

VÍRA, NADĚJE A PSYCHOTERAPIE

Darja Kocábová

Téma u mne okamžitě vyvolá otázku, kam se poděla láska. Psychoterapie na třetím místě působí jako protéza. „A tak zůstává víra, naděje a láska – ale největší z té trojice je láska.“ (NZ, Epištola sv. Pavla ke Korintským, 13. kap. verš 13). A to není poznámka jen z pohledu teologa či věřícího, ale i prostého čtenáře Nového Zákona, osvojujícího si základní vzdělání. V té kapitole se člověk dočte ještě mnohem více o nejdůležitějších charakteristikách lásky, jako je trpělivost, laskavost, neusilování o vlastní prospěch, nepočítání křivd apod. Láska věří, má naději, vytrvá, ať se děje cokoli. O to by měl usilovat každý, pokud miní vstoupit s druhým do opravdového a tedy ozdravujícího vztahu, třeba – zahájit psychoterapii. Nemyslím si, že psychoterapeuti by chtěli z křesťanské zvěsti vyzobit jen to, co se jeví jako méně diskutