

ROZHOVOR: Psycholog Pavel Říčan - Nejdůležitější je autenticita

AKTUALITY | 18. 1. 2019

Českobudějovický magazín Milk & Honey přinesl před Vánoci rozhovor se známým profesorem Pavlem Říčanem, který v Portále vydal tituly Spirituální výchova v rodině, Psychologie - příručka pro studenty, Cesta životem a Psychologie náboženství a spirituality. Se svolením redakce Milk & Honey vám nyní rozhovor přinášíme i my.

Pane profesore, co vás přivedlo ke studiu psychologie, potažmo duše?

Můj otec byl evangelický farář a takovému klukovi z fary se stane docela snadno, že skončí jako psycholog – viz třeba Carl Gustav Jung. Už jako malý školák jsem zpod kazatelny vnímal úvahy o tom, co se děje v lidském nitru. Přitom mě nejednou napadlo: Teď by to mělo ještě nějak pokračovat, proč to tatínek nedopoví a mluví zas o něčem jiném? Otec myslel velmi přesně, ale určité otázky se prostě do kostela nehodily, ty mi zůstaly. A zápasy přísně kázněného dítěte s vlastním svědomím – to je hned psychologických témat habaděj!



Jako středoškoláka mě uchvátila Schönfeldova grafologie upravená mistrem jazyka Pavlem Eisnerem. – Na teologickou fakultu jsem to měl z rodiny „blízko“, ale proč jsem tam vlastně šel, přestože jsem se na to nehodil, to by bylo pro tento rozhovor příliš intimní povídání. Mělo to tu výhodu, že jsem unikl budovatelskému nadšení počátku 50. let a dostal jsem slušnou intelektuální průpravu, neznetvořenou tehdejší povinnou ideologií. Psychologicky podnětná pro mě byla etika. Tam nejde jen o to, co

V 60. až 80. letech jste se jako nestraník pohyboval na nejrůznějších psychologických či pedagogických pracovištích včetně stáže v USA. Jak vzpomínáte na změnu poměrů po roce 1989?

