožili nevšední zkušenosti a zážitky, jež podle něj nacházejí svůj odraz ve světových náboženstvích. Podle Grofa je dosavadní model lidské osobnosti, který je možné vztáhnout pouze na prožitky biografické roviny a individuálního nevědomí, nedostatečný.

„Takový model je však zcela neadekvátní pro porozumění dynamice emočního a psychosomatického léčení, přestavby osobnosti a rozvoje vědomí, které doprovázejí tak účinné postupy, jako je psychedelická terapie, uzdravování pomocí extatického tance nebo některé prožitkové přístupy moderní psychoterapie.“¹⁸⁸

Jeho nový model lidské psýché zahrnuje kromě biografické roviny ještě dvě další. Jde o „perinatální oblast, spojenou se zážitky týkající se narození a smrti, a transpersonální oblast.“¹⁸⁹ Zaměřme se nyní podrobněji na jednotlivé úrovně.

Grof popisuje biografickou rovinu jako základní, tu, kterou se podle něj zabývaly vesměs všechny předchozí terapeutické modely. Spadají sem všechny prožitky svázané s konkrétním životem člověka.

„Zážitky náležející do oblasti vzpomínkově biografické se vztahují k okolnostem provázejícím život člověka od narození do současnosti. Na této rovině sebezkoumání se mohou se sféry nevědomí vynořit nejrůznější záležitosti, například nevyřešený konflikt, potlačené neintegrovane vzpomínky nebo nekompletní psychické gestalty (percepční struktury) a mohou se stát obsahem prožitku.“¹⁹⁰

V souvislosti s touto problematikou je třeba zmínit Grofův termín *coex-sytém*. Grof jej objevil v rámci biografických zkušeností, je však hluboce spjat se všemi dimenzemi psýché. Coex-systémy (systems of condensed experience), tedy systémy zhuštěné zkušenosti, jsou jisté komplexní a dynamické sestavy. „Systémy coex se skládají s emočně nabitých vzpomínek z různých období života, které jsou

¹⁸⁸ Grof, Stanislav, *Dobrodružství sebeobjevování*, Perla, Praha 1992, s. 13.

¹⁸⁹ Tamtéž, s. 13.

¹⁹⁰ Tamtéž, s. 15.

*si vzájemně značně podobné kvalitou sdílených emocí nebo fyzických pocitů.*¹⁹¹ Každý coex systém má své základní téma, které prostupuje všemi jeho vrstvami, a hraje v našem životě důležitou roli. Mohou ovlivňovat způsob jak vnímáme sami sebe či okolní svět. Jde o dynamicky působící síly, které aktivují naši mysl, a naopak, tyto systémy jsou zároveň ovlivňovány našim okolím, světem kolem nás. *„V současnosti coexové systémy chápu jako obecné principy prostupující a organizující lidskou psyché.“*¹⁹²

„Perinatální“ oblast psyché má ležet těsně pod oblastí biografickou a *„úzce souvisí se vznikem života i jeho koncem, s narozením a smrtí.“*¹⁹³ Etymologický význam slova směřuje k zážitkům týkajícím se vlastního porodu. Předpona „peri“ znamená „blízko“ nebo „okolo“ a kořen „natis“ znamená „týkající se porodu“. Grof se ve svém výzkumu silně věnuje právě tématu porodu a staví se proti, podle něj, neadekvátnímu postoji akademické psychiatrie. *„Tak do očí bijící logická kontradikce objevující se v seriózním vědeckém myšlení je až neuvěřitelná a musí být výsledkem hlubokého emočního potlačení, kterému je vystavena vzpomínka na porod.“*¹⁹⁴ Grofův model tedy vyzdvihuje význam traumatu porodu mezi výrazné činitele v našem nitru. Jde o *„pocit krutého, život ohrožujícího uvěznění a zoufalý a rozhodný zápas za vlastní osvobození a přežití.“*¹⁹⁵ Je však důležité upozornit, že spektrum perinatálních prožitků není omezeno pouze na ty, jež mají nějakou konkrétní biologickou souvislost s porodem jako takovým. Perinatální oblast psyché *„zároveň představuje důležitou bránu ke kolektivnímu nevědomí v jungovském slova smyslu.“*¹⁹⁶ Mohou se zde vyskytnout zážitky odkazující k *„duchovnímu otevření a objevu mystických rozměrů psyché a existence.“*¹⁹⁷

V souvislosti s perinatální dimenzí zavádí Grof tzv. bazální perinatální matrice (basic perinatal matrice – BPM). Jedná se o určité prožitkové konstelace, spojené s jednotlivými stádii porodu, přičemž *„každá perinatální matrice má své specifické biologické, psychologické, archetypální a spirituální aspekty. Kromě toho, že mají svůj vlastní konkrétní obsah, BMP také fungují jako organizující principy pro*

¹⁹¹ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s.41.

¹⁹² Tamtéž, s.42.

¹⁹³ Tamtéž, s.46 .

¹⁹⁴ Tamtéž, s.47.

¹⁹⁵ Tamtéž, s.47.

¹⁹⁶ Tamtéž, s.48.

¹⁹⁷ Tamtéž, s.48.

*zážitky s jiných úrovní nevědomí“.*¹⁹⁸ Grof rozděluje průběh porodu na čtyři základní stádia a analogicky nastiňuje též problematiku bazálních perinatálních matric (BMP).

První odpovídá stádiu původního spojení s matkou a Grof ji vnímá jako „*amniotický vesmír*.“ Plod je v symbiotické jednotě s mateřským organismem a pokud není ničím rušen, nachází se v téměř dokonalých podmínkách. Mezi zážitky, které se v rámci této matrice vynořují, patří obrazy rozsáhlých a neomezených prostor. Jde o prožitky, které překračují veškerá omezení a překážky.

*„Někdy se můžeme ztotožnit s celými galaxiemi, meziplanetárním prostorem anebo celým vesmírem, jindy se vznášíme v moři anebo prožíváme existenci různých vodních živočichů...anebo se sami staneme oceánem...Můžeme mít archetypální vize matky přírody.“*¹⁹⁹

V těchto typech prožitků Grof zdůrazňuje duchovnost a posvátnost této matrice. Nejvyšším z těchto prožitků je podle něj pocit jednoty s kosmem. „*Charakteristické je pro něj překročení hranic času a prostoru, neuvěřitelně silné extatické pocity, vědomí jednoty s veškerým bytím bez jakýchkoli omezení, hluboká úcta a láska ke každému stvoření.*“²⁰⁰ Na straně druhé však stojí prožitky opačné, tedy prožitky narušeného plodu. Zde se objevují obrazy nesmírně nebezpečných situací, znečištěné a otrávené přírody. V archetypálním smyslu se setkáváme s obrazy metafyzického zla, démonů, rozpadem dobře známých struktur.²⁰¹ „*Prožitky toxického lůna mohou být spojeny s vizemi děsivých démonických bytostí...univerzálního ohrožení anebo krvavé apokalyptické vize konce světa.*“²⁰²

Druhá perinatální matrice, pojmenovaná „*pohlčení kosmem a pocit uvěznění*“²⁰³, je spojena s další fází, ve které dochází k samotnému počátku biologického porodu, které provázejí děložní stahy. „*Obvykle cítíme, že jsme vtahováni do obrovského víru anebo pohlcování nějakým mýtickým netvorem...Což může být provázeno obrazy pohlcujících nebo škrťících monster...Můžeme také prožívat sestup do hlubin podsvětí, říše smrti nebo pekla.*“²⁰⁴ Jde o velice dramatické prožitky, které

¹⁹⁸ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s.49.

¹⁹⁹ Tamtéž, s.49.

²⁰⁰ Grof, Stanislav, *Dobrodružství sebeobjevování*, s.23.

²⁰¹ Tamtéž, s.23.

²⁰² Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s.50.

²⁰³ Tamtéž, s.52.

²⁰⁴ Tamtéž, s.52.

vyjadřují nesmírné napětí této fáze. Emoční a fyzická agónie, beznadějí a bezmoc, úzkost z pohlcení kosmem či strach z bezprostředního ohrožení života. Grof zde nachází analogie s archetypálními postavami jakými jsou Tantalos, Prométheus, Sisyfos atd.. Celý život se v náhledu této matrice zdá být absurdním dramatem, místem absolutní beznaděje a osamělosti.²⁰⁵ „*Jít hlouběji do tohoto zážitku by bylo jako přijmout věčné zatracení. Tento stav temnoty a propastného zoufalství bývá v duchovní literatuře popisován jako temná noc duše, obtížná fáze duchovního otevření.*“²⁰⁶

A dostáváme se ke třetí matrici, tedy k té, již Grof označuje jako „*boj smrti a znovuzrození.*“²⁰⁷ Nacházíme se ve stádiu, kdy plod prochází porodním kanálem, probíhá nesmírný zápas o přežití. Běžná jsou témata titánského zápasu, bolesti, agrese, sexuálního vzrušení apod.. Dále je časté ztotožnění se zuřícími přírodními živly, jako vulkány, zemětřeseními nebo tornády. V kategorii archetypální se setkáváme často s postavami, které symbolizují bolest a obětování. Grof jmenuje především Ježíše, dále božský pár Isis a Osirise, Dionýsa či bohyni Innanu. Běžné jsou též obrazy posledního soudu, očištění či kosmické bitvy světla a temnoty. Důležitou roli zde hraje též motiv ohně a jeho očištné plameny.²⁰⁸

A nakonec přichází čtvrtá a závěrečná matrice, nazvaná „*prožitek smrti a znovuzrození*“.²⁰⁹ Nacházíme se v poslední fázi porodu, před samotným příchodem na svět. Prožitky spojené s tímto stádiem symbolizují naprostý zánik. „*Zažíváme absolutní zánik probíhající na všech představitelných úrovních, což zahrnuje fyzickou destrukci, emoční katastrofu, intelektuální a filosofickou porážku, naprostý morální kolaps nebo dokonce duchovní zatracení.*“²¹⁰ Bezprostředně po tomto absolutním zániku přichází ono znovuzrození. Jsme zaplavováni nádhernými vizemi plnými světla, jež vnímáme jako posvátné. „*Poté, co jedinec prožil situaci, která vypadala jako naprostá apokalyptická zkáza, jen o několik vteřin později zažívá vize božského světla, zářících nebeských bytostí, rajských krajin, fantastických obrazů duhy nebo pavích per.*“²¹¹

²⁰⁵ Grof, Stanislav, *Dobrodružství sebeobjevování*, s.26

²⁰⁶ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s.53

²⁰⁷ Tamtéž, s. 54

²⁰⁸ Tamtéž, s.54

²⁰⁹ Tamtéž, s.57

²¹⁰ Tamtéž, s.58

²¹¹ Tamtéž, s.59

Třetí dimenzí lidské psýchy je dimenze „transpersonální“. Ta obsahuje zážitky, které překračují čas a prostor, stejně tak hranice ega.

„Transpersonální zážitky nejlépe definujeme, když je postavíme do protikladu s každodenním prožíváním sebe samého a světa, tedy jakým způsobem musíme prožívat sebe sama a okolního prostředí, abychom byli v souladu s normami naší kultury a považováni současnou psychiatrií za „normální“.“²¹²

Charakteristickým prvkem transpersonálních prožitků je „pocit, že vědomí prožívající osoby expandovalo za běžné hranice vlastního já a překročilo obvyklá omezení daná časem a prostorem.“²¹³ Grof tyto prožitky dále dělí do tří kategorií. První nazval „prožitková extenze vědomí v rámci konvenční reality a časoprostoru“. Spadají sem zážitky překračující hranice prostoru a času. „Patří sem zážitky splnutí s jinou osobou do stavu, který můžeme nazvat „duální jednotou“, ztotožnění s druhou osobou, identifikaci s vědomím celé lidské skupiny anebo dokonce k rozšíření vědomí, kdy se zdá, že jsme se ztotožnili s celým lidstvem.“²¹⁴ Druhá skupina prožitků je nazvaná „prožitkové přesažení hranic konvenční reality a časoprostoru“. Zde je možné se setkat například se „spiritistické a mediální zážitky, energetické jevy související s jemnohmotným tělem, setkání s duchovními vůdci a nadlidskými bytostmi či zážitky univerzálních archetypů.“²¹⁵ A nakonec třetí kategorie, tedy „Transpersonální zážitky psychoidní povahy“. Sem zařazuje především „spiritistické jevy a fyzikální mediálnost, psychokinezi, UFO nebo siddhi“.²¹⁶ Transpersonální zážitky nelze podle Grofa, nahlížet pouze „v konvenčním smyslu jako intrapsychické fenomény“.²¹⁷

„Na jedné straně se objevují ve stejném prožitkovém kontinuu jako biografické a perinátální prožitky. A tudíž přicházejí z oblasti individuální psýché. Na druhé straně, jak se zdá, jsou schopny přímo, bez zapojení smyslů, zachytit zdroje informací, které se evidentně nacházejí daleko mimo běžný dosah jedince.“²¹⁸

²¹² Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s.61.

²¹³ Grof, Stanislav, *Dobrodružství sebeobjevování*, s. 42.

²¹⁴ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s.61.

²¹⁵ Grof, Stanislav, *Dobrodružství sebeobjevování*, s.46.

²¹⁶ Tamtéž, s.47.

²¹⁷ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s.64.

²¹⁸ Tamtéž, s.64.

4.2.2.3 Holotropní stavy vědomí a holotropní dýchání

Celá Grofova práce je založena na výzkumu mimořádných stavů vědomí, které on označuje jako stavy „holotropní“. Jaký mu Grof přikládá význam? Pochází z řeckého „holos“ , tedy „celý“ a „trepein“, což znamená „pohybovat se směrem k něčemu“. Slovem holotropní tedy míní „směřující k celistvosti“ či „zaměřený na celek“.²¹⁹ Základním filosofickým předpokladem je podle něj „*skutečnost, že průměrný člověk z našeho kulturního prostředí funguje způsobem, který je hluboko pod úrovní jeho skutečných schopností a možností.*“²²⁰ Samotné dosažení těchto stavů je možné hned několika způsoby. Zaprvé pomocí psychedelických látek, které byly v minulosti za tímto účelem často využívány, dále pomocí duchovních praktik jako jsou například meditace, dechové techniky nebo jóga. V neposlední řadě jsou to právě moderní terapeutické postupy, které mohou tyto stavy aktivovat. Jde o „*prožitkové formy psychoterapie mezi něž řadíme hypnózu, neo-reichiánské přístupy, primární terapii a „rebirthing“.*“²²¹ Sem Grof zařazuje též svou metodu, kterou vyvinul v polovině sedmdesátých let se svou ženou Christinou.

Co je tedy podstatou holotropního dýchání?

*„Tato metoda vyvolává hluboké holotropní stavy vědomí kombinací velice jednoduchých prostředků – zrychleného dýchání, evokativní hudby a techniky práce s tělem, která pomáhá uvolnit reziduální bioenergetické a emoční bloky.“*²²²

Sezení se obvykle konají ve skupinách a samotní účastníci pracují v párech, v roli dýchajících a dohlížejících. Na průběh dohlížejí školení instruktoři, pokud by byl nutný nějaký zásah. Celý proces je zakončen prací s prožitky a jejich sdílení se skupinou. Grof upozorňuje na některé prožitky, které se během sezení často vyskytují. Jedná se například o třes, bití kolem sebe, zaujímání polohy plodu či jogínských pozic. Je ovšem též možné prožívat velice intenzivní pocity aniž by se jedinec pohnul. Tyto reakce odkazují k jednotlivým rovinám psýchy tak jak byly popsány výše. Co se týče samotné interpretace těchto prožitků, je v ostrém kontrastu s celkovým pojetím této metody, stanovit nějaký definitivní verdikt.

²¹⁹ Grof, Stanislav, *Dobrodružství sebeobjevování*, s.137.

²²⁰ Tamtéž, s.137.

²²¹ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s.34.

²²² Tamtéž, s.79.

Jedinec má k dispozici instruktory, se kterými může svůj prožitek dále probírat a pracovat na jeho integraci. V zásadě se jedná o jakési spojení „*prvků z moderního výzkumu vědomí, hloubkové psychologie, transpersonální psychologie, východních spirituálních filosofí a domorodých léčebných praktik.*“²²³ Mnoho si tedy Grof půjčuje, co však je podle něj unikátním rysem holotropního dýchání je „*využití terapeutického potenciálu holotropních stavů vědomí.*“²²⁴ Tato metoda podle něj umožňuje přístup do všech úrovní psýchy a možnost dostat se k „*hlubokým psychospirituálním kořenům emočních a psychosomatických poruch. Umožňuje také využít mechanismy léčení a transformace osobnosti, které operují na těchto úrovních psýché.*“²²⁵

4.2.2.4 Psychospirituální krize

Grof píše o holotropních stavech vědomí, které povstávají spontánně, a jelikož podle něj „*moderní psychiatrie nerozlišuje mystické či spirituální stavy od mentálních poruch, bývají lidé, kteří tyto stavy prožívají, označováni za psychotiky, hospitalizováni a podrobováni rutinní supresivní psychofarmakologické léčbě.*“²²⁶ Grof se ostře staví proti tomuto náhledu a zdůrazňuje léčivý potenciál těchto stavů, jež jsou mnohdy příznakem duchovního vývoje.

