

Psychiatrická léčebna, Jihlava

AUTOGNOTICKÉ AKTIVITY ČLOVĚKA

J. Kocourek

SOUHRN: Autognose je jev, kterým se zaměřovalo náboženství, kultura, filosofie, věda; vždy ve větší či menší míře zde docházelo k sebepoznání individua. Dialektika tohoto procesu, která byla podtržena alchymistickými výzkumy a v pozdější době poznatky kvantových fyziků, antropologů, astronomů a psychoanalytiků, je dána spirálovitou tendencí chápání — autognose prestrukturovává osobnost, čímž dochází k metamorfóze osobnosti, která na vyšším stupni opětovně ovlivňuje akt sebepoznání. Sebe-poznání může probíhat jako proces na kvalitativně či kvantitativně změněném pozadí psychiky, což jsou dvě hlavní větve možného módu existence autognose.

Jedním z úkolů lidské bytosti v podobě aktuální či latentně existující je snaha člověka poznat sebe sama. Tato aktivita vlastní pouze druhu *Homo sapiens* či snad lépe *Homo faber* je stará v podstatě tak jako lidská civilizace. Je skutečností, že činnost, jejíž náplní ať exoterickou či ezoterickou bylo sebepoznání lidského subjektu, v průběhu lidských dějin nebyla vždy chápána jako autognose „an sich“. Autognostické aktivity člověka v jeho historii se odvíjaly rozdílnými hávy, které byly poplatny příslušným náboženským, filosofickým, státním, kulturním, vědeckým a i jiným teoriím. Vezmeme-li namátkou například linii mytologicko-náboženskou, pak se nutně musíme setkat s aktivitami typu různých zásvětích rituálů, iniciací, různých typů mystérií (eleusínských, orfických), profetismu, askezí, rozjímání (exercicie Ignáce z Loyoly), stavů nirvány, budhi, satori atp.

Ve všech těchto činnostech a stejně tak i v jiných kodifikovaných postupech je patrný rozdílný díl fenoménu autognose. Dalo by se říci, že je možno určitou formou tento výše uvedený díl kvantifikovat. Autognose se dá traktovat na škále od polohy nulové až po stav maxima, kdy osobnost subjektu autognostickou aktivitou vytvořila nový osobnostní terén; tudíž je možno ve shodě s dialektickým chápáním světa říci, že čím více sebe poznáváme, tím více se měníme. Jinak řečeno autognose podmiňuje autometamorfózu a naopak.

S tímto problémem se setkaly v historii již mnohé proudy lidské vzdělanosti. V evropských podmínkách velkými představiteli „autognostické koncepce“ byli alchymisté. Jejich podíl není třeba vidět jen ve vyzdvihované praktické činnosti (chemické a fyzikální pokusy), ale především, v paralelně s tím jdoucí filosofické nadstavbě. Hledání kamene mudrců či přeměny látek ve zlato znamenaly ve filosoficko-psychologické rovině poznání vlastního Já a nalezení tohoto centrálního elementu lidského psychična. Ve své práci, při které se setkávali s nově získanými poznatky, které měly velký vliv na metamorfózu jejich osobností, objevovali především nové a doposud neznámé kvality duševna.

Výše uvedené postupy postavila na vědecktější základy psychoanalýza a z ní vyvěrající psychologické školy. Její zakladatel S. Freud si otázku autognose uvědomil již po několika letech praktikování raných forem psychoanalýzy. Tento problém řešil autoanalýzou; sám si analyzoval své sny, neurotické symptomy a stereotypy chování. Existence určitých forem projekce, které nacházíme v jeho teorii, jsou dostatečnou

premisou pro vznik pochybností o naprosté sanaci neurotických procesů Freudovy osobnosti. Proto psychoanalýza začala razit postulát takzvané didaktické analýzy, která se požaduje po každém budoucím hlubinně orientovaném psychoterapeutovi. Prostřednictvím didaktické analýzy se terapeut nejen seznamuje s praktickou aplikací teoretické výzbroje psychoanalýzy na své vlastní osobě, nejen s možným prožíváním a chováním analyzovaného určenými hranicemi analýzy, ale i se svým vlastním duševnem, se stránkou vědomou a nevědomou a s jejich vzájemnou interakcí v dynamice vývoje osobnosti, která je samotnou analýzou potencována.

Například podle teoretických představ jednoho z tvůrců hlubinné psychologie C. G. Junga je terminálním stadiem autognose subjektu vytvoření takzvaného „zakulaceného člověka“, který dosáhl uvědomění svých nevědomých pochodů, dosáhl své osobnostní orientace na typologickém základu a naprosté psychické vyrovnanosti. Sám ovšem uznává tuto představu za pouhé „*pium desiderium*“ analytické práce. Stav „zakulaceného člověka“ koresponduje do určité míry s některými východními praktikami jako je například stav nirvány, satori atd.