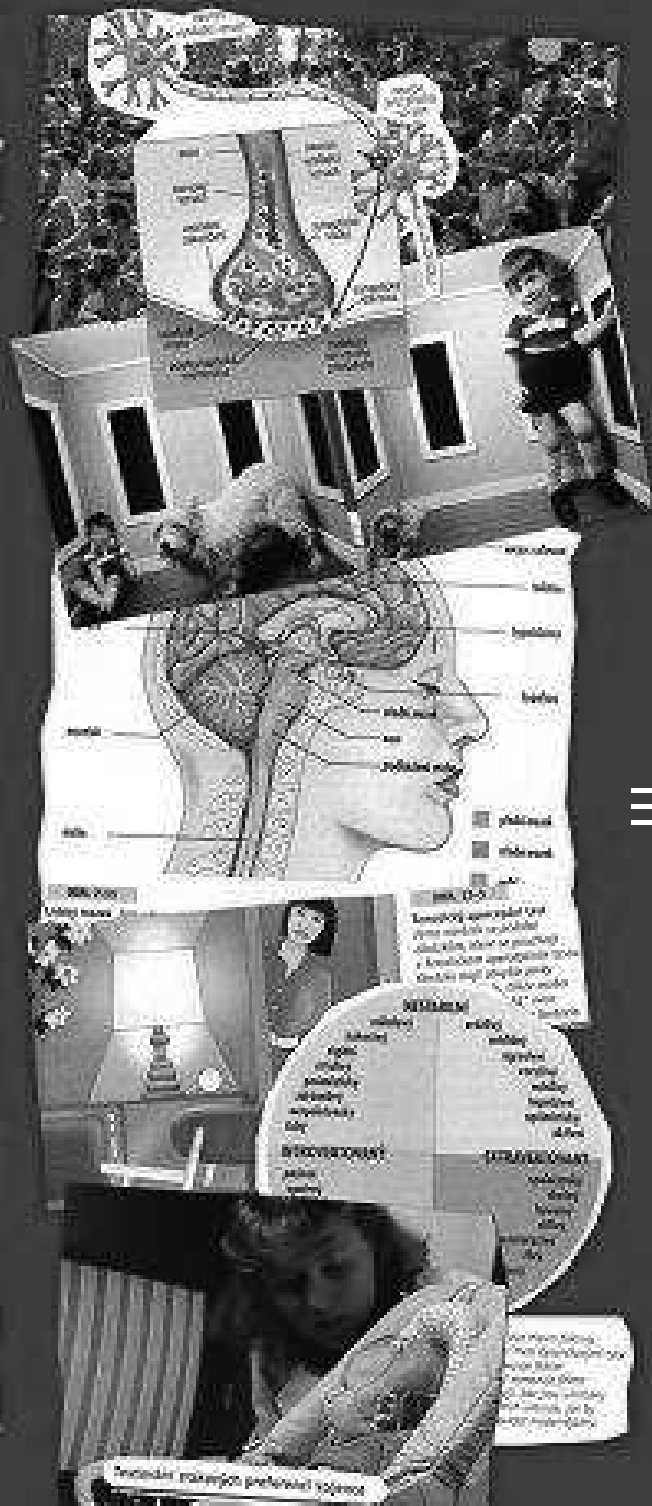
Jako psycholog jsem začínal v „uvolněných“ 60. letech, to se mi povedla i ta vytoužená Amerika a nástup do Psychologického ústavu ČSAV. Po vyhození z Akademie jsem přežíval ve zdravotnictví, kde se nekádrovalo tak přísně – ale ovšem jako „občan druhého řádu“, jakých nás byla ostatně většina. Sametová revoluce mi umožnila habilitaci, byl jsem také zvolen předsedou Československé psychologické společnosti a vrátil jsem se do „svého“ ústavu – jako ředitel!

Byla to doba, kdy jsme vzhlíželi k Hradu jako k místu, kde je nový Masaryk, totiž Václav Havel. Láska a pravda zvítězily, takže právo a spravedlnost se měly prosadit jaks automaticky. Byli jsme zkrátka naivní, ještě dva a půl roku vládl jako premiér – s Havlovým požehnáním – mazaný bolševický lídr Čalfa. Očista veřejného života – dekomunikace, stejně potřebná, jako byla po válce německá denacifikace, se nekonala. Ty nejprofláknutější borce jsem propustil, aspoň to, ale moc se mi to ředitelování za daných poměrů nevedlo. Zůstal jsem jako řadový badatel.

PSYCHOLOGIE

Čtvrté vydání

Pavel ŘÍČAN



Věnoval jste se z různých pohledů lidské osobnosti a její psychice. Co pro vás osobně znamená pojem duše?

knize Duše sexu: „Lidská bytost je vrchovatě naplněna významy, emocemi, sny, touhami, minulostí, kulturním prostředím a vnitřním myšlenkovým a fantazijním životem, krátce řečeno duší.“ Nebo jinde: „Mluvíme o lidech, místech a domech, jež mají duši. Duše představuje nedosažitelnou hloubku, pociťovanou životní sílu a plnou přítomnost člověka nebo dokonce i věci. Člověk s duší ve vás vzbuzuje dojem, že žije naplno a má silnou osobnost. Teologové a filozofové již po tisíciletí říkají, že duši má i svět.“ – Duše není vlastně tak docela „doma“ ve vědecké psychologii. Spíš je jí dobře v poezii, v umění nebo ve filozofii toho typu, jakou pěstoval u nás Jan Patočka.

Jak vnímáte situaci duše v dnešní době?