*„Západní psychiatrie a psychologie nepovažuje holotropní stavy za potencionální zdroje léčení nebo cenných informací o lidské psýché, ale především za patologické fenomény. Tradiční psychiatrie má tendenci při setkání se spontánně se vyskytujícími holotropními stavy je bez rozmyslu označovat patologickými názvy a aplikovat potlačující léčbu.“*²²⁷

Grof se svou manželkou Christinou vytvářejí v osmdesátých letech novou kategorii, nazvanou *spiritual emergency*, do češtiny přeloženou jako „psychospirituální krize“. Etymologicky vycházejí z latinského „*emergere*“ neboli „*vynořování se na povrch*“, „*objevení se*“, nebo „*jít vpřed*““. Jde tedy v podstatě o

²²³ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s.79.

²²⁴ Tamtéž, s.80.

²²⁵ Tamtéž, s.80.

²²⁶ Tamtéž, s.35.

²²⁷ Tamtéž, s.38.

„vynořování se na povrch materiálu, který je mu nesrozumitelný“.²²⁸ Grof tyto zážitky definuje jako:

„Epizody neobvyklých zkušeností, zahrnující změny vědomí a změny percepčních, emocionálních, kognitivních a psychosomatických funkcí, ve kterých je patrný přesah obvyklých hranic definice vlastního Já, tj. posun k trans-personálním zážitkům. Člověk má schopnost nahlížet na tento stav jako na vnitřní psychologický proces a přistupovat k němu jako k takovému. Kapacita k formování adekvátních terapeuticko-pracovních vztahů a duševní spolupráce je zachována. Tato kritéria nezahrnují pacienty s těžšími paranoidními stavy, persekucními bludy, některými halucinacemi a ty, kteří užívají projekci, externalizaci a acting out.“²²⁹

Grof tyto momenty vidí jako intenzivní duchovní transformace, které pokud jsou podporovány, nikoli potlačovány, mohou jedinci přinést své ovoce. Je třeba je vidět jako „potencionálně blahodárny proces, vyjadřující spontánní léčivou sílu organismu.“²³⁰ I když podstata této krize může vést k pozitivnímu vyústění, proces samotný bývá mnohdy velice dramatický.

„Pokud je správně pochopíme jako obtížné stupně přirozeného vývojového procesu a budeme k nim takto přistupovat, mohou stavy psychospirituální krize vést k spontánnímu vyléčení různých emočních a psychosomatických poruch, k příznivým změnám osobnosti, řešení důležitých životních problémů a vývoji směřujícímu k stavu, jež někteří označují jako „vyšší vědomí“.“²³¹

Co se týče samotné diagnózy, Grof varuje před patologizací těchto stavů, stejně jako před tendencí „romantizovat nebo glorifikovat psychotické stavy či dokonce přehlédnout závažný lékařský problém.“²³² Je tedy nutné nejprve zcela vyloučit jakýkoli fyziologický problém, který by mohl vyvolat takovéto stavy a teprve poté využít možnost tohoto modelu. Grof sám nicméně dále varuje před obtížností rozlišení mezi skutečnou psychózou a psychospirituální krizí. Jako pomůcka může fungovat například to, jakým způsobem jedinec o svém stavu hovoří. Pokud má tendenci o něm otevřeně a srozumitelně mluvit, je možné to brát jako aspekt psychospirituální krize.

²²⁸ Vančura, Michael. „Psychospirituální krize“. *Diabasis* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <http://www.diabasis.cz/_data/attachments/3a4b4319e2d35854a6f8ea0c135a2857/PSYCHOSPIRITUAL_NI_KRIZE_M_Vancura.pdf>.

²²⁹ Vančura, Michael. „Psychospirituální krize“. *Diabasis* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <http://www.diabasis.cz/_data/attachments/3a4b4319e2d35854a6f8ea0c135a2857/PSYCHOSPIRITUAL_NI_KRIZE_M_Vancura.pdf>.

²³⁰ Grof, Stanislav, *Dobrodružství sebeobjevování*, s.137.

²³¹ Grof, Stanislav, *Krize duchovního vývoje*, s. 22.

²³² Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s.120.

Tato krize, podle Grofa, vyžaduje ke svému pochopení mnohem širší model lidské psýchy než ten „omezený na postnatální biografii a freudovské nevědomí.“²³³ Grof popisuje také spouštěče této krize. Může se jednat o nějaký fyzický faktor, jako například operace, úraz či nemoc ohrožující život. Může se též jednat o silný sexuální zážitek, popřípadě porod, ztráta blízké osoby či vztahu. Mezi časté faktory patří také různé meditační práce a techniky atd..²³⁴ Grof též definuje některé základní druhy psychospirituální krize, přičemž podotýká, že se vzájemně mohou též prolínat. Podívejme se na ně blíže.²³⁵

4.2.2.4.1 Šamanská krize

Grof se zmiňuje o tom, že se v rámci holotropního dýchání často setkal s lidmi, kteří prožívali epizody velice podobné šamanské krizi. Jednalo se o prožitky fyzického i psychického mučení, zážitky smrti a znovuzrození či různé spojení se zvířaty, rostlinami a přírodními silami. Tyto epizody byly a stále jsou mnohdy nepochopeny, podobně jako fenomén šamanské krize. Grof připomíná, že tato iniciační nemoc má své přirozené a respektované místo v šamanských kulturách, kde je postava šaman ctěna.²³⁶ Šamanská nemoc je vnímána jako nutná součást přípravy šamana na jeho úkol, nutná proto, aby se stal „velkým mistrem extáze“.²³⁷ Podobně se k problematice staví i Kalweit, když píše, že „nemoc je voláním po seberealizaci, rozvíjením vlastní bytosti“.²³⁸

Významný příspěvek na tomto poli přinesl Eliade svou knihou „*Šamanismus a archaické techniky extáze*“, kde popisuje budoucího šamana jako bytost nervózní, trpící nespavostí či dokonce záchvaty epilepsie. V určitém momentu to vypadá jakoby ztratil rozum a odchází „do lesů, živí se kůrou stromů, vrhá se do vody i do ohně, způsobuje si zranění noži.“²³⁹ V tomto bodě je nebudoucí šaman poučován starým šamanem a jeho iniciace začíná.

²³³ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s.117.

²³⁴ Tamtéž, s.121.

²³⁵ Tamtéž, s.126.

²³⁶ Tamtéž, s.127.

²³⁷ Eliade, Mircea, *Šamanismus a archaické techniky extáze*, Argo, Praha 1997, s.25.

²³⁸ Grofovi, Stanislav a Christina, *Krize duchovního vývoje*, s.93.

²³⁹ Eliade, Mircea, *Šamanismus a archaické techniky extáze*, s. 33.

„Ať už je budoucí šaman psychopat či nikoliv, musí podstoupit některé iniciační zkoušky a musí se mu dostat někdy nesmírně složitého vzdělávání. Pouze tato dvojí iniciace – extatická a didaktická – jej proměňuje z případného neurotika v šamana uznávaného společnosti.“²⁴⁰

4.2.2.4.2 Probuzení kundaliní

Probuzení kundaliní vychází z indického konceptu a je spojena s probuzením energie, jež sídlí ve spodní části páteře. Ta, pokud je aktivována, vystupuje posupně všemi čakrami, tedy energetickými centry, směrem vzhůru. Během procesu dochází k očišťování, což způsobuje potíže. Grof v této souvislosti upozorňuje na omyl Junga, který považoval probuzení kundaliní za jev výlučně východní, přičemž její probuzení u nás na Západě datoval do dob značně vzdálených. Naopak Grof ji vidí jako jev, který je zde přítomen již teď.²⁴¹

Pionýrskou práci na tomto poli odvedl Ithak Bentov, který přináší svůj fyziologický model kundaliní a předkládá základní aspekty procesu. Jeho model vysvětluje kundaliní jako jev fyziologický, který nepředpokládá žádné supernaturální síly. Fyziologický syndrom definoval na základě studia fyziologických změn objevujících se v tělech meditujících. Bentov přišel na to, že *„určité mechanické vibrace, elektromagnetické vlny nebo zvuky mohou v laboratorních podmínkách spustit i u nemeditujícího člověka reakci podobnou vlnám produkovaným v mozku během meditace.“²⁴²*

Na jeho práci navazuje Lee Sannella, autor významné knihy s názvem *„Zážitky Kundaliní: psychóza či transcence?“*. Pokouší se načrtnout rozdíly, které probuzení kundaliní odlišují od psychotické epizody. Zároveň rozpracovává původní Bentovův model a porovnává ho s modelem jogínským. Jaké jsou jeho závěry?

Dle něj spočívá zásadní rozdíl v samotné „cestě“ energie kundaliní.

„Mezi našimi pozorováními jsou však jisté rozdíly. Nejzásadnější je to, že podle našich pozorování a dokladů mnoha tradic, stoupá energie od chodidel do nohou,

²⁴⁰ Eliade, Mircea, *Šamanismus a archaické techniky extáze*, s. 32.

²⁴¹ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s. 129.

²⁴² Sannella, Lee. „Kundalini: Psychosis or Transcendence“ [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.skaggs-island.org/humanistic/sannella/kundalini.html>>.s.140.

*do trupu, zády a páteří až k hlavě, poté však sestupuje přes obličej, prochází krkem a definitivně končí v břiše.*²⁴³

V tomto bodě se tedy rozchází se závěry klasického jogínského modelu. Dalším bodem, ve kterém se Sannella s jogíny rozchází je časové hledisko. Podle Sannelly proces trvá průměrně kolem několika měsíců, na straně druhé jogínská literatura mluví minimálně o třech letech. Zde tedy podotýká, že je docela dobře možné, že fyzio-kundaliní cyklus pouze částí probuzení kundaliní, pouze prvním krokem procesu.²⁴⁴ Zde bych se chtěla zmínit o kritickém pohledu na Sannelovo pojetí, a to prostřednictvím Bonnie Greenwellové, jejímž konceptem se budeme zabývat později. Poukazuje na to, že fyzio-kundaliní syndrom může být bližší spíše k určitému druhu pránického uvolnění než k procesu probuzení kundaliní z hlediska tantry.

*„Zdá se mi, že uznání fyzio-kundaliní syndromu nedokazuje ani nevyvrací probuzení Kundaliní, ale je popisem právnických příznaků, které může meditující zažít. Může být znamením vnitřního konfliktu mezi egem a Self...nebo příznakem souvisejícím s určitými bloky v jednonohném těle, na něž narazíme v průběhu změněných stavů, anebo to může být reakce spuštěná stimulací mozku.*²⁴⁵

Sannella pojímá kundaliní jako evoluční proces s pozitivním efektem na lidský život. Zdůrazňuje, že lidé, kteří tímto procesem prošli, jsou schopni prožívat svůj život mnohem radostněji a hodnotněji. Zároveň však také upozorňuje na možnost přítomnosti určitých stavů, připomínajících schizofrenii.

Co podle něj odlišuje psychotika od jedince procházejícího probuzením energie kundaliní? V zásadě jde o samotný postoj jedince k tomu, co prožívá. U kundaliní jednoznačně převládá schopnost objektivně o procesu hovořit, tendence své zážitky sdílet. Naproti tomu psychotik se chová nejasně, tajnůstkářsky a není schopen své pocity vyjádřit. Dále je to pocit tepla, který se pouze mimořádně vyskytuje u psychotiků, je však zcela příznačný pro „vyšší“ stavy vědomí. Často se objevují pocity vibrací, mravenčení či chvění. Pro kundaliní jsou obvyklé vnitřní vize světla, stejně jako bolesti hlavy, neobvyklé způsoby dýchání nebo spontánní

²⁴³ Sannella, Lee. „Kundalini: Psychosis or Transcendence“ [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.skaggs-island.org/humanistic/sannella/kundalini.html>>. s.12.

²⁴⁴ Sannella, Lee. „Kundalini: Psychosis or Transcendence“ [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.skaggs-island.org/humanistic/sannella/kundalini.html>>. s.56.

²⁴⁵ Greenwellová, Bonnie, *Energie transformace*, s.144.

pohyby těla. Co se týče hlasů nebo různých zvuků, pro psychotika jsou nepříjemné a vtíravé, přicházející zvnějšku, v případě kundalini jsou vnímány jako přicházející zevnitř a nejsou zaměňovány za vnější realitu.²⁴⁶

Sannella také upozorňuje, že u mnohých se jejich stav zdramatizoval na základě negativních reakcí jejich okolí, a proto zdůrazňuje nutnost změny přístupu. Jedná se samozřejmě především o změnu přístupu samotných psychoterapeutů, ale jde mu také o změnu celospolečenskou. Podobně kritický přístup zastává také Jyoti, autorka knihy *„Anděl zavolal mé jméno“*, když píše, že *„paradox může být v tom, že klíč k pochopení nás samotných jako lidí se nachází na uzavřených psychiatrických odděleních a ve věznicích naší kultury“*.²⁴⁷ Sannella apeluje na rozšíření informací o kundalini. Co se týče terapie samotné podotýká, že by terapeut měl proces podpořit, neboť jeho popírání vede k mnohem těžším následkům. Pochopení a akceptace jsou nejsilnější nástroje, které by měl terapeut používat.²⁴⁸

4.2.2.4.3 Epizody sjednocujícího vědomí

Zde Grof odkazuje především na práci Abrahama Maslowa, kterou jsme se zabývali již výše. Grof oceňuje především jeho kritiku západní psychiatrie a její tendenci zaměňovat tyto „vrcholné zážitky“ za duševní onemocnění.²⁴⁹

4.2.2.4.4 Psychologická obnova přes návrat k centru

Tento typ krize, podle Grofa, popsal John Weir Perry jako „proces obnovy“, kterému jsme se též věnovali výše. Zde snad jen zmíním Grofovu poznámku, že jde o druh krize, u kterého existuje největší pravděpodobnost pro diagnostikování psychické poruchy, a to pro svou hloubku a intenzitu.²⁵⁰

²⁴⁶ Sannella, Lee. „Kundalini: Psychosis or Transcendence“ [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.skaggs-island.org/humanistic/sannella/kundalini.html>>.s.57.

²⁴⁷ Jyoti, *Anděl zavolal mé jméno*, DharmaGaia, Praha 2000, s.27.

²⁴⁸ Sannella, Lee. „Kundalini: Psychosis or Transcendence“ [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.skaggs-island.org/humanistic/sannella/kundalini.html>>.s.59.

²⁴⁹ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s. 129.

²⁵⁰ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s. 131.

4.2.2.4.5 Krize otevření jasnoviděckých schopností („Psychické otevření“)

Do oblasti této krize patří psychické otevření, jejímiž projevy mohou být jevy jako „astrální projekce, předpovídání budoucnosti, telepatie nebo jasnozřivost“.²⁵¹ Mezi nejproblematictější prožitky řadí Grof mimotělní zážitky (out-of-body experience). Tomuto fenoménu se intenzivně věnoval Robert A. Monroe. Ten v roce 1972 založil za účelem výzkumu těchto jevů Monroeův Institut (The Monroe Institute).²⁵² Na základě svého celoživotního zájmu a především jeho osobních intenzivních zkušeností pobývání mimo tělo, definuje mimotělní zážitky jako „plně vědomý stav, kdy se nacházíte mimo své fyzické tělo“.²⁵³ Monroe mluví o tzv. „druhém těle“.²⁵⁴ Existují však jisté rozdíly mezi tímto stavem a stavem běžným.

„Pohybujete se prostorem (také časem?) pomalu, ale třeba i rychlostí vyšší, než je rychlost světla. Pozorujete různé události, zapojujete se do nich a podle toho, co vnímáte a jak se chováte, se svobodně podle své vůle rozhodujete. Nedělá vám potíže projít zdí, předmětem z kovu a betonu, půdou, mořskou vodou, vzduchem a dokonce nejste dotčeni ani radioaktivním zářením.“²⁵⁵

Monroe ve svých textech píše o strachu a hrůze, kterou mohou tyto zážitky u jedince vyvolat, píše o nesmírné úzkosti z šílenství a smrti. Co víc, narušují zcela dosavadní pohled na svět, hodnoty, na své vlastní já. Zpochybňují závěry vědy. Zároveň předkládá, že jedinec s těmito zážitky je vystaven odmítnutí okolí a je pokládán za ne zcela zdravého. Monroe vidí své poznatky jako bránu k transformaci psychologie a psychiatrie a celého pojetí duševní nemoci, které vidí jako nedostatečné. „Je jistě možné, že mnozí s těch, kteří jsou označováni za schizofreniky, trpí spíše nějakou nemocí druhého těla.“²⁵⁶

²⁵¹ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s.133.