O autognosi začínají mluvit též kvantoví fyzikové, kteří již od doby Einsteina se setkávají s takovými poznatky a objevy, které doposud nemají obdoby v lidských vědomostech. Dochází zde k podobné situaci jako před čtyřmi či pěti stoletími u alchymistů. Aby lidský mozek byl schopen pochopit nová kvalitativně změněná fakta, je nutno jej restrukturovat, tím dosáhnout nové etapy sebepoznání a tím i pochopení vlastního stavu psychična a parareálně s tím i právě řešeného problému.

V neposlední řadě je nutno se zmínit i o zkušenostech antropologů, kteří také získávají větší možnost sebepoznání, důsledkem svého kontaktu s kulturami a společnostmi radikálně se lišícími od kultury naší. V této souvislosti lze uvést výrok Dostojevského o tom, že největší zkušenost (tudiž i sebepoznání) získává člověk buď „velkým cestováním či velkým utrpením“. V této formulaci jako kdyby byla anticipována stanoviska dvou nynějších bazálních přístupů k feroménu autognose. Tím je poznání sebe sama na pozadí duševních nemocí změněných individuí a autognose na pozadí jiného kulturního celku, neopomíjeje zkušenost kvantových fyziků, která je pouze určitou odrůdou výše uvedených teorií.

Požadavek autognose, který je zintenzivněn u terapeutů zabývajících se lidskou psychikou, je nutným postulátem všech k sobě kritických psychoterapeutických směrů. Jak jsme již uvedli, podnětem k této tendenci byly bezpochyby zkušenosti psychoanalytiků. Psychoanalýza jako první stanovila neodiskutovatelný požadavek sebepoznání individua jako *conditio sine qua non* každé budoucí psychoterapeutické techniky. S vývojem a strukturováním psychoanalytického hnutí (vznik analytické psychologie, individuální, kulturní atd.) se v podstatě požadavek po cvičné analýze měnil jen v rámci kvantitativního vyjádření počtu hodin. Schultz-Hencke požaduje například 100–200 hodin učební analýzy, Jung nejméně 300 hodin, jiní analytici vycházejí z flexibilnějšího přístupu, který je determinován především dynamikou duševna psychoanalytického kandidáta — tudíž nekodifikují požadavek určitým počtem hodin.

Postulát psychoanalýzy — podstoupit cvičnou analýzu za účelem autognose, byl v době vývoje psychoterapie homogenně včleněn do rozdílných psychoterapeutických škol a směrů. Byla uznána nutnost v první řadě poznání subjektivních psychických pochodů psychoterapeuta. Tato skutečnost je prosazována s větším či menším úspěchem. Pořádají se několikátýdenní semináře, jejichž náplní jsou autagnostické postupy (skupinová psychoterapie, psychoterapeutický maratón, psychodrama, LSD — sezení atp.).

V podobném duchu byl také u nás ustaven model praktického výcviku psychoterapeutů, jehož tvůrci jsou Skála, Rubeš a Urban. Teoretickým zázemím tohoto přístupu, který je víceméně eklektický, je především dynamická psychoterapie s preferencí metod psychoterapie interpersonálně korektivní.

Druhým modelem je takzvaná heautognostika vytvořena Širokým, která je praktikována v PL Šternberku pro posluchače psychologie. Podle definice autora je heautognostika „psychologií procesu poznání sebe sama a jeho účinků (heautognose), bez závislosti na té či oné škole“. Obsah uvedené metody je dán především konfrontací budoucích psychoterapeutů s psychiatrickými pacienty, podchyčením odezvy výše uvedeného kontaktu a terminální zpracování takto navozených zážitků ve smyslu heautognostiky.

Autognose všech praktikujících psychoterapeutů a do určité míry i nepsychiatrických lékařů, umožňující individuu pochopit sebe samo, své postoje, počínání, rozpoznat své projekce a jiné obranné mechanismy, lépe akceptovat své sociální a společenské okolí, tudíž přispět k své seberealizaci jako k sekundárnímu, ale neméně důležitému cíli, používaje přitom jakýchkoliv metodik, by mělo být primárním úkolem každého prvního kroku vstupu do praxe. Pokusili jsme se ve svém příspěvku načrtnout zdaleka ne úplný historický skelet a uplatnění autagnostických aktivit, s vytyčením současných domácích modelů a tím znovu podtrhnout důležitost námi probíraného fenoménu.

Literatura u autora.

Došlo 1972.

J. K., Praha 8-Bubeneč, Lermontova 25

Oznámení

X. mezinárodní kongres psychoterapie

Paříž, 4.—11. července 1976

V. mezinárodní kongres psychosomatické medicíny

Paříž, 9.—12. září 1976

Société d'organisation de congrès français et internationaux
7, rue Michel Ange — 75016 Paris