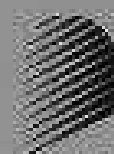
Duše našeho Západu stůně řadou nemocí, rozpoznaných i nerozpoznaných, léčených i neléčených. Trpí například jednostrannou orientací na technovědu – a na konzum. Zvláště na konzum informací a dojmů – nejvíc právě těch konzumních dojmů, jakých jsou plné třeba telenovely. Epidemická je ztráta smyslu života, která má asi více příčin. Technika, která chce lidi spojovat, je ve skutečnosti navzájem izoluje. Etické hodnoty jaksi blednou, svědomí je už skoro neznámé slovo. Jedním slovem – duchovní úpadek.

Jak z toho ven? Můžeme něco dělat?

Je možné, že se česká duše vzpamatovává. Vidíme například, že roste Skaut a Sokol, což jsou hodně duchovní záležitosti, přečtěte si třeba skautský slib. Řada lidí, kteří tam působí, jsou křesťané nebo post-křesťané. Můžete říct, že je tu jakási reakce na ten úpadek, protisíla, já ale nemám fyzikalistické metafory rád. Radši mluvím o růstu. I ze zdánlivě mrtvého pařezu může vypučet nový strom. Trochu se angažuji v církvi a i tam lze tu a tam sledovat, jako by něco chtělo pučet, i když převažuje do očí bijící rozpad a rozklad.

Spirituální výchova v rodině

Co radí psychologové?



se vyskytuje v rámci organizovaného náboženství, ale není na něj vázaná. Je to nová verze staré myšlenky nechat si to dobré, co je v náboženství, ale vynechat z toho boha, který se modernímu člověku jeví nepřijatelný. Říkáme tomu humanistická spiritualita.

Když se řekne „spiritualita“, vybaví se mnoha lidem „orient“.

Přesně! Orientální inspirace modifikuje naše chápání spirituality i naši duchovní praxi. Zvláště významný je buddhismus. Známe i křesťanské učitele buddhistické meditace.

Není to ale tak, že si například z těch východních směrů bereme jenom to, co se nám hodí, co je nejsnáze stravitelné? Nepřicházíme touto populární adaptací o nějakou původní hloubku?

Ano. Někdy to ironicky vyjadřujeme obratem, že když vítáme východní spiritualitu, jako bychom říkali: „Ale etiku odložte, prosím, laskavě v šatně.“ Zajímáme se o ty techniky, které mohou vést k netušeným stavům mysli, k extázi nebo k osvícení – a zapomínáme, že k tomu patří určitý životní styl. Toto je bohužel dosti časté u jógy. Bez „jamas a nijamas“, tedy doporučení zabývajících se naším chováním a vztahem k okolí a k sobě samým, to totiž vlastně není jóga, ale pouze fitness cvičení. Zájemců o jógu jsou davy, skutečných, vyspělých jogínů jen hrstka – například známý terapeut alkoholismu Karel Nešpor. Můžeme ale doufat, že i když někdo chápe jógu jako pouhé tělesné cvičení, tak moudře cvičené tělo ho samo povede alespoň „na práh“ něčeho hlubšího. Tělo není jen kus masa, je svým způsobem posvátné a k pochopení tohoto slova není nutná náboženská víra.

Může tradiční křesťanství ještě dnes sytit duchovní potřeby soudobého člověka?

To je právě to, o čem se tu hraje. Církev je často nemocná dogmatismem a autoritářstvím. Hledají se nepřátelé, podívejte se třeba, co vykládá (byť v nadsázce) stárnoucí kněz Piřha o tom, že nám hrozí vláda homosexuálů. Katoličtí kněží nařikají i veřejně na špatné vztahy s biskupy. Najde se, co zametat i v jiných církvích. Ale hledejme i pozitivní „znamení času“, jakým je například statečný papež František nebo charismatické hnutí vedoucí lidi jednak k živé niternosti, jednak k intenzivním vzájemným vztahům.