²⁵² Monroe, Robert A., *Cesty mimo tělo*, Triton, Praha 2007, s. 11.

²⁵³ Monroe, Robert A., *Daleké cesty*, Lott, Praha 2003, s. 15.

²⁵⁴ Monroe, Robert A., *Cesty mimo tělo*, s. 36.

²⁵⁵ Monroe, Robert A., *Daleké cesty*, s. 15.

²⁵⁶ Monroe, Robert A., *Cesty mimo tělo*, s.263.

4.2.2.4.6 Zážitky s minulých životů

Grof se s těmito jevy setkal zvláště při svém psychedelickém výzkumu a pak také při výzkumu pacientů s rakovinou, kteří byli konfrontováni s ohrožením života. Uvádí příklady, kdy měly tyto zážitky hluboce léčivý efekt na pacienta.²⁵⁷

Popisuje je jako „*sekvence, které se odehrávají v jiných historických obdobích a často v jiných zemích a jsou obvykle spojeny se silnými emocemi a fyzickými pocity*“. ²⁵⁸ Vynoření těchto „vzpomínek“ může objasnit problém či nesnáze v životě člověka, může přinést světlo do dlouhodobých nevyřešených potíží, které se prezentují v obdobných situacích, chronicky opakovaných modelech chování. Může ovšem také znamenat otřes pohledu na svět, stejně tak i náboženského vnímání. Integraci těchto zážitků může být, podle Grofa, karmická konstelace vyřešena.²⁵⁹

4.2.2.4.7 Komunikace s duchovními „průvodci“ a „channeling“

Během holotropního dýchání se podle Grofa může člověk setkat s tím, že určitá bytost, často vnímaná jako zemřelá, nadlidská či dokonce božská, stojí o jistý osobní vztah. Tento vztah může být chápán jako vztah jedince a jeho učitele, průvodce či ochránce. Mezi nejčastější jevy na tomto poli se řadí tzv. „channeling“. Jedná se o jev, který není žádnou novinkou, vzpomeňme například na slavnou herečku Shirley MacLaine, která přispěla ke značnému zpopularizování tohoto jevu. O co vlastně jde? Osoba při něm dostává informace ze zdroje, který vnímá jako přítomný za hranicemi jejího vědomí. Grof v této souvislosti mluví svérázně o spojitosti mezi channelingem a náboženskými texty jako Korán, Kniha Mormon, ale i Védami a tzv. „Kurzem zázraků,“.²⁶⁰

Podstata krize leží opět v pocitu, že jedinec trpí psychickou poruchou. Slyšení hlasů patří mezi známé symptomy schizofrenie. A podobně jako u většiny druhů psychospirituální krize, i zde může dojít ke značnému znejistění ohledně filosofického zakotvení dotyčné osoby a jejího postavení ve světě. Na druhé straně

²⁵⁷ Grof, Stanislav, *Holotropní Vědomí*, Perla, Praha 1999, s. 130.

²⁵⁸ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s. 135.

²⁵⁹ Tamtéž, s. 136.

²⁶⁰ Tamtéž, s. 137.

se objevuje také nebezpečí inflace ega, tedy pocitu, že jelikož se mi dostává těchto informací, musím být skutečně mimořádnou duchovní osobností.²⁶¹

4.2.2.4.8 Zážitky blízké smrti

Zážitky blízké smrti (near-death experience) jsou v posledních desetiletích mimořádně intenzivně zkoumaným jevem, přestože se nejedná o jev neznámý. Setkáváme se s ním například v „*Tibetské knize mrtvých*“. Revoluci na tomto poli v rámci západní kultury však zahájila studie Raymonda Moodyho „*Život po životě*“, vydaná roku 1975. Moody v ní zkoumá příběhy a zážitky lidí, kteří se ocitly na hranici smrti, ať už kvůli nehodě či vážné nemoci. Ve svých závěrech dochází k tomu, že tyto zážitky mají mnoho společného, popisuje především 15 základních znaků. Ty se vyskytují různě v jednotlivých případech. Jsou to především zvukové vjemy, tmavý tunel, výstup z těla, světelná bytost či ohlédnutí za dosavadním životem.²⁶²

Moody věnoval velkou pozornost důsledkům, které tyto prožitky mají. Shledal, že ve většině případů dochází k pozitivním změnám. Jedná se především o zmírnění či úplné vymizení strachu ze smrti, láskyplnější přístup k sobě i ostatním nebo přijetí či obnovení duchovních zdrojů. Často se také objevuje zcela negativní postoj k sebevraždě.²⁶³

Nesetkáváme se však pouze s pozitivními následky, jedinec samozřejmě prochází složitým procesem, jak smířit své prožitky se svým dosavadním životem. Okolí může reagovat negativně a přisuzovat jedinci psychické poruchy jako schizofrenii či paranoii.²⁶⁴ Problém integrace zážitku zdůrazňuje také Ring ve své knize „*Poselství světla*“.

„Proces včlenění této zkušenosti do života může trvat dlouho a v některých případech nenastane vůbec. V dlouhotrvajících přátelských vztazích může vznikat napětí až k samotnému rozpadu, manželství ztroskotávají, nedorozumění jsou běžná a období bolestně prožívané introspekce a dokonce i deprese nejsou řídkým jevem.“²⁶⁵

²⁶¹ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s. 138.

²⁶² Moody, Raymond, *Život po životě, Úvahy o životě po životě, Světlo po životě*, Odeon, Praha 1991 s. 20-47.

²⁶³ Tamtéž, s. 127.

²⁶⁴ Tamtéž, s. 255.

²⁶⁵ Ring, Kenneth a E. Elsaesser Valarinová, *Poselství světla*, Chvojko nakladatelství, Praha 2001, s.72.

Zdrojem transformace může být u těchto zážitků onen zpětný pohled, jenž přináší konfrontaci a nutí jedince vyrovnat se sám se sebou. Jak Moody tak i Ring shodně hovoří o léčivém aspektu zážitků.

4.2.2.4.9 Blízká setkání s UFO a zážitky únosu mimozemšťany

Tato krize je spojena se zážitky, které jsou pravděpodobně nejdále vzdáleny od běžného vnímání, a žádá značnou otevřenost mysli posluchače. „*Prostě to nedává žádný smysl ve světě, jaký znám.*“²⁶⁶ Fenomémem z kraje science fiction se však přesto zabývali mnozí. Vzpomeňme alespoň Junga a jeho studii létajících objektů, které považoval za archetypální vize, které mají své místo v kolektivním nevědomí.²⁶⁷ Na druhé straně Johna E. Macka, svého času psychiatra na Harvardské univerzitě, jehož výzkumy na tomto poli jsou též pozoruhodné. Zabýval se jednotlivými případy lidí a sjednotil společné rysy únosů. Jedná se například o mohutné světlo, bzučení, vznášení se ve vzduchu či fenomén ztraceného času.²⁶⁸ Mack píše o zkušenostech silně traumatických, ale též zajímavých transformačních momentech. Podle některých popisů lidí, s nimiž se setkal, dochází během zážitku také k předávání informací a změně vědomí, tedy změně chápání sebe sama i okolí. Zajímavým prvkem je pozorování Země, jejího katastrofického stavu, přičemž jedinec za něj cítí zodpovědnost. Mack se zaměřuje na fenomén setkání s UFO nejen z hlediska psychologického, ale též duchovního. Únos a bezmoc, kterou jedinec pociťuje může být vnímána jako ztráta ega, často se také objevují vzpomínky na minulé životy, popřípadě mimozemšťané jsou mnohdy viděni jako andělé, poslové Boží.²⁶⁹

Zajímavým příspěvkem je také článek Kennetha Ringa „*Zážitky blízké smrti a setkání s UFO jako šamanská iniciace*“. Ring zde představuje zásadní prvky obou zkušeností a porovnává je v rámci archetypálního vzorce šamanské iniciace, který podle něj sdílejí. Obě mají ve svém důsledku podobný dopad na jedince, který jimi prošel. Jedná se především o proměnu pohledu na svět a také častý výskyt objevené schopnosti léčit či jiných psychických schopností. Výše jsme hovořili o

²⁶⁶ Mack, John E., *Únosy lidí*, Etna, Praha 1997, s. 427.

²⁶⁷ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s. 140.

²⁶⁸ Mack, John E., *Únosy lidí*, s. 45.

²⁶⁹ Tamtéž, s. 60.

zážitcích blízkosti smrti, které se mimo jiné často vyznačují pozoruhodně pozitivními aspekty, jakousi spirituální krásou, jak píše Ring. Setkání s UFO naopak podle něj obsahuje mnoho velice traumatických momentů. Jedná se hlavně o únos proti vůli člověka. Toto je možné vnímat jako psychické znásilnění. Dále jde také o testy, které jsou podle výpovědí unesených prováděny na jejich těle. Šamanská iniciace u obou zkušeností nemá podobu úplné iniciace. Ring píše, že se jedná o první krok, a zároveň vnímá tyto zkušenosti jako obraz jakési postupné „šamanizace“ naší kultury.²⁷⁰

4.2.2.4.10 Stavy posedlosti

V rámci této krize má jedinec pocit, že jeho „*psyché a tělo byly napadeny a že je kontroluje zlá bytost nebo energie s osobními charakteristikami*“.²⁷¹ Tento „vetřelec“ je vnímán jako přítomný vně jejich osobnosti a je nepřátelský či destruktivní. Dostáváme se zde do oblasti magických a čarodějnických praktik. Grof tyto zážitky pozoroval při holotropním dýchání a spojuje je s fenoménem exorcismu. Jev je spojen s takovými fyzickými pocity jako jsou například dušení, silné zvracení, zběsilá fyzická aktivita či křik. Problematika této krize je také spojena s výlučně negativními projevy, které mnohdy hraničí s přípustnými formami chování. I přesto však Grof zdůrazňuje, že jako celkový efekt mohou přinést mnoho pozitivního a léčivého.²⁷²

4.2.2.4.11. Alkoholismus a drogová závislost

A dostáváme se k poslednímu druhu psychospirituální krize podle Grofa. Jedná se o krizi, související se závislostí na návykových látkách a její spojitost s touhou po duchovním prožitku. Této problematice se věnuje také Grofova žena Christina ve své knize „Žízeň po celistvosti“. Popisuje v ní své vlastní zkušenosti, které byly spojeny s porodem. Poté však u ní došlo ke krizi, která trvala několik let a byla poznamenána závislostí na alkoholu. „*Tak jako nasloucháme svému tělu, které*

²⁷⁰ Ring, Kenneth, „Near-Death and UFO encounters as shamanic initiation“. *Near-death experience and afterlife* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.near-death.com/experiences/articles011.html>>.

²⁷¹ Grof, Stanislav, *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s. 142

²⁷² Tamtéž, s. 143

vyžaduje vodu či potravu, aby si zachovalo zdraví, musíme vnímat vnitřní žízeň, která nás vede k duchovnímu uspokojení a spojení s našimi neomezenými možnostmi, je-li utištěna.“²⁷³ O souvislosti mezi alkoholem a touhou po Bohu mluví i James: „Alkohol bezesporu děkuje za svou vládu nad lidstvem své síle rozbouřiti mystické schopnosti povahy lidské, obyčejně udupané k zemi ledovou skutečností a suchými posudky strážlivé chvíle.“²⁷⁴

4.2.3 David Lukoff

David Lukoff je americký psycholog, který patří mezi nejvýznamnější zástupce nových přístupů k psychospirituální krizi. Je též spoluautorem nové kategorie „náboženský a duchovní problém“, jež byla v roce 1994 zařazena do amerického diagnostického manuálu. Jeho zájem na tomto poli je též částečně ovlivněn jeho osobní zkušeností. Ve svých třidvaceti, podle svých výpovědí, prožil epizodu psychospirituální krize.

„Ve svých třidvaceti letech jsem byl po dobu dvou měsíců pevně přesvědčen, že jsem znovuvtělením Buddhy i Krista. Strávil jsem mnoho bezesných nocí vedením rozhovorů s „duchy“ významných myslitelů společenských a humanitních věd. Vedl jsem debaty se současnými osobnostmi včetně R.D. Lainga, Margaret Meadové a Boba Dylana.“²⁷⁵

Během tohoto procesu vytvořil též svou „svatou knihu“, která měla obsahovat moudrost spojující všechny národy světa. Sám uvádí, že tento stav splňoval diagnostická kritéria statistického manuálu DSM-II pro akutní schizofrenickou reakci. Rozhodujícím momentem v jeho situaci bylo osobní zázemí.

„Měl jsem to štěstí, že jsem byl během této doby podporován přáteli, kteří mě na řadu týdnů vzali k sobě. Poskytli mi útočiště a pomohli mi, abych se znovu vzmožil a zorientoval v každodenním společenském světě a ve všeobecně přijímané realitě. Bez jejich pomoci

²⁷³ Grofová, Christina, *Žízeň po celistvosti*, Chvojko nakladatelství, Praha 1998, s. 29

²⁷⁴ James, William, *Druhy náboženské zkušenosti*, s. 234

²⁷⁵ Lukoff, David, „Duchovní cesta v procesu uzdravování“. *Diabasis* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <http://www.diabasis.cz/_data/attachments/2187f0ce170b4a32dc3a4712602ed123/David_Lukoff_duchovni%20cesta_v_procesu_uzdravovani.pdf>.

bych byl možná uvězněn v psychiatrické nemocnici s doživotní diagnózou psychotické poruchy a byl bych léčen pomocí léků.“²⁷⁶

Tato epizoda se pro něj stala mimořádným impulzem k vytvoření svého přístupu k takovýmto situacím. On sám reflektuje „*svou psychotickou příhodu za začátek své duchovní cesty*“.²⁷⁷ Toto se zdá být jakýmsi centrem jeho pojetí. Snaží se nacházet paralely mezi psychotickými stavy a jejich duchovními dimenzemi. O ztotožnění se s Buddhou a Kristem píše jako o otevření se ideálním vzorům pro duchovní život.²⁷⁸ Tento prožitek mu dle něj přinesl „*dar zraněného léčitele*“.²⁷⁹ „*Věřím, že má schopnost úspěšně pracovat s těmito osobami, byla pozitivně ovlivněna tím, že jsem měl vzácnou možnost projít úplným cyklem a fenomenologií přirozeně vyřešené psychotické příhody.*“²⁸⁰

4.2.3.1 „Náboženský a duchovní problém“

Jak bylo již řečeno výše, Lukoff je spoluautorem nové kategorie „náboženský a duchovní problém“. Jak probíhal proces, který vedl k jejímu vytvoření?

Lukoff zdůrazňuje přínos transpersonálně orientovaných psychologů a hlavně organizace S.E.N., která měla iniciovat tyto snahy.²⁸¹ Kritizuje určité opomíjení těchto zdrojů a uvádí, že jsou v celém procesu přehlíženy. Samotné odůvodnění této kategorie vidí v rozmachu těchto problémů objevujících se v terapii. Tento rozmach, podle něj, dokumentují mnohé průzkumy, jež vedla APA (American Psychological Association).²⁸² Původní návrh této kategorie, pocházející z roku 1985, byl nazván „Mystická zkušenost s psychotickými prvky“ (Mystical experience with psychotic features) a měla se vztahovat na intenzivní duchovní prožitky, které se vyznačují prvky připomínající psychotickou epizodu. Byla vystavěna na jisté analogii s DSM-II-R kategorií „nepochopené ztráty“

²⁷⁶ Lukoff, David. „Duchovní cesta v procesu uzdravování“. *Diabasis* [online], [citováno 2008-06-27]. URL:<http://www.diabasis.cz/_data/attachments/2187f0ce170b4a32dc3a4712602ed123/David_Lukoff_duchovni%20cesta_v_procesu_uzdravovani.pdf>.

²⁷⁷ Lukoff, David. „Duchovní cesta v procesu uzdravování“. *Diabasis* [online].

²⁷⁸ Lukoff, David. „Duchovní cesta v procesu uzdravování“. *Diabasis* [online].

²⁷⁹ Lukoff, David. „Duchovní cesta v procesu uzdravování“. *Diabasis* [online].

²⁸⁰ Lukoff, David. „Duchovní cesta v procesu uzdravování“. *Diabasis* [online].

²⁸¹ S.E.N. byla organizace, založena Christinou Grofovou s cílem pracovat s psychospirituální krizí.

²⁸² Lukoff, David. „From Spiritual Emergency to Spiritual Problem: The Transpersonal Roots of the New DSM-IV Category“. *Spiritual competency resource center* [online], [citováno 2008-06-27]. URL:<<http://www.spiritualcompetency.com/jhpseart.html>>.

(Uncomplicated bereavement), jež patří mezi stavy neodpovídající duševní poruše. Lukoff uvádí, že tento stav, i přesto, že může splňovat diagnostická kritéria pro hlubokou depresi, není takto hodnocen, neboť se jedná o přirozenou reakci na ztrátu blízkého člověka.²⁸³ Podobně tedy i stavy, jimiž se zabýváme, mohou působit jako duševní porucha. Ve skutečnosti jde však podle tohoto modelu pouze o „normální reakci“.²⁸⁴ Tento návrh byl prezentován v roce 1991 a 1992 jako „psychospirituální konflikt“ (psychospiritual conflict). Při předložení pro APA byly uvedeny důvody pro jeho přijetí. Jednalo se zejména o zvyšující se výskyt těchto problémů, snížení bolestivých dopadů neadekvátní diagnózy či zlepšení léčby na základě podpoření výzkumu v této oblasti .

Během vývoje této kategorie byla vyzdvižena ještě další analogická souvislost. Jednalo se o DSM-III-R „problém rodič-dítě“ (Parent-child problem) nebo „problémy související s určitým životním obdobím“ (Phase of life problem).²⁸⁵

V roce 1993 byl návrh přijat v upravené formě jako „náboženský nebo duchovní problém“. Původní znění vypadalo takto:

„Psychoreligiozní problémy jsou nepříjemné, obtěžující nebo stresující zážitky, které souvisí s vírou a praktikami nějaké organizované církve nebo náboženské instituce. Patří sem např. ztráta nebo zpochybnění dosud zastávané víry, změna členství v denominaci, obrácení na novou víru a zintenzivnění lpění na náboženských praktikách a ortodoxii.“

„Psychospirituální problémy jsou nepříjemné, obtěžující nebo stresující zážitky týkající se osobou popisovaného vztahu k transcendentnímu bytí nebo silám. Tyto problémy nejsou nutně vztaheny k víře a praktikám nějaké organizované církve nebo náboženské instituce. Může se jednat např. o zážitek blízkosti smrti nebo mystický zážitek.“²⁸⁶

Konečná zkrácená verze „náboženského a duchovního problému“, byla uveřejněna takto:

²⁸³ Lukoff, David. „From Spiritual Emergency to Spiritual Problem: The Transpersonal Roots of the New DSM-IV Category“. *Spiritual competency resource center* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.spiritualcompetency.com/jhpseart.html>>.

²⁸⁴ Lukoff, David. „From Spiritual Emergency to Spiritual Problem: The Transpersonal Roots of the New DSM-IV Category“. *Spiritual competency resource center* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.spiritualcompetency.com/jhpseart.html>>.

²⁸⁵ Lukoff, David. „From Spiritual Emergency to Spiritual Problem: The Transpersonal Roots of the New DSM-IV Category“. *Spiritual competency resource center* [online].

²⁸⁶ Vančura, Michael. „Psychospirituální krize“. *Diabasis* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <http://www.diabasis.cz/_data/attachments/3a4b4319e2d35854a6f8ea0c135a2857/PSYCHOSPIRITUAL_NI_KRIZE_M_Vancura.pdf>.

„Tato kategorie může být užita pokud je centrem klinického zájmu náboženský nebo duchovní problém. Příklady zahrnují stresující zážitky, které obsahují ztrátu nebo zpochybnění víry, problémy spojené s konverzí k nové víře, nebo zpochybnění duchovních hodnot, které nemusí být nutně spojeny s organizovanou církví nebo náboženskou institucí.“²⁸⁷

4.2.3.2 Typologie

Lukoff se ve svých textech pokouší o určitou typologii jednak problémů náboženských a též problémů duchovních. Co se týče problémů spojených s institucionalizovaným náboženstvím, předkládá tyto základní:

1. Ztráta nebo zpochybnění víry.
2. Změna konfesního členství.
3. Konverze k jinému vyznání.
4. Zintenzivnění lpění či oddanosti k náboženské praxi a ortodoxii.

Uvádí zde, že pouze první dva byly zahrnuty do konečné verze DSM-IV.²⁸⁸ U problémů, které nejsou přímo spojeny s náboženskou institucí, upozorňuje na kategorie, které mohou být jejich zdrojem:

1. Mystická zkušenost.
2. Zkušenosti blízké smrti.
3. Meditace a duchovní praxe.
4. Zkušenosti média.
5. Vizionářská zkušenost.
6. Šamanská zkušenost.
7. Zážitek setkání s UFO.
8. Zážitek posedlosti.

²⁸⁷ Lukoff, David. „From Spiritual Emergency to Spiritual Problem: The Transpersonal Roots of the New DSM-IV Category“. *Spiritual competency resource center* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.spiritualcompetency.com/jhpseart.html>>.

²⁸⁸ Lukoff, David. „DSM-IV Religious & Spiritual Problem“. *Spiritual competency resource center* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <http://www.spiritualcompetency.com/dsm4/course_dsmiv.asp>.

Lukoff zdůrazňuje, že žádná z těchto zkušeností sama o sobě nemusí být zdrojem krize.²⁸⁹

4.2.3.3 Diagnostický model

Lukoff nastiňuje několik diagnostických kritérií, které mají pomoci v rozlišení mezi intenzivní psychospirituální krizí a psychotickou poruchou. Jmenuje hlavní tři. Jedná se o „fenomenologické překrývání s jedním s typů psychospirituální krize“, „prognostický předpoklad pozitivního vyústění epizody“ a „nepřítomnost nebezpečného a sebevražedného chování“.²⁹⁰ Podívejme se na tato kritéria podrobněji. Zaprvé musí být splněno fenomenologické překrývání s jedním s typů psychospirituální krize. Zde je podle Lukoffa důležitá schopnost rozeznat charakteristická kritéria, která jsou spojena s jednotlivými typy psychospirituální krize. Jako příklad uvádí pět kritérií, které jsou spojeny s fenomenologickým překrýváním s mystickou zkušeností.²⁹¹

1. Extatická nálada.
2. Pocit nově nabytého poznání.
3. Změny vnímání.
4. Bludy se specifickými tématy odkazujícími k mytologii.
5. Absence konceptuální dezorientace.

Druhým kritériem je prognostický předpoklad pozitivního vyústění epizody. Toto kritérium Lukoff zakládá na celkovém předpokladu, že je u jedince velice silný předpoklad, že vyjde z tohoto procesu úspěšně.²⁹²

1. Dobré fungování před epizodou.
2. Akutní průběh symptomů během doby tří měsíců a méně.

²⁸⁹ Lukoff, David. „*DSM-IV Religious & Spiritual Problem*“. *Spiritual competency resource center* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <http://www.spiritualcompetency.com/dsm4/course_dsmiv.asp>.

²⁹⁰ Lukoff, David. „*DSM-IV Religious & Spiritual Problem*“. *Spiritual competency resource center* [online].

²⁹¹ Lukoff, David. „*DSM-IV Religious & Spiritual Problem*“. *Spiritual competency resource center* [online].

²⁹² Lukoff, David. „*DSM-IV Religious & Spiritual Problem*“. *Spiritual competency resource center* [online].

3. Stresující spouštěč psychotické epizody.
4. Pozitivní zkoumající postoj vůči zkušenosti.

Posledním kritériem je nepřítomnost nebezpečného a sebevražedného chování. Toto kritérium je podle něj nutné použít pouze za předpokladu, že jedinec se jeví skutečně jako bezprostředně nebezpečný, nikoli však pokud se jeho chování jeví jako bizarní či jinak nezvyklé.²⁹³

4.2.3.4 Terapeutický model

Ve chvíli, kdy je jedinec, na základě výše uvedených kritérií diagnostikován jako vyhovující, nadchází fáze terapie. Jaký je tedy samotný model léčby, který Lukoff nabízí? Na základě jeho textů jde o tří-bodový proces, ve kterém je jedinec, procházející intenzivní psychospirituální krizí, provázen a veden k úspěšnému zakončení a integraci zkušenosti. Lukoff v této souvislosti mluví o psychoterapii jako o „procesu, který může pomoci klientovi vystavět nové vyprávění, nový příběh vlastního života.“²⁹⁴ Samotné vyprávění o svém zážitku je podle Lukoffa mimořádně léčivé.

„Uveřejnil jsem několik případových studií a povšiml jsem si, že v průběhu léčení tito lidé uzdravující se z duševních nemocí nebyli vyzváni, aby vyprávěli své zkušenosti ani aby o nich přemýšleli. Avšak podle těchto případových studií a na základě kontaktu s lidmi v procesu uzdravování, je zřejmé, že vyprávění vlastního příběhu je prvním krokem v integrování duševní poruchy.“²⁹⁵

Při hledání těchto spojitostí Lukoff, podobně jako před ním Perry, odkazuje například na práci Josepha Campbella a jeho rozpracování motivu hrdinské cesty. „Pořadí, v němž se u schizofrenie tyto obrazy vynořují v mysli pacienta... odpovídá Tisíci tvářím hrdiny, úplně přesně, krok za krokem.“²⁹⁶ Klient je tedy ponoukán ke

²⁹³ Lukoff, David. „DSM-IV Religious & Spiritual Problem“. *Spiritual competency resource center* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <http://www.spiritualcompetency.com/dsm4/course_dsmiv.asp>.

²⁹⁴ Lukoff, David. „DSM-IV Religious & Spiritual Problem“. *Spiritual competency resource center* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <http://www.spiritualcompetency.com/dsm4/course_dsmiv.asp>.

²⁹⁵ Lukoff, David. „Duchovní cesta v procesu uzdravování“. *Diabasis* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <http://www.diabasis.cz/_data/attachments/2187f0ce170b4a32dc3a4712602ed123/David_Lukoff_d_uchovni%20cesta_v_procesu_uzdravovani.pdf>.

²⁹⁶ Lukoff, David. „Duchovní cesta v procesu uzdravování“. *Diabasis* [online].

hledání osobních symbolů v rámci své zkušenosti. Je podporován k nalezení symbolického obrazu své cesty. Podle Lukoffa máme všichni jistou osobní mytologii, určitý osobní mýtus našeho života. On sám říká, že pro uzdravení lidí s duševní poruchou je tento mýtus naprosto nepostradatelný. Zároveň se staví proti představě, že tyto mýty jsou u nemocných lidí nefunkční.

„Propojení duševní poruchy s živoucí osobní mytologií je pro uzdravení nezbytné. Naneštěstí se však mnozí domnívají, že lidé během epizody duševní poruchy vytvářejí nefunkční mýty, které zvýrazňují patologické kvality. Protože tyto mýty nejsou sladěny s aktuálními potřebami, schopnostmi nebo okolnostmi dané osoby, neslouží tak v průběhu zotavování jako tvořiví průvodci.“²⁹⁷

Lukoff se tedy neobává hovořit se svými klienty o jejich prožitcích, dle něj to nezhoršuje jejich příznaky. Naopak povzbuzuje tyto jedince, aby hovořili o svých prožitcích, aby „srovnávali své osobní příběhy s podobnými událostmi jako jsou například šamanská iniciační krize, indiánské hledání vize a zážitky velkých mystiků“.²⁹⁸

„Zatímco mýty jsou metaforami pro cesty do duše, psychóza je skutečnou cestou do duše. Historiky o úspěšných vnitřních cestách lidí v procesu uzdravování jsou darem, který vypráví o působení duše tím nejpřímočařejším způsobem.“²⁹⁹

Lukoff v jednom ze svých textů též předkládá studii případu, na kterém ukazuje svůj přístup v praxi. Jedná se o případ jedince, který je zde uveden jako Howard. Na základě jejich spolupráce a Howardova příběhu dochází Lukoff k několika závěrům. Jak Howard vypověděl, jako mladík prošel velice silným procesem, který byl jeho okolím diagnostikován jako akutní schizofrenická reakce. Jako spouštěč Howard uvedl báseň, kterou napsal a která ho podle něj uvedla do stavu, který prožíval jako svou mytologickou cestu. Lukoff mytologický aspekt vnímá jako velice důležitý.

²⁹⁷ Lukoff, David. „Duchovní cesta v procesu uzdravování“. *Diabasis* [online], [citováno 2008-06-27]. URL:<http://www.diabasis.cz/_data/attachments/2187f0ce170b4a32dc3a4712602ed123/David_Lukoff_duchovni%20cesta_v_procesu_uzdravovani.pdf>.

²⁹⁸ Lukoff, David. „Duchovní cesta v procesu uzdravování“. *Diabasis* [online].

²⁹⁹ Lukoff, David. „Duchovní cesta v procesu uzdravování“. *Diabasis* [online].

„My všichni se můžeme lecčemu přiučit o naší psýše, o našich psychologických kořenech, právě ze zkušenosti psychózy. Psychotičtí jedinci nám nabízejí příležitost setkat se s osobami, které prožívají svět v původním mytickém modu vědomí.“³⁰⁰

Psychóza je pro Lukoffa příležitost jak zkoumat tyto hluboké obsahy lidské psýchy. Jedinec se zde podle něj dostává do kontaktu s duchovní dimenzí svého já.

„Tito jedinci jsou v kontaktu v původním smyslu s božským. Pokud naše společnost by se měla vyvarovat onoho předsudku vůči duševně nemocným a odstranit stigma na které naráží, pak budeme schopni vidět, že oni nejsou jen „mimo kontakt“ s vnější všeobecnou realitou, ale také „v kontaktu“ s mytickými královstvími.“³⁰¹

Howard také mluví o nepřijetí jeho zkušenosti okolím, nebyl ani podporován, aby o svých pocitech hovořil. Pro něj však tato epizoda znamenala mimořádný vnitřní proces, který sám v sobě podporoval. Lukoff, podobně jako Grof, zdůrazňuje důležitost pozitivního kontextu, ve kterém jedinec může svůj proces prožívat, na straně druhé podobně jako u jeho vlastního prožitku, nenahraditelná potřeba přijímajícího okolí, ať už rodiny či přátel, může také ve výsledku procesu nesmírně pomoci. Jde o celkové podpoření procesu, nikoli jeho potlačováním či degradace.³⁰²

Howardova epizoda měla nakonec pozitivní vyústění. Byl schopen se opět začlenit do normálního života a dle něj si z této fáze svého života přinesl jakési hluboké porozumění osobám procházejícím podobnou situací.

Lukoff ve své práci nabádá k šíření informací o této problematice. Sám se na tomto procesu podílí. Na svých internetových stránkách dává k dispozici své texty a články, včetně skript, které jsou zaměřeny na otázky duchovních dimenzí lidské osobnosti a jejich překrývání se s oblastí psychologie.

³⁰⁰ Lukoff, David, „Case Example: Full Myths in Mental Illness Case“. *Spiritual competency resource center* [online], [citováno 2008-06-27]. URL:

<<http://www.spiritualcompetency.com/blackboard/lessons/caseexamples/mmi.html>>.

³⁰¹ Lukoff, David, „Case Example: Full Myths in Mental Illness Case“. *Spiritual competency resource center* [online].

³⁰² Lukoff, David, „Case Example: Full Myths in Mental Illness Case“. *Spiritual competency resource center* [online].

4.2.4. Bonnie Greenwellová

Greenwellová od roku 1983 pracuje jako transpersonální terapeutka se zaměřením na mimořádné zážitky v souvislosti se spirituálním probuzením, především však na tzv. probuzení energie kundaliní. Právě toto téma se stalo námětem její disertační práce v rámci Institutu Transpersonální psychologie. Práce byla nazvaná „Energie transformace: průvodce procesem probuzení energie kundaliní“. Upozorňuje na stres, kterému jsou lidé, procházející probuzením kundaliní, vystaveni kvůli nedostatečnému porozumění a absenci konceptu pro své prožitky.

4.2.4.1 Energie Kundaliní

Jedná se o jev, který se podle ní v naší kultuře v posledních desetiletích objevuje stále častěji. V mnoha případech však dochází k tomu, že jedinci, procházející tímto procesem, jsou mylně diagnostikováni a jsou podrobni neadekvátní léčbě.³⁰³ Předně dodává, že samotný koncept energie kundaliní nemá svůj původ v západní kultuře. Jedná se o součást indické jogínské literatury. „Kundaliní“ pochází ze sanskrtského slova „kundala“, které znamená „stočený“, „životní síla“ nebo „ta, která je stočená“. Často se také objevuje ve spojitosti s termínem „šakti“, který pochází z kořene „šak“, což znamená „mít moc nebo být schopen“.³⁰⁴ Kundaliní je popisována jako „Velká Bohyně“, jako „hadí síla“, „stvořitelka veškeré formy“, „kreativním neboli tvořícím božským činitelem“.³⁰⁵ „*Tato energie je během stvoření v dynamickém stavu a po dokončení tohoto procesu se zakonzervuje jako statická zůstatková energie uložena v samém středu každé jednotlivé lidské bytost.*“³⁰⁶ Časté je spojení kundaliní s termínem „hadí energie“, neboť při její aktivaci jako had projde tzv. čakrami, jakýmsi energetickými centry v těle, až nakonec projde tou nejvyšší zvanou „sahasrára“.³⁰⁷

³⁰³ Greenwellová, Bonnie, *Energie transformace*, s. 6.