Vývojová psychologie

Pavel Řičan

3. vydání



odpovídající době a naší osobnosti. Moore zdůrazňuje: vypůjčujte si, ale nekupujte. Jinými slovy tedy, nenechte se zajmout dogmatem, přijímejte a prožívejte představy a obřady, nechejte se vést i posvátnými texty, avšak neberte je jako navždy nezpochybnitelnou pravdu. Jenže Moore patří ke spirituálně-kulturní elitě, ví, co dělá. Hůř je na tom běžný člověk, kterého zklamala církev, v níž vyrostl, a on hledá – často dost naslepo. Dnes je v módě vybírat si různé poučky a praktiky z nabídky jakéhosi „švédského stolu duchovna“, což může být dost nebezpečné i z hlediska zdraví, jak duchovního, tak duševního.

Co by podle vás nemělo chybět ve zdravé duši moderního člověka?

Například vědomí smysluplné cesty životem, kterou kráčíme jednak jako individua, jednak ve společenství svých blízkých a vlastně i v širším společenství národa. Na té individuální cestě jsou typické etapy i přechody mezi nimi, například mezi chlapectvím a dospělostí. Některé přírodní národy, tzv. primitivové, pomáhají svým členům silně, plně prožít tento přechod. K tomu slouží tzv. iniciační rituály. Nám něco takového chybí. A na to myslel americký katolický kněz Richard Rohr, který vymyslel a zavedl spirituální iniciaci pro muže. On říká, že žena prochází iniciací tím, že porodí první dítě. Mužům nabízí pozoruhodný systém iniciačních rituálů, symbolicky završující proces duchovní přeměny. Rituály jsou tajné, ale snad mohu prozradit ten vstupní, při němž „chlapec“ (jakéhokoli věku, byl jsem tam i já) přijme na obnaženou hrud' rudě namalované znamení kříže. V závěru pak přijme tentýž kříž posvěceným olejem. V Česku je Rohr se svým systémem velmi úspěšný.

Čeho si na lidech nejvíce ceníte?

Zrádná otázka, odpovím namátkou: Vážím si „nejmladší ctnosti“ podle Nietzscheho – autenticity. K čemu úspěch, k čemu i morálka, k čemu všechny možné spirituální extáze, když nejsem sám sebou?

Zaujala mě vaše metafora duchovního švédského stolu, který se dnes před lidmi nabízí. Je dobře, když se člověk snaží ochutnat od všech pokrmů, nebo je vhodné před jednohubkami upřednostnit jedno pořádné jídlo? Dá se mezi oběma póly najít nějaká vyrovnanost?

Kdo je někde duchovně opravdu doma, ten ať si „domácí stravy“ váží velice. Pak hledáme cestu časem, který je nám dán, i jako společenství poutníků. Kdo se vydá na cestu sám, protože musí, má být velmi opatrný, konkrétně třeba o buddhismu nebo

výše zmíněného Moorova přirovnání – tisíce celkem neškodných „podomních obchodníků“ se spiritualitou, ale i nebezpečných sektářských lovců duší. Pozor, pozor a ještě jednou pozor na ně! Když vás zaujme nějaký obřad, třeba indiánské pokouření ze společné dýmky v tichém kruhu kolem ohně, proč si ho nevypůjčit? Ale neměli bychom si takovými jednohubkami plnit žaludek.



Jak tedy správně pečovat o duši?

Dobrý začátek může být v pěstování ticha. A nemusí se hned jednat o nějaké důmyslné meditace, prostě jen dát si denně, nejlépe po ránu, 20 minut uvolněného, pokojného mlčení se vzpřímenou páteří a otevřenou myslí. Několika dobrých rad jsme se dotkli i v tomto rozhovoru, žádný kompletní systém pro vás nemám.

Co vám v současnosti dělá radost?

Bezpochyby je to mých osm vnoučat. Každé je jiné a s každým je to trochu dobrodružná záležitost. Ve veřejném životě mám radost z drobných znamení, že se česká demokracie snad vzpamatovává.