³⁰⁴ Jyoti, *Anděl zavolal mé jméno*, s. 22.

³⁰⁵ Greenwellová, Bonnie, *Energie transformace*, s. 28.

³⁰⁶ Tamtéž, s.88.

³⁰⁷ Tamtéž, s.88.

„Podle klasických popisů se energie „probudí“ v dolní části páteře, postupuje vzhůru páteřním kanálem a své putování ukončí až na temeni hlavy. Po celé této trase je několik „čaker“ neboli center psychické energie, jimiž musí kundalini projít na cestě ke svému cíli. Tyto čakry obsahují „nečistoty“, jež musí kundalini odstranit, aby mohla pokračovat v další cestě vzhůru.“³⁰⁸

Může prýštit z těla jako gejzír, plazit se spirálovitě jako had nebo rovnoměrně proudit páteří vzhůru. Je to „*spěch bohyně šakti, která se osvobozena žene lidským systémem, aby se sjednotila se svým milencem Šivou, univerzálním vědomím, které ji očekává.*“³⁰⁹ V rámci jogínského modelu, jak o něm Greenwellová píše, se také silně zdůrazňuje určitá průprava, sebedisciplína a skromný životní styl, který by připravil tělo a mysl na bezpečné probuzení kundalini.

4.2.4.2 Průběh a příznaky procesu

Jak tedy probíhá samotný proces? Zdaleka nejde pouze o nějaký prostý přechod do vyšších úrovní vědomí. Naopak, v mnoha popisech této zkušenosti se setkáváme s velmi dramatickými stavy a fázemi. Greenwellová píše:

„Tato kniha pojednává o jemné energii životní síly, čistém vědomí přesahující mysl a extatické zkušenosti duchovního probuzení. Je ale také i o fyzickém zhroucení, psychickém chaosu a náhlé změně osobnosti, tj. o těch aspektech lidské transformace, které vyrvou člověka z dosavadního způsobu života.“³¹⁰

Dále zdůrazňuje, že tento proces má silné transformační účinky a přirovnává ho k prožitkům mystiků. Ve většině případu dochází k hlubokému rozrušení psychické i tělesné stránky člověka. Klidně „*bychom ji mohli přirovnat k psychickému Armagedonu, kdy se hroubí hranice vlastní identity a vynořují se nové možnosti.*“³¹¹ Často je člověk také neschopen plnit nároky všedního života. Je zcela dezorientován v návalu psychického otevření. Zatímco v Indii je podle ní pro tuto situaci vyvinut koncept a možnost duchovního vedení zkušeného učitele, v našem prostředí je situace mnohem problematičtější. Jak se též často objevuje ve výpovědích jedinců, kteří touto zkušeností prošli, absence jakéhokoli funkčního konceptu mnohdy znesnadňuje, popřípadě zcela znemožňuje adekvátní léčbu.

³⁰⁸ Grofovi, S. a. CH., *Krise duchovního vývoje*, s. 112.

³⁰⁹ Greenwellová, Bonnie, *Energie transformace*, s. 12.

³¹⁰ Tamtéž, s. 9.

³¹¹ Tamtéž, s. 10.

Jedinci jsou vystaveni naprostému nepochopení okolí, mnohdy i rodiny. Jejich stav není chápán ve smyslu duchovní transformace, ale mnohdy jako duševní porucha...*„Některé ze složitějších emocionálních stavů, které mohou doprovázet probuzení kundalini, vedly jistě lékaře k tomu, že tento proces považovali za psychózu, neurologickou poruchu nebo maniodepresivní onemocnění.“*³¹² Toto vede k silné izolaci, která stav pouze zhoršuje. Jedinec také většinou prožívá strach a nejistotu vzhledem k tomu, co se v něm odehrává. Jde o strach z šílenství, ze ztráty zdravého rozumu a také strach ze smrti.

*„Pokud vstoupí do životů lidí, kteří postrádají kontext a nerozumějí souvislostem mezi tělesnými a mystickými zážitky, pak v nich může vyvolat zmatek a strach nebo dokonce vést k roztržení jejich osobnosti. A obrátí-li se takto postižení lidé na tradiční lékaře, psychoterapeuty nebo církevní poradce, jejich úzkost ještě vzroste, neboť jim západní kultura nedokáže poskytnou rámeček, v němž by mohli integrovat spojení mezi spiritualitou a tělesnou energií.“*³¹³

Varuje před používání léků a celkovým potlačováním procesu, což může *„způsobit dlouhodobou křehkost struktury ega oslabení mentální schopnosti pacienta.“*³¹⁴

Proces probuzení kundalini provází mnoho různých projevů. Vesměs mají subjektivní zabarvení. Tyto projevy se mohou vyskytovat u jedince po dobu několika měsíců, stejně tak po dobu několika let. Jde o zkušenosti fyziologické, emocionální a duchovní. Greenwellová mluví o následujících sedmi základních kategoriích příznaků.³¹⁵

a) „Pránická aktivita (krijá)“

Považuje je za různé nedobrovolné pohyby těla jako jsou například trhané pohyby, pocity elektřiny v těle, vibrace, návaly energie.

³¹² Greenwellová, Bonnie, *Energie transformace*, s.54.

³¹³ Tamtéž, s.12.

³¹⁴ Tamtéž, s.56.

³¹⁵ Tamtéž, s.41.

b) „Fyziologické problémy“

Často se jedná o vynoření skryté nemoci, poruchy trávicího systému, poruchy přijímání potravy nebo nervové problémy. Tyto problémy je velice těžké léčit a diagnostikovat.

c) „Jógické fenomény“

Zde se jedná především o nedobrovolné zaujímání jógické polohy (ásana) nebo specifických pohybů rukou (mudra).

d) „Psychické vzednutí“

Dochází ke zintevnění nevyřešených vnitřních konfliktů. Vynořují se pocity viny, strach ze smrti, z šílenství. Na straně druhé může dojít také k zažívání pocitů hlubokého soucitu a bezpodmínečné lásky.

e) „Mimosmyslové zážitky“

Sem je možné zahrnout celé spektrum netypických smyslových vjemů, jako slyšení hudby nebo hlasů, vidění světla či vůni santalového dřeva.

f) „Parapsychologické zkušenosti“

Zde zařazuje například fenomény jako jasnozřivost, léčebné schopnosti, psychokineze³¹⁶ nebo neobvyklé synchronicity³¹⁷ atd..

³¹⁶ Psychokineze (někdy nazývaná *telekineze*) má označovat schopnost hýbat či posouvat věci na fyzické úrovni pouze silou vůle.

³¹⁷ Jung o synchronicitě hovoří jako o akauzálním spojujícím principu, protikladu kauzality, kdy jedna věc vede k druhé nebo je jí vyvolána.

g) „Zážitky samádhi nebo satori“

Popisuje je jako stavy pohroužení vědomí do stavu sjednocujícího uvědomění. Přinášejí pocity hlubokého míru, moudrosti atd..³¹⁸

4.2.4.3 Terapeutický model

Podobně jako její předchůdci, i ona odmítá ztotožňovat tento proces s psychózou, přesto však nepopírá, že by mezi těmito dvěma zkušenostmi nemohly být jisté paralely.

„Nevěřím, že by Kundalíní byla příčinou vzniku psychóz, nebo naopak, že by duchovní prvky psychotické zkušenosti byly důkazem probuzené Kundalíní. Je ale možné, že se tyto dvě zkušenosti zjevují simultánně v důsledku slabých hranic ega a možnosti dotýkat se mimořádných stavů vědomí, často se vyskytujících v průběhu psychózy.“³¹⁹

Dále odkazuje na možnost, že narušená energetická pole, která jsou příčinou psychózy mohou vyvolat podobné fyziologické příznaky jako pohyb probuzené kundalíní. Co se týče přítomnosti hlasů či vizí, Greenwellová pro ně hledá paralely ve výpovědích světců a mystiků. Považuje je za běžnou součást procesu, avšak upozorňuje, že *„pravá náboženská zkušenost není o vizích, protože všechny formy přesahuje.“³²⁰*

Greenwellová se zabývá též některými závěry vědeckého výzkumu mozku, které odkazují na možné příčiny vzniku mimořádných pocitů či stavů. Jde především o závěry Arnolda Mindella, který se ve své eseji „K psychologii transcedence: Bůh v mozku“, zabýval spojitostí mezi chemií mozku a transcendentní zkušeností. Podle něj *„pokles hladiny nebo uvolňování serotoninu zastavuje regulaci pyramidových buněk hippocampu, což vede k jejich nadměrné vzrušivosti, ztrátě schopnosti adekvátně vytvářet funkci tzv. „brány“... To je pak příčinou sjednocující zkušenosti a pocitu nalezení „pravdy“.“³²¹* Dále pokud se buňky v hippocampu nadměrně vzruší a odumrou, *„vytvářejí neurologický stav*

³¹⁸ Greenwellová, Bonnie, Energie transformace, s.43.

³¹⁹ Tamtéž, s.56.

³²⁰ Tamtéž, s.350.

³²¹ Tamtéž, s.137.

transcendentního vědomí a emocionální záplavy.“³²² Podle těchto závěrů je tedy možné připsat původ transcendentní zkušenosti „*opakovaným nebo hlubokým epizodám ztráty serotoninové inhibice*“³²³, ke kterým může dojít u těch kdo praktikují meditaci, běhy na dlouhou trať nebo užívají halucinogeny.³²⁴

Greenwellová u tohoto pojetí především upozorňuje na nebezpečí redukce transcendentní zkušenosti, a to na pouhou biochemickou dysfunkci mozku. Na straně druhé neodmítá vzájemný vztah mezi mozkiem, nebo tělem jako takovým, a některými duchovními praktikami. Například meditace, dechová cvičení nebo probuzená kundaliní může mít vliv na chemii mozku nebo jeho elektrickou funkci. Podotýká, že podle některých východních učitelů „*proces Kundaliní úplně přestaví strukturu buněk*“, popřípadě se jedná o „*restrukturalizaci lidského mozku jako evoluční nezbytnost*“.³²⁵

Zaměříme se nyní na integraci procesu samotného. Greenwellová ze své pozice terapeutky s mnohaletými zkušenostmi zmiňuje především důležitost akceptace a kontextu. Jedná se však nejen o akceptaci našich nejbližších, případě našeho terapeuta, ale mluví o přijetí procesu jako takového. Dále doporučuje různé možnosti sebevyjádření nebo práce s tělem. „*Vytvoříme-li si s energií vztah, mluvíme-li s ní jako se spojencem či přítelem a uvolníme-li se v ní, může nás přivést k blaženosti.*“³²⁶ Dále píše o tom, že „*zápas o integraci duchovního Self může být zmítán ve vlnách nesmírného emocionálního zmatku.*“³²⁷ Proces probuzení kundaliní podle ní však umožňuje jedinci prozkoumat pohnutky svého dosavadního jednání a učinit tak svůj život plnější. „*V momentech, kdy se jedinec vznáší se jedinec vznáší v blaženosti prázdnoty, nevnímá tyto změny jako velkou ztrátu, ale když se ego vrátí, aby opět našlo způsob, jak žít v západní společnosti, vypukne masivní zápas o integraci.*“³²⁸ Doporučuje najít někoho, s kým bude možné proces sdílet, popřípadě vyhledat terapeutickou pomoc. Doporučuje též tvůrčí metody, jak čelit strachu – „*ztotožnit jej s vnitřním „dítětem“ nebo s částí osobnosti, nakreslit jej,*

³²² Greenwellová, Bonnie, *Energie transformace*, s.137.

³²³ Tamtéž, s.137.

³²⁴ Halucinogeny neboli psychedelika (patří sem například LSD, lysohlávký, atropin, ibogain a MDMA - Ecstasy).

³²⁵ Greenwellová, Bonnie, *Energie transformace*, s.138.

³²⁶ Tamtéž, s.300.

³²⁷ Tamtéž, s.321.

³²⁸ Tamtéž, s.322.

*vyjádřit tancem, vést s ním dialog.*³²⁹ Samotná práce terapeuta by podle ní měla spočívat v pomoci nalézt stabilní psychickou strukturu u svého klienta. Tudíž, aby byl jedinec schopen se vyrovnávat s přívalem neobvyklých energií nebo vynořujících se psychických potíží, které samotný proces doprovázejí. K tomuto účelu je možné použít různých přístupů, jako například jungiánskou analýzu či psychosyntézu, terapeutickou metodu Roberta Assagioliho.³³⁰

4.2.5 Terénní výzkum v centru Diabasis

Centrum Diabasis sídlící v Praze bylo založeno roku 2004 a je neziskovou organizací. Ústředním zájmem je práce s lidmi, jež procházejí psychospirituální krizí. Centrum se snaží o nové porozumění, šíření informací o problematice a nabízí terapeutickou pomoc. Jejím předsedou je Michael Vančura a místopředsedou Alan Jarkovský. Do budoucna patří mezi základní cíle také zanesení kategorie psychospirituální krize do českého diagnostického manuálu.

Kontaktovala jsem pana Vančuru s prosbou o možnost výzkumu. Vyšel mi vstříc a na základě vzájemné domluvy mi bylo umožněno za podpory Diabasis kontaktovat jedince, jež prošli psychospirituální krizí. Předložila jsem otázky k možnému rozhovoru a dopis, jež měl reprezentovat záměry výzkumu. Nakonec se povedlo realizovat pouze dva rozhovory. Též jsem udělala rozhovor přímo s Michaelem Vančurou, abych mohla představit pohled terapeuta.

Představím tedy nejprve právě Michaela Vančuru a poté se zaměřím na konkrétní případy psychospirituální krize. Vzhledem k tomu, že mohu pracovat pouze se dvěma rozhovory, použiji je především jako ilustrace procesu, jako možnost nahlédnout blíže na jeho jedinečnost.

4.2.5.1. Michael Vančura

Prvním impulzem, který vedl se k práci s lidmi s psychospirituální krizí u Michaela Vančury, byla zkušenost s výzkumem, kterého byl součástí. Lidem, jež

³²⁹ Greenwellová, Bonnie, *Energie transformace*, s.325.

³³⁰ Tamtéž, s.351.

procházeli psychotickou epizodou, nebyly podávány psychofarmaka. Zde se setkal se dvěma skupinami pacientů, tedy těmi, jejichž diagnóza byla nezpochybnitelná, ale také těmi, kteří o svých potížích byli schopni hovořit a sdílet je s ostatními. Vančura si tohoto rozdílu všiml. „*Jejich psychózy nebyly psychotické*“.³³¹ Po tomto momentu následovali další, jež nakonec vedly k přesvědčení, že právě těmto lidem „*psychofarmaka nepomůžou, ale že jim pomůže, když s nimi člověk půjde kvalifikovaným způsobem kousek cesty*“.³³²

Jaký je tedy jeho model?

Vančura mluví o tom, že psychospirituální zážitky, pod které řadí také mystickou zkušenost, reprezentují naši touhu po přesahu sebe sama, potřebu vnitřního rozvoje. Ovšem „*pro některé z nich jsou vnitřní proměny tak náročné a rychlé, že se pro ně život v běžné realitě stává obtížný. Jejich zkušenost se proměňuje v krizi*“.³³³ Tato krize může mít „spouštěč“, ale také nemusí. Vančura ji charakterizuje jako benigní psychotický proces, jež má psychologický podklad. Psychospirituální krize podle něj „*vybízí ke zkoumání hranic definice sebe sama*“.³³⁴

Nový rámec však přináší mnoho potíží a také samozřejmě touhu po jeho integraci.

„*Tedy to rychle potlačili, protože pro to neměli ani slova ani někoho, komu by to mohli sdělit. Chtějí nalézt hledisko, úhel pohledu, ve které jejich nové zážitky budou přijaty jako něco, co má nejen pro ně, ale i pro naslouchajícího průvodce hodnotu. Hledají takovou interakci, která jejich zážitky požehná jako hodnotné a dovolí jim tak, aby je mohli přijmout jako součást jejich lidské zkušenosti, součást jejich rozšířeného Já.*“³³⁵

Tyto zážitky, tedy stavy změněného vědomí, vidí jako „zastřešující pojem, pod který „*můžeme zařadit řadu fenoménů od „zážitků“ po psychotické příznaky*“.³³⁶ Změněný stav vědomí je specifickou součástí psychospirituální krize. „*Změněný stav vědomí, není podmínkou, ale je vždycky nějak přítomen.*“³³⁷ Těmto prožitkům

³³¹ Rozhovor s M. Vančurou, Praha 20.6. 2008.

³³² Rozhovor s M. Vančurou, Praha 20.6. 2008.

³³³ Vančura, Michael. „Psychospirituální krize“. *Diabasis* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <http://www.diabasis.cz/_data/attachments/3a4b4319e2d35854a6f8ea0c135a2857/PSYCHOSPIRITUAL_NI_KRIZE_M_Vancura.pdf>.

³³⁴ Vančura, Michael. „Psychospirituální krize“. *Diabasis* [online].

³³⁵ Vančura, Michael. „Psychospirituální krize“. *Diabasis* [online].

³³⁶ Vančura, Michael. „Psychospirituální krize“. *Diabasis* [online].

³³⁷ Rozhovor s Michaelem Vančurou, Praha 20.6.2008.

se může jedinec bránit, potlačovat je, mít strach, co je za nimi, a zde nastává problém. Často se také vyskytuje strach, že budu tímto prožitkem „vtáhnut“.

Důležitým aspektem je vnímat tuto krizi jako součást osobního vývoje, přičemž rozhodující může být reakce okolí, popřípadě „rámec“, který je aplikován. „*Mít nenormální zážitky, ale přitom zůstat normální.*“³³⁸ Výchozím bodem v terapii je dobré fungování před epizodou, hodnocení ega či případné „spouštěče“.

Podle Vančury je psychospirituální krize a její rozlišení velice problematické.

*„Psychospirituální krize tak těžko pochopitelná pro kategorizující lékaře, protože jsou to věci ne úplně dobře uchopitelné...Je to nějaká úroveň, která prochází vším. Proto to má někdy podobu psychotickou, někdy náboženskou. Jsou tam různé faktory různých úrovní prožívání.“*³³⁹

4.2.4.2 Rozhovory

Jak bylo uvedeno výše, respondenti byli kontaktováni skrze instituci, tedy Diabasis. Kritériem bylo absolvování procesu psychospirituální krize. Oba respondenti souhlasili s tím, že k záznamu použijí diktafon. Zároveň jsem se zaručila, že nabyté informace použiji výhradně pro potřeby diplomové práce. Jednalo se v obou případech o metodu polostrukturovaného rozhovoru. Předem jsem si připravila otázky, jež měly k dispozici i respondenti, v rozhovoru jsem se však řídila jeho atmosférou a dynamikou.

4.2.4.2.1 Pan P.

První rozhovor byl silně emocionálně nabytý. Respondent mluvil o svých zážitcích velice otevřeně. Uvádím ho zde v upravené, tedy zkrácené verzi.

„To co se dá nazvat psychospirituální krizí jako takový, tak ta nastala přibližně před třemi lety a bylo to takový vyvrcholení procesu, ve kterém jsem směřoval k věcem který mě zajímali. Zpětně to začalo tak pět šest let předtím, a odráží se to z mého psychologického nastavení v rodině..v rodině jsem se nikdy necejtil jako

³³⁸ Vančura, Michael. „Psychospirituální krize“. *Diabasis* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <http://www.diabasis.cz/_data/attachments/3a4b4319e2d35854a6f8ea0c135a2857/PSYCHOSPIRITUAL_NI_KRIZE_M_Vancura.pdf>.

³³⁹ Rozhovor s Michaelem Vančurou, Praha 20.6.2008.

v místě kde je bezpečný být. Jsem ze třech sourozenců, rodiče mám ba, ale nikdy jsme se nedokázali setkat na takový tý normální úrovni, normálně se bavit. To v mém životě, v mém těle chybí. Je to odraz mého vnitřního nastavení. To že to dál nejde mi ukázala až psychospirituální krize. Ty všechny projekce, ty věci, který máme jsou v pořádku, jelikož v něm odrážejí ten zdravý základ, která se dá najít, když má člověk rámec jak ho hledat. I s terapeutem, učitelem nebo sám. ...Začal jsem chodit do čajovny, v Kutný Hoře kde jsem se narodil a začal jsem dělat Aikido a vnitřně mě to strašně zaujalo... jsem měl prostě sny, že budu mít černý kalhoty. A potkal jsem tam člověka, kterej dělal jeden duchovní směr a já jsem se ho začal ptát, začal jsem s ním jezdit a bylo to pro mě jako takový přiblížení něčemu co mě zajímá... Ten kluk mě pak přivedl do seminářů, který navštěvoval a já jsem byl pořád jako ten ocásek, byl pro mě pořád jakoby ten prostředník. Ten jeden kurz jsem dodělal, objevovali se nějaký věci, který mi dávali nějaký vnitřní pocity. Četl jsem knížky, u kterých se mi objevovalo, to jako jéé to by sem chtěl. Tyhle momenty mi začaly stavět nějakou vnitřní oltář, jakoby nějakou půdu... V té době jsem hodně četl o channelingu, děsně mě to zajímalo, jako že jsem nikdy neměl ten pocit, že se děje něco dobře, že můžeme být ve spojení s nějakou vnitřní hlasama. To mi dalo jako podnět, že by tak jako mohlo být. Tak jsem se rozhodl, že jako když mám ty odezvy, že ty hlasy zkusím najít. A to byl jako ten bod, kterej šel do té psychospirituální krize. Byl to zase seminář, byl jsem tam jako pomocník. A šel jsem do toho hledání hodně poctivě, hodně zarputile. A skrz to všechno, co se dělo jsem ušel nějakou cestu, ale a ani jsem si neuvědomoval, že jdu nějakou cestou, že se od něčeho vzdaluju, že se dostávám do nějakýho hlubšího vnitřního světa. Začal jsem reagovat na ty svoje vnitřní impulzy, který jsem v té době bral jako ten mantinel a vodítko. Během toho víkendů se pro mě děli fakt zajímavý věci.

Ale v tu dobu jsem začal mít pocit, že se děje něco divně. Celou dobu mě zaštitoval učitel, jakoby to držel v tom bezpečným rámci a potom, že se stáhl. On i sám začal říkat, že ho začínám děsit. A najednou se pro to všechno začalo bortit. Bylo to tak mimo mysl, která to nedokáže utáhnout. A najednou jsem se fakt musel snažit..co se jako děje? Říkalo se, že pokud člověk řekne, že potřebuje pomoci, tak ji dostane, tak sem začal prosit o pomoc. Řekl mi at' jdu spát, ale to mi vůbec nepomohlo, protože to ve mě pořád pracovalo a už tam byla ta pochybnost, takový to provinění se. A najednou se to odsud všechno utnulo...už jako člověk nestál přímo, nestál v tom a začal se zpochybňovat. A se mnou to začalo cloumat různě, jakože to tělo už chtělo dát pryč. A já jsem byl v rukou těch asistentů, nějak to cloumalo a něco to dělalo. Už jsem nebyl v tom vědomí, že něco dělám, už se to všechno ztratilo...A začalo samovolně pracovat tělo a obrazy který se objevovaly, ty vnitřní tvary začaly fungovat samostatně, měl jsem pocit výstřelů, cítil jsem kulku, která mnou prošla. ... V tu chvíli jsem neměl s nikým ten bezpečnej rámec. Už to nezapadalo, začalo s to jakoby bortit. Zavola jsem manželku, aby přijela a já sem se za chvíli postavil na nohy, ale byl jsem v tom tři čtyři dny. ... A začali se dít věci dál a dál, ale už to byly věci, který jsem nechtěl, bylo to tak zpochybněný, že ...a nikdo už se neobjevil...ani učitel, když řekl, že ho děším, tak ani on už neznal ten způsob, i když jsem cejtil jeho energii, která mě dostala nahoru, snažil se komunikovat, byl se mnou, tak najednou se stáhl...

Potom jsme odjeli domů a to všechno pokračovalo, objevovali se obrazy, ve smyslu, že toužím po nějakým kruhu, po zdravím rámci...to co si odnášíme ze zdraví rodiny... tenhle rámec, tohle volání jsem v sobě cejtil a pořád to bylo navázaný na toho učitele. Měl jsem vize, že přijdu domů a tam bude brána a ta mě

přesune do Anglie, odkud procházel. A tyhle obrazy se neplnili, mě se zbortili nějaký věci a najednou se začalo objevovat to, v jakým jsem skutečným stavu, jak mám hromadu projekcí, hromadu věcí se kterými se nechci ztotožnit, hromadu strachů. ... A jak jsem byl v těch impulzech a zažíval to naplno, nešlo od toho odejít jakoby zavřít knihu, že už to nechci číst...to byl pro mě ten nejhlubší stav psychospirituální krize...neměl jsem pro tu chvíli támeč jak s tím pracovat. Pak jsem cítil jak se mi energie dostala do srdce a já cítil, že se jako budou dít dobré věci a že jsem se těšil na další den...A pak se to dostalo do míst, který byly slabý, kde byl ten strach, tak se stal přesněj opak...přišli impulzy, že se propadnu do nejhlubšího pekla. Bylo to strašně děsivý a já jsem se snažil pořád dělat něco abych si našel ten rámeč. ... Když bysme měli nějakou tradici ve společnosti...já sem tehdy neměl ani pocit, že můžu za někým jít, kděžto kdyby byl člověk v nějakým kmenu, tak ho pošlou za šamanem, za léčitelem za duchovním učitelem, za někým, kdo to prostě vezme, že mu dá nějakou pomůcku. ... A tam se projevilo mnoho projekcí, že si to jenom vymejším, že máme jenom obrovský problémy, že nemám rád svoji práci, protože mě neuspokojuje. ... Pak se i přes noc něco dělo, nemohl jsem spát. ... A pak Jana začala být v tom procesu taky zavlečená a když si začnu vzpomínat na věci...tak jsem zjistil, že už nemůžu, nevím co dělat, že už mám v hlavě jenom bílej prostor, kterej nemá hranice a já prostě nemám šanci cokoli udělat...nemám šanci si udělat zdravěj rámeč. ... A šel jsem do kuchyně vzal nůž a chtěl jsem se probodnout do břicha...šel jsem tam...hnalo mě to ještě dál, do větší schýzy...a já jsem se zastavil, abych si našel ten svůj zdravěj rámeč, že se dokážu udržet...a ozval se hlas: „jestli věříš tak věř“. ...Díky tomu, že jsem na počátku toho procesu, věřil, že existují věci který nás můžou vést...nicméně, jsem se probod...zpětně si uvědomuju, že to pro mě opravdu mělo nějakěj rámeč, že tam byli impulzy, který nebyli jako zranit, ale skutečně něco nechat jít, pustit žilou. ... Nicméně jsem se probod a začal jsem mluvit na Janu, ať zavolá sanitku. ... Řekl jsem, že potřebuju ať teď někdo přijede a postará se o to na týhle úrovni...a když řekla že jo, tak jsem se probod ještě víc a šel jsem ke dveřím, dal jsem si nohy nahoru. ... Skutečně to mělo i nějakěj rámeč, co se týče to ho mýmo stavu...ale pro nás to bylo takový období...jako v matrixu, jak je Neo nádraží a nemůže nikam, že je to taková krabice...

Dostal jsme se na ARO, odvezli mě do Jihlavy na psychiatrii a bylo to takový, jako že se mnou nikdo nechtěl mít nic společnýho...já sem v tom moc nebyl, ale byla v tom Jana. Teď se to ve mě zase začalo zpochybňovat...ani ne to, že jsem divnej, blázen, ale najednou to vystřížení těch zážitků...nevím jestli se to dá nazvat, jako obraz tý společnosti, která je ohraničená, nemá rámeč...tak asi to byl ten největší moment toho. ... A ty lidi mi moc nepomáhali. Nechtěl jsem prášky, řekl jsme, že jim nevěřím a kamarád to dohodl, ale pak mi je zase začali dávat. Vlastně celejch těch 14 dní co sem tam byl, byl nucen ty prášky vyplivávat a nebrat je. Jelikož já sem věřil sám sobě, že jsem ve stavu kdy je to pro mě bezpečný, a nepustit jakýkoli pocit v mysli, kterej mě vtáhne a já už nebudu moct vládat...

Začal jsem si tam jakoby kreslit, to byl první věc...to mi pomohlo naučit se vlastním způsobem vyjadřovat...A kamarádi mi tam přivezli knihu od Jyoti, „anděla, který zavolal mé jméno“. Když jsem to čet tak jsem našel hodně podobných věcí, co se mi děly a to jsem tehdy nevěděl o Michalovi Vančurovy. ... Mě se strašně zalíbil Michalův doslov, že záleží na nás, co komu řekneme. ... Začal jsem k němu dojíždět, začaly se objevovat další věci, který mi pomáhali rozvíjet to, jak jsem to zažíval já, co se ve mě děje. Potom jsem se snažil dostat hlouběji..bylo

to první setkání s někým, kdo se na to dokáže dívat jinak. ... Je to pro mě pořád pokračování, jelikož mám vnitřní impulzy, ale nemám hlasy...není tady kolem nic, co by člověku ten rámeček potvrdilo, kromě stromů...stromy jsou od té doby pro mě moc důležité, to jak stojím, jak jsou stabilní. ... Pořád hledám obrazy jak vyjádřit psychospirituální krizi...může to být jako zasnoubení víry a strachu. Krize to je tehdy, kdy člověk jde po nějaký psychospirituální vlně, jako by šel po chodníku a pak spadne do díry...a on neví, že se objeví propast. ... Je to něco, co měl i Ježíš, i Ježíš pochyboval, pochyboval i na kříži, pochyboval pořád. ... Ale z mého hlediska dobrý zážitek i špatný zážitek vedou do života...je to přímý uvedení do života.³⁴⁰

4.2.4.2.2 Pan O.

Druhý rozhovor byl opět velice zajímavý a respondent také mluvil velice otevřeně. Rozhovor předkládám v upravené, tedy zkrácené verzi.

Jak to všechno začalo?

„Já jsem v podstatě splnil teorii spouštěčů, ať už je popisuje Michael Vančura nebo Grof. Grof vlastně mají s Michaelem Vančurou stejnej názor, čili tam je to dost podobný. Já si myslím, že se mi podařilo splnit čtyři ze sedmi spouštěčů najednou, během pár tejdnu a tím to začalo. Čili já můžu potvrdit, že aniž bych předtím znal pana Grofa, že něco takovýho existuje. ... Když jsem to potom četl po několika letech, tak mu musím dát za pravdu a obdivuju, že to dokázal takhle sepsat, protože to je opravdu to ono, opravdu uhodil ...to přesně jak to je. Bylo to v podstatě tak, že jsem tady ukončil působení v Česku na nějakou dobu a na nějakou dobu jsem se odstěhoval za práci do Brazílie, přímo do Ria. Tam jsem pokračoval ve své práci. ... Za nějakou dobu v Brazílii jsem se začal cítit blbě. Bylo to takový divoký. Začalo to takovým obrovským strachem, kterej se stupňoval...kterej mě ovládnul. To byl začátek problémů žití v normálním denním životě a pak už se to kosí všechno, protože už nesplňuješ ty věci, který bys měl.“

Kdy jsi začal mít pocit, že to míří k psychospirituální krizi?

„Až za hodně dlouho. Skoro rok a půl jsem vydržel. Pak jsem řekl, že jedu domů, a to více méně na doporučení Diabasis, o kterým jsem se dozvěděl přes kamaráda. Měl jsem telefonáty Michaelem Vančurou a Janou Kubů. Když jsem tady byl na dovolený, tak jsem je navštívil a dostal jsem literaturu. Takže jsem studoval teorii toho...a rozuměl jsem tomu, rozuměl jsem tomu, co čtu. Sice jsem to nebyl schopnej aplikovat sám na sebe, ale přesto jsem věděl, o čem je řeč. Což bylo zajímavý. Takže jsem zhltnul tři nejpodstatnější knížky...Jyoti „Anděl zavolal mé jméno“, „Anatomie Ducha“ od Myssový a něco od Grofa. A pak jsem se sesypal celkově, a řek jsem šéfovi, že potřebuju odjet, že je to špatný. Tak jsem ten projekt zasek a odjel jsem ze dne na den. Tam to bylo o strachu, člověk neměl toho pilota. Neměl jsem denní koordinaci, nefungoval jsem tak jak bych si představoval.“

³⁴⁰ Rozhovor o psychospirituální krizi, Třebíč, 25.06.2008.

Jak se to konkrétně projevovало?

„Tak jednak jsem neviděl vůbec smysl toho, co dělám. Měl asi tak pět panickéjch atak za hodinu. To bylo úplně děsivý, na poradách, na ulici. Prostě černo před očima, kolapsový stavy. Ty témata toho stachu byly takový...mafie, magie, takový ty síly, který nemaj ten limit, nelze je kontrolovat, překračujou hranice. To byla ta množina. Různý seskupení lidí, který se nedají kontrolovat. Pak byl důležitěj moment, když jsem tady byl na otočku na pár dní, a zakouřil jsem si hašiš. A tím jsem to prostě zvednul celý o tři sta procent. Byl jsem ve stavu, že jsem nebyl skoro schopnej se vrátit, ale vrátil jsem se. Když se na to dívám zpětně, tak jsem tam asi neměl jezdit.“

Jak to pokračovало po návratu z Brazílie?

„Byl jsem hodně rozhozenej a hodně jsem si toho přives s sebou. ... Byl jsem tím hodně nasáklej. .. Tak a co dál? Práci jsem neměl a začal jsem se věnovat pouze sám sobě. Michael Vančura mě vzal k sobě do péče. Vlastně začal jsem to řešit s ním, s tím, že on měl moji plnou důvěru, že ví co dělá. Já jsem věděl, že tam musím dojít, udělat terapeutickou hodinu. Pak jít domů a tam to prostě přežít. Tak jsem začal utrácet ty prachy, který jsem vydělal, s tím, že jsem je začal dávat do terapie a do sebe. Práci jsem nehledal. To mi pomohlo to ustát. Většinu času jsem trávil sám, hodně jsem čet, to mě moc bavilo. Takže asi půl roku jsem prožil v tomhle. Pak jsem šel dejchat, asi po třech měsících, což pro mě bylo asi to nejlepší, co mi nabídnul, protože tam jsme mohl všechny ty strachy uvolnit. Ale u mě to nebylo tak jednoduchý, protože jsme měl velký problémy prožívat emoce, nevěděl jsem o tom. Takže se mi podařilo asi až u desátýho dejchání, abych to udělal efektivně, abych z toho měl radost. Takže jsem se tam dost trápil. Tím prvním dejcháním jsem to dost akceleroval a přišlo období, asi půlroční tý temnoty. Tohle bylo fakt hustý. To jsem nevěděl jak se jmenuju, kolikátýho je za den. Jak se jmenujou ulice.Vazby mi úplně zmizely. Mámu jsme nepoznal. Úplně odpad emoční systém. To, co tam Jyoti popisuje jako tu temnou noc duše...Tam nezabírala ani terapie. Já jsem potřeboval denní rámeč. Měl jsem terapii třikrát týdně, ale mě to bylo málo. Takže jsem skončil v Bohnicích, na dva měsíce. Z toho pár dní na jedniče, na příjmu. Tam byly mříže...ale to bylo dobrý, cítil jsem se bezpečně. Potom měsíc na zavřeným a měsíc na otevřeným. A předtím týden RIAPS, na doporučení Michaela. Tam mi udělali nějakou diagnózu, byla to akutní psychotická polymorfni ataka, nevím, jestli to říkám správně. Dostal jsem neuroleptika. Ale potřeboval jsem denní rámeč. Tam mě ještě pomohlo to, že jsem se před tím nechal zaměstnat u Indů, to bylo perfektní prostředí, hrály mantry, moc mi to pomohlo.Tam jsem umýval nádobí, vysával jsem a občas vařil.Ta práce byla odpovídající mému stavu.“

Jak to probíhalo v léčebně?

„Tak nejdřív se s tebou nikdo nebavil, byl jsi jeden z mnoha. Mám takovej pocit, že když tam někdo přijel, tak se nezkoumalo, proč je tam. Okamžitě jsem dostal, aniž by se se mnou někdo bavil, dostal jsem léky. ... No tam jsem byl pár dní, pak jsem se přes protekci dostal Heschelovi. Tam se mi to líbilo, protože tam mi hned léky vysadili. Všechno pryč a začal jsem s nějakýma antidepresivama. Jinak důležitý bylo, že jsem tam vystřízlivěl, že jsem si uvědomil, že to opravdu není sranda. Tam

jsem trošku procitnul. Pak jsem přišel z Bohnic, po dvou měsících, nechal jsem se zaměstnat v Akademii věd. Tam jsem byl rok, ale nebyl jsem tam šťastnej. Vrátil jsem se k Michaelovi a začalo to dávat smysl, ale potřeboval jsem dva roky, abych začal vidět tu hodnotu pro sebe. Hodnotu toho, že to léčí, že to pomáhá. Že Michael ví, co dělá.“

Jak pokračovala terapie?

„Já bych řek, že to šlo čím dál tím líp, hodně se to zrychlilo. Bylo to hodně zážitkový. Já jsme tam prožíval věci, který jsem nikdy nezažil, a ono to fungovalo. Byl jsem schopnej to po čase vynést to s tý terapie a používat to venku. Projevovalo se to třeba v interakci s druhyma. To se začalo vyvíjet dobře, i dechání začalo fungovat. Ale trvalo to dlouho, než jsem si vybudoval důvěru. Pak už jsem se napojil na nějakou nit.“

Co ti to přineslo do života?

„Dřív jsem se cítil hodně povznešenej, že jsem tím prošel. Ale postupem času jsem nabył dojmu, že mě to prostě jenom přiblížilo k lidem. Jsem asi tam, kde jsem měl bejt. Ale byly tam úžasný věci, úžasný synchronicity, hodně symboliky. Teď si myslím, že tam byly proto, aby mi to pomohlo a urychlilo to moje léčení. Pak postupně začaly mizet. A už nebyly potřeba, takže i ta mystika byla taková praktická.“³⁴¹

4.2.4.2.3. Závěr

Vzhledem k omezenému počtu rozhovorů nevidím jako přiměřené vyvozovat z nich obecné závěry. Můžeme však u nich vidět velice odlišné pohledy na to, co je vlastně podstatou psychospirituální krize. Oba respondenti nabídli odlišné příběhy s odlišným průběhem a též se zcela odlišnou interpretací. V prvním případě se respondent ztotožnil s jistou podobou osobní duchovní cesty, v tom druhém šlo čistě o psychologický proces. Jak uvedl v rozhovoru Michael Vančura, jde o problematiku, kterou je obtížné zařadit do jasné kategorie.

³⁴¹ Rozhovor o psychospirituální krizi, Praha, 26.06.2008.

5. Závěry

Pokusím se nyní o určité zhodnocení jednotlivých přístupů, tak jak byly načrtnuty výše. Zároveň chci upozornit na některá sporná místa, objevující se mezi psychologickými a náboženskými pozicemi, potažmo samozřejmě i těmi religionistickými.

5. 1. Psychologizace duchovní zkušenosti

Prvním a zdá se centrálním sporným bodem je psychologizace náboženské zkušenosti, tedy redukce na psychický jev. Setkáváme se s ní od počátku, ať už jde o patologizující tendenci či nikoli. James mluvil o tom, že osobní zkušenost je tím jediným, co je předmětem zkoumání. Underhillová nabádá k tomu, abychom vytáhli tuto zkušenost z jejího náboženského prostředí a zkoumali ji na poli „čisté psychologie“. Freud viděl duchovní zkušenost přímo jako jev patologický, ale u i Junga, jehož závěry jsou mnohem otevřenější, je možné nelézt tuto redukci. Sudbrack píše, že *„Jung se pokoušel redukovat náboženskou zkušenost na prožitek sebe sama a terapeuticky ji využít v procesu stávání se sebou samým“*.³⁴² Zároveň dodává, že *„jakákoli psychologie, a zejména ta, která se zabývá náboženskými vztahy, musí nejdříve brát vážně fakta, než se pokusí o jejich výklad“*.³⁴³ Problematičnost psychologizace, především pak té patologizující, zdůrazňuje také White, když píše:

*„Mystéria, jež byla hodna posvátné bázně, jsou vystavena pohledu všech v celé své zdánlivé triviálnosti jako „komplexy“, „projekce“ a „špatně pochopená sexuální extáze“. Hroby jsou otevřeny; hříchy našich předků a nezkrotnost našich vrozených dispozic k potřebám a břemeno dneška nás děsí frustrací a vinou epidemické neurózy a hrůzou psychózy. Náš triumf nad přírodou se podobá Pyrhovu vítězství, jež nezměrně umocnilo naše otroctví.“*³⁴⁴

Na druhé straně je však nutné dodat, že psychologie jako taková je vědou empirickou, zaměřenou na pomoc jedinci, orientace na osobní zkušenost je tedy do jisté míry pochopitelná, a je na člověku samotném, podle jakých pravidel se chce

³⁴² Sudbrack, Josef, *Náboženská zkušenost a lidská duše*, s.20.

³⁴³ Tamtéž, s. 18.

³⁴⁴ White, Victor, *Bůh a nevědomí*, s.28.

ve své léčbě řídit. Pokud jsme však v úvodu mluvili o rozlišení na přístup redukcionistický a nerdukcionistický, bylo by možná příhodnější nazvat je přístupem patologizujícím a nepatologizujícím, neboť redukci jako takovou, ať už ve smyslu psychologizace či redukce biologické, můžeme nalézt více méně v obou případech.

5.2 Redukce na univerzální duchovní zkušenost

Další problematické místo se nachází v tendenci sjednocovat všechny duchovní zkušenosti jako stejnorodé, mnohdy bez pozornosti věnované specifikům těchto zkušeností. Hubina mluví o dvou pohledech na problém mystické zkušenosti a uvádí, že existují dva tábory zastávající odlišné hledisko. Na jedné straně stojí tzv. perennialisté, jejichž postoj je charakterizován domněnkou, že „*Eckhart, sv. Terézia a Avily, Ján z Krža, rovnako ako Bodhidharma, Bernadette Robertsová alebo indickí jógini popisujú tú istú skúsenosť – skúsenosť čistého, od fenomenologických atribútov vyprázdneného vedomia*“.³⁴⁵ Na druhé straně mluví o tzv. konstruktivistech, jež jsou přesvědčení, že „*mystická skúsenosť sa nemože vymanit spod vplyvu platného konceptuálneho rámca, ktorým je formovaná*“.³⁴⁶ Zásadní problém je například v buddhismu, ve zkušenosti *samádhi*, jež je pro jedny mystická zkušenost par excellence, ovšem pro buddhismus jako takový nikoli. Buddhistické chápání této zkušenosti ji neinterpretuje jako kontakt s Absolutnem či jinou vyšší instancí.

„*V zásade platí, že buddhistická interpretácia mystickej skúsenosti sa nepokúša transcendovať náš svet k vyššej nepodmienenej skutočnosti, ale naopak, mystická skúsenosť tu slúži ako „potvrdenie“ konštrukčnej funkcie mysle vo všetkom, čo sa nám v bežnej empirickej skúsenosti dáva.*“³⁴⁷

Celkově je problematické považovat buddhistickou zkušenost za zkušenost mystickou, tak jak je vnímána například v křesťanství, tedy jako spojení či sjednocení se s Bohem.³⁴⁸ „*Pojetí mystiky se všeobecně různí od kultury ke kultuře,*

³⁴⁵ Hubina, Miloš, *Vedomie ako oceán*, Chronos, Bratislava 2004, s. 20.

³⁴⁶ Tamtéž, s. 20.

³⁴⁷ Tamtéž, s.20.

³⁴⁸ Sudbrack, Josef, *Mystika*, Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří 1995, s. 13.

*od náboženství k náboženství, od osoby k osobě.*³⁴⁹ Buddhismus jako takový se nevztahuje k nějaké vyšší síle, Bohu či absolutnu. Zároveň se zde objevuje nauka o ne – já, pokud tedy můžeme mluvit o mystice, pak o mystice „*bez duše a bez Boha*“.³⁵⁰

5.3 Typologie přístupů k psychospirituální krizi

Nyní přistupím konkrétně k fenoménu psychospirituální krize a nahlédnu na jednotlivé přístupy, kterým jsem se věnovala, a pokusím se je zhodnotit, popřípadě uvést jejich typologii.

Za zcela centrální moment naší problematiky považuji otázku pojetí lidského já a obraz světa jako takového, tedy rámec, ve kterém se toto já prezentuje. Vidím to jako základní kritérium.

1. Patologizující redukce

Pokud jde o přístupy tradiční, mezi které řadím psychoanalýzu a behaviorismus, lidské já je v něm reflektováno především z biologického hlediska, a tudíž veškeré „vyšší“ tendence či potřeba smyslu jsou považovány za neurotické. Následně také veškeré duchovní zkušenosti, včetně těch krizových, spadají do kategorie psychické nemoci, popřípadě nemoci, která má svůj fyziologický podklad.

*„Naše civilizace nevytěsňuje jenom „pudy“, sexualitu, ale i jakoukoli podobu transcendence. Mezi jednorozměrnými lidmi nepřekvapí, že někdo s nápadnou zkušeností jiných rozměrů, kterou nemůže úplně popřít nebo zapomenout, bude vystaven nebezpečí, že jej buď druzí zničí, nebo že se zpronevěří tomu, co ví.“*³⁵¹

2. Orientace na celistvé Já

U pozdějších přístupů, které se prezentují otevřenější myslí, nacházíme také odlišný rámec. Jung či Perry mluví o nutnosti pojímat lidské já v jeho celku. Řadím sem Junga i přesto, že patřil k Freudovým současníkům. Je možné ho vidět jako průkopníka či dokonce „proroka“ těchto přístupů. Co je tedy tímto celkem? K původní biologické rovině se přičleňuje nutnost zaobírat se duchovními

³⁴⁹ Sudbrack, Josef, *Mystika*, s. 7.

³⁵⁰ Bugault, Guy, *Encyklopedie mystiky V.*, Argo, Praha 2003, s. 346

³⁵¹ Laing, R.D., *Rozdělené Self*, Psychoanalytické nakladatelství, Praha 2000, s. 9

potřebami člověka. Jak Jung, tak i Perry se setkávají s lidmi, jejichž příběhy se vyznačují nutností začlenit tyto potřeby do rámce lidského já. Není možné, oproti tomu co předpokládal Freud, vymítnout náboženství. To vedlo k redefinování pojetí duchovní zkušenosti a tedy i role duchovních aspektů v rámci nemoci.

3. *Orientace na transpersonální Já.*

Třetím typem či pojetím já jsou přístupy transpersonální psychologie. Zde je rámec já ještě znatelněji obohacen o spirituální, tedy v rámci tohoto směru, „transpersonální“ dimenzi. Výše byly zmíněny některé výhrady vůči této větvi psychologie a dle mého je zde někdy skutečně možné pociťovat jistý paradox v pojetí této „transpersonální dimenze“. Přes pravděpodobně nejotevřenější přístup k duchovním jevům, se zde též setkáváme s výraznou redukcí duchovní zkušenosti.

Redukcí, která je svým způsobem opozitní vůči tradičním postojům, zároveň však mnohdy vytváří pouze opačný extrém. Tento moment je pravděpodobně nejcitelnější u Grofa, nicméně již značně menší u Lukoffa a Greenwellové. Na druhé straně jsme se setkali s příběhy, pro které je tato kritika irelevantní. V praxi jde pravděpodobně o velice účinnou a vítanou metodu.

5.4 **Náboženství vs. transpersonální psychologie**

Transpersonální přístupy často odkazují ke zkušenostem mystiků celého světa. Upozorňují na krize a mimořádné prožitky, které tyto osobnosti během svého putování zažily, a vedle nich kladou zkušenosti lidí, jež k nim přicházejí pro terapeutickou pomoc. Pokusme se blíže prozkoumat tento vztah.

Jak jsme viděli například u Grofa, kategorie „transpersonálních zážitků“ je natolik široká, že se do ní vleze téměř vše. Tyto prožitky otevírají jedinci dveře k hlubším vrstvám lidské psýchy, přivádějí jedince do „transpersonální dimenze“. Můžeme zde vidět jisté paralely k Jungovu kolektivnímu nevědomí či Buckeovu „kosmickému vědomí“, což je „vyšší forma vědomí, než ta, kterou disponuje běžný člověk“.³⁵² Šířka této kategorie však může být i na škodu, existují tu mnohá

³⁵² Bucke, Richard M.. „Cosmic Consciousness“. *Onlinebooks library* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <http://djm.cc/library/Cosmic_Consciousness_edited02.pdf>.

nebezpečí. „*Mystika se stala laciným zbožím*“³⁵³, jak píše Sudbrack. Podobně také Matthew Fox v knize „*Příchod kosmického Krista*“ varuje před pseudomystikou. „*Mystika je uložena v nitru každého člověka. Pokud ji popíráme, znamená to, že dáváme zelenou pseudomystice a náhražkové mystice, která pak zachvátí naše osobní a kolektivní představy.*“³⁵⁴

5.4.1 Role změněného stavu vědomí

Pokusím se nyní na základě výše zmíněného o určité srovnání. Nejprve se dotknu postavení mystického zážitku či změněného stavu vědomí. Jak jsme mohli vidět na všech čtyřech případech z úvodní kapitoly, mimořádné prožitky nejsou zdaleka něčím neobvyklým na duchovní cestě, zároveň však také ničím mimořádně důležitým. Žádný z nich nevede ke konečnému poznání ani ke spojení s Bohem. Lpění na těchto prožitcích je vysoce nebezpečné a nežádoucí, podobně jako bránění se jim. Zážitek se může vyskytnout, ale také nemusí, zároveň není závislý na duchovní vyspělosti jedince.

Transpersonální psychologie, a zde opět upozorním hlavně na Grofa, hodnotí roli změněného stavu vědomí mnohem výše. Vše je podřízeno kritériu „*uspokojivé prožitkové síly*“, píše Říčan.³⁵⁵ Právě prožitek se zde stává spouštěčem duchovního uvědomění. U Lukoffa a Greenwellové je možné nalézt silnější orientaci na proces jako takový, kde prožitek je pouze jeho součástí. Přijetí na místo vytěsnění je charakteristickým přístupem i zde.

5.4.2 Mimořádná krize v rámci duchovní cesty

Krize, i ta extrémní, se jeví jako poměrně přirozený jev duchovní cesty. „*Mystická nemoc*“, jak píše Underhillová, je výsledkem mimořádného vypětí. „*Naše těla jsou živočišné věci vytvořené pro živočišné činnosti. Když mimořádně zapálený duch vytrvale používá jejich nervové buňky k jiným činnostem, začnou se zpečovat.*“³⁵⁶ Má jít o přechod mezi prvním a druhým „*mystickým životem*“.³⁵⁷

³⁵³ Sudbrack, Josef, *Mystika*, s. 9.

³⁵⁴ Matthew, Fox, *Příchod kosmického Krista*, CDK, Brno 2004, s. 58.

³⁵⁵ Říčan, Pavel, *Psychologie náboženství*, s. 239.

³⁵⁶ Underhillová, Evelyn, *Mystika*, s. 92.

Tato mimořádná krize se zdá být přirozená, má to být příprava na to, co přijde poté. Jde o nutné očištění ducha i těla, přetnutí všeho lpění. Důležité také je, že tento moment přichází mnohdy až u pokročilého adepta.

Krize ve smyslu transpersonálním, ať už jde o ponoření se do mimořádných stavů či o obranu před těmito stavy, se jeví spíše jako proměna vnímání světa, než konečná příprava před vstupem do těchto pozoruhodných komnat lidství. „*Jedině takto, proměnou celého člověka, ne nějakou pečlivou a úzce vymezenou kultivací toho, co rádi nazýváme jeho „duchovní“ stránkou, může člověk přijmout podobu lidství Božího.*“³⁵⁸

5.4.3 Společné charakteristiky

Můžeme zaznamenat mnohé paralely v charakteristikách těchto krizí. Jde například o její trvání. Mnohdy se jedná i o několikaleté procesy, i když samotná psychotická epizoda trvá několik týdnů. Podobně je tomu i u konceptů Jana od Kříže či Terezie z Avily. Také jisté základní aspekty, které se v jejich rámci objevují, mohou být vnímány jako paralely. Jde například o pocit ztracenosti, opuštěnosti či strachu ze smrti. Nejinak je tomu u role průvodce, ať už u terapeuta či zpovědníka. Vesměs se setkáváme s vědomím důležitosti někoho takového, zároveň však na obou polích nacházíme nepochopení dotyčného.

Je tedy možné nalézt celou řadu společných míst, ale též závažné rozdíly. Bylo by tedy dle mého chybou ztotožňovat tyto jevy a považovat je za ekvivalenty.

³⁵⁷ Underhillová, Evelyn, *Mystika*, s.422.

³⁵⁸ Tamtéž, s.430.

Závěr

Otázka duchovního či duševního zdraví jak jsme mohli vidět není otázka jednoduchá. Komplexnost tohoto zdraví nelze převést či zredukovat na nějaký jednoznačný model. Náboženství nabízí mnoho příběhů, které přinášejí poznatky ze vzdálených a málo probádaných oblastí lidské psyché. Přinášejí také svědectví o mimořádných krizích, kterými byli někteří nuceni projít na cestě ke svému cíli. I psychologie se setkává s případy, které je svou intenzitou a duchovním podtextem leckdy připomínají. Setkávání náboženství a psychologie není žádnou novinkou a svým způsobem poukazuje na důležitost duchovního života jako takového. Zároveň se tato důležitost odráží v nutnosti zahrnout jej do definice duševního zdraví na poli psychologie.

Během práce jsem představila jednotlivé přístupy psychologie náboženství k problematice a zároveň načrtla jejich typologii. Nejprve jsem nastínila historii střetávání náboženství a psychologie, zároveň také některé koncepty změněných stavů vědomí na tomto poli. Naznačila jsem, že z hlediska psychologie existují dva základní přístupy k tématu, tedy redukcionistický a neredukcionistický. Nakonec by se však dalo říci, že příhodnější by možná bylo nazvat je přístup patologizující a nepatologizující. Patologizace duchovní zkušenosti se objevuje především u psychoanalýzy a behaviorismu. Jako představitele jakési střední cesty jsem představila Junga a Perryho. A nakonec jsem se věnovala některým představitelům transpersonálního pojetí, u nichž se někdy téměř stíraly rozdíly mezi duchovními a psychologickými pozicemi. Zároveň jsem však upozornila na jistý druh redukce vztahující se k náboženským tématům. Jako součást práce jsem také realizovala výzkum, který se sice sestával pouze ze tří rozhovorů, ale i tak ho považuji za zajímavý příspěvek, a především za praktický pohled na problematiku.

Podívala jsme také blíže na některé příklady mimořádných krizí u náboženských představitelů a porovnála je se závěry transpersonální psychologie, respektive některých jejích zástupců. Zde jsem poukázala na problematičnost směřování krizových zkušeností z hlediska transpersonální psychologie a mystiků či významných náboženství osobností. Dále jsem se pokusila o zmapování některých

problematických míst v rámci vztahu mezi náboženstvím a psychologií. Zde jsem upozornila především na problematiku redukce, jejíž nejčastější podobou je psychologizace duchovní zkušenosti a převádění různorodých zkušeností na jednoho jmenovatele.

Laing napsal, že „v souvislostech našeho současného šílenství všechno to, co nazýváme normalita, duševní zdraví, svoboda, stejně jako všechna naše hlediska, je dvojnásobné a dvojsmyslné“.³⁵⁹ Zdá se mi to příhodné, neboť postavení duchovní zkušenosti, tedy i psychospirituální krize, je zcela závislé na našem hledisku, na kategorii, kterou jí přisoudíme. Přes některé poměrně kritické poznámky směrem k alternativním psychologickým přístupům, se domnívám, že představují pozoruhodný a neocenitelný přínos, především pro ty, kterým pomohly v překonání a integraci obtížných zkušeností a mnohdy také přispěly k transformaci, která měla dalekosáhlý vliv na dotyčné. „*Nemoc bývá dost často šancí, jak v sobě objevit poklad.*“³⁶⁰

Krize jako součást duchovního vývoje je přítomná nejen ve výpovědích světců či mimořádných duchovních osobností, ale též v příbězích zcela současných, příbězích, které jsou součástí naší běžné reality. Mohou se též objevit, i když v odlišné formě, na přijímacích odděleních psychiatrických léčeben. Rozhodující na tomto poli je dle mého schopnost jemně rozlišovat a citlivě přistupovat k jevům a procesům, jimiž snad někdy procházíme svým způsobem všichni, i když ne tak dramatickou formou. Kdo ví, co všechno se můžeme naučit. Zároveň to vše může být připomenutím, že otázka duchovního života či duchovního naplnění není zanedbatelná.

³⁵⁹ Laing, R.D., *Rozdělené Self*, s. 9.

³⁶⁰ Grün, Anselm, *Spiritualita zdola*, Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří 2002, s. 62.

Souhrn Literatury

Primární Literatura:

Campbell, Joseph. *Mýty*. v nakladatelství Pragma, Praha 1998. ISBN 80-7205-491-0.

CAMPBELL, Joseph. *Tisíc tváří hrdiny*. v nakladatelství Portál, Praha 2000. ISBN 80-7178-354-4.

Capra, Fritjof. *Bod Obratu*. v nakladatelství DharmaGaia, Praha 2002. ISBN 80-7287-024-6.

14. Dalajlama. *Přirozenost Buddha*. v nakladatelství Aquamarin, Praha 1996. ISBN 80-901922-4-6.

Drury, Nevill. *Nové obzory*. v nakladatelství Votobia, Olomouc 1996. ISBN 80-85885-82-4.

Dvacet jedna řečí askety Gótama zvaného Buddha. přeložil Jan Kozák. V nakladatelství Bibliotheca Gnostica, Praha 2006. ISBN neuvedeno.

ELIADE, Mircea. *Šamanismus a nejstarší techniky extáze*. v nakladatelství Argo, Praha 1997. ISBN 80-7203-153-8.

Fox, Matthew. *Příchod Kosmického Krista*. v nakladatelství CDK, Praha 2004. ISBN 80-7325-028-4.

Freud, Sidmund. *Totem a Tabu, Vtip*. v nakladatelství Práh, Praha 1991. ISBN 80-900835-1-X.

Greenwellová, Bonnie. *Energie transformace*. v nakladatelství DharmaGaia, Praha 2002. ISBN 80-86685-07-1.

Grof, Stanislav. *Dobrodružství sebeobjevování*. v nakladatelství Perla, Praha 2000. ISBN 80-902156-5-3.

Grof, Stanislav. *Holotropní vědomí*. v nakladatelství Perla, Praha 1999. ISBN 80-902156-2-9.

Grof Stanislav, Grofová Christina. *Krise duchovního vývoje*. Chvojko nakladatelství, Praha 1999. ISBN 80-86183-09-2.

Grof, Stanislav. *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*. v nakladatelství Moraviapress, Praha 2007. ISBN 978-80-86181-83-7.

- Grofová, Christina. *Žízeň po celistvosti*. Chvojko nakladatelství, Praha 1998. ISBN 80-86183-06-8.
- GRÜN, Anselm. *Spiritualita zdola*. Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří 2002. ISBN 80-7192-559-4.
- Holm, N., G. *Úvod do psychologie náboženství*. v nakladatelství Portál, Praha, 1998. ISBN 80-7178-627-6.
- Jacobi, Jolande. *Psychologie C.G. Junga*. Psychoanalytické nakladatelství, Praha 1992. ISBN neuvedeno.
- James, William. *Druhy náboženské zkušenosti*. V nakladatelství Melantrich. Praha 1930. ISBN neuvedeno.
- Jung, Carl Gustav. *Výbor z díla I. - Základní otázky analytické psychologie a psychoterapie v praxi*. Nakladatelství Tomáše Janečka. Brno 1996. ISBN 80-85880-14-8.
- Jung, Carl Gustav. *Výbor z díla III. - Osobnost a přenos*. Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 1998. ISBN 80-85880-18-0.
- Jung, Carl Gustav, *Výbor z díla IV. - Obraz člověka a obraz Boha*. Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2001. ISBN 80-85880-23-7.
- Jyoti. *Anděl zavolal mé jméno*. v nakladatelství DharmaGaia, Praha 2002. ISBN 80-85905-84-1.
- Kornfield, Jack. *Cesta srdce*. v nakladatelství Eminent, Praha 2004. ISBN 80-7281-263-7.
- Laing, R.D.. *Rozdělené Self*. Psychoanalytické nakladatelství, Praha 2000. ISBN 80-86123-13-8.
- Mack, John. *Ufo: únosy lidí*. V nakladatelství Etna, Praha 1997. ISBN 80-85786-22-2.
- Matthew, Iain. *Zasažen Bohem*. Karmelitánské nakladatelství, Kostelní vydří 2005. ISBN 80-7192-719-8.
- Monroe, Robert A.. *Cesty mimo tělo*. v nakladatelství Triton, Praha 2007. ISBN 80-7254-817-4.
- Monroe, Robert A.. *Daleké cesty*. v nakladatelství Lott, Praha 2003. ISBN 80-903193-3-5.
- Moody, Raymond. *Život po životě, Úvahy o životě po životě, Světlo po životě*. V nakladatelství Odeon, Praha 1991. ISBN 80-207-0314-4.

- Ring, Kenneth, Evelyn Vala. *Poselství světla*. Chvojtkovo nakladatelství, Praha 2001. ISBN 80-86183-22-X.
- Sudbrack, Josef. *Náboženská zkušenost a lidská duše*. Karmelitánské nakladatelství, Praha 2002. ISBN 80-7178-072-3.
- Sudbrack, Josef. *Mystika*. Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří 1995. ISBN 80-85527-63-4.
- Sv. Jan od Kříže. *Temná noc*. Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří 1995. ISBN 80-7192-055-X.
- Sv. Jan od Kříže. *Výstup na horu Karmel*. Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří 1999. ISBN 80-7192-420-2.
- Sv. Jan od Kříže. *Živý plamen lásky*. Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří 2001. ISBN 80-7192-435-0.
- Sv. Terezie od Ježíše. *Hrad v nitru*. Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří 2003. ISBN 80-7192-715-5.
- Underhillová, Evelyn. *Mystika*. V nakladatelství dybbuk, Praha 2004. ISBN 80-86862-03-8.
- White, Victor. *Bůh a nevědomí*. V nakladatelství Vyšehrad, Praha 2003. ISBN 80-7021-517-8.

Sekundární Literatura:

- Bugault, Guy. *Mystika indického buddhismu (v Encyklopedie Mystiky V.)*. V nakladatelství Argo, Praha 2002. ISBN 80-7203-459-6.
- Fišer, Ivo. *Filosofická koncepce nejstaršího buddhismu*. V nakladatelství DharmaGaia, Praha 2000. ISBN 80-85905-74-4.
- Hubina, Miloš. *Vedomie ako oceán*. V nakladatelství Chronos, Bratislava 2004. ISBN 80-89027-11-3.
- Lesný, Vincenc. *Buddhismus*. V nakladatelství Votobia, Olomouc 1996. ISBN 80-7198-062-5.
- Říčan, Pavel. *Psychologie náboženství*. V nakladatelství Portál, Praha 2002. ISBN 80-7178-547-4.
- Skalický, Karel. *V zápase s posvátnem*. Centrum pro studium demokracie a kultury, Praha 2005. ISBN 80-7325-054-3.

Théra, Nárada Mahá. *Buddha a jeho učení*. V nakladatelství Votobia, Olomouc 1998. ISBN 80-7198-341-1.

Internetové zdroje:

Benda, Jan. „Mystika a schizofrenie“(rigorózní práce) FF UK“. *Stín stromu* [online], [citováno 2008-06-27].

URL: <<http://www.stinstromu.net/krize/mystika.pdf>>.

Bucke, Richard M. „Cosmic Consciousness“. *Onlinebooks library* [online], [citováno 2008-06-27].

URL: <http://djm.cc/library/Cosmic_Consciousness_edited02.pdf>.

Maslow, Abraham H. „Religions, values and peak-experiences“. *The Psychedelic Library* [online], [citováno 2008-06-27].

URL: <<http://www.druglibrary.org/schaffer/lsd/maslow.htm>>.

Ring, Kenneth, „Near-Death and UFO encounters as shamanic initiation“. *Near-death experience and afterlife* [online], [citováno 2008-06-27].

URL: <<http://www.near-death.com/experiences/articles011.html>>.

Lukoff, David. „From Spiritual Emergency to Spiritual Problem: The Transpersonal Roots of the New DSM-IV Category“. *Spiritual competency resource center* [online], [citováno 2008-06-27].

URL: <<http://www.spiritualcompetency.com/jhpseart.html>>.

Lukoff, David. „DSM-IV Religious & Spiritual Problem“. *Spiritual competency resource center* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <http://www.spiritualcompetency.com/dsm4/course_dsmiv.asp>.

Lukoff, David, „Case Example: Full Myths in Mental Illness Case“. *Spiritual competency resource center* [online], [citováno 2008-06-27].

URL: <<http://www.spiritualcompetency.com/blackboard/lessons/caseexamples/mmi.html>>.

Lukoff, David. „Duchovní cesta v procesu uzdravování“. *Diabasis* [online], [citováno 2008-06-27].

URL: <http://www.diabasis.cz/_data/attachments/2187f0ce170b4a32dc3a471260ed123/David_Lukoff_duchovni%20cesta_v_procesu_uzdravovani.pdf>.

O'Callaghan, Michael. „A conversation with Dr. John Weir Perry“. *Global vision* [online], [citováno 2008-06-27].

URL: <<http://www.global-vision.org/philosophy/index.php>>.

Sannella, Lee. „Kundalini: Psychosis or Transcedence“ [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <<http://www.skaggs-island.org/humanistic/sannella/kundalini.html>>.

Vančura, Michael. „Psychospirituální krize“. *Diabasis* [online], [citováno 2008-06-27]. URL: <http://www.diabasis.cz/_data/attachments/3a4b4319e2d35854a6f8ea0c135a2857/PSYCHOSPIRITUALNI_KRIZE_M_Vancura.pdf>.

Webové stránky:

<http://www.spiritualcompetency.com/>

<http://www.diabasis.cz>

<http://www.near-death.com/>

<http://www.stinstromu.net/>

Rozhovory:

Rozhovor s Michaelem Vančurou, Praha, 20.06.2008.

Rozhovor o psychospirituální krizi, Praha, 26.06.2008.

Rozhovor o psychospirituální krizi, Třebíč, 25.06.2008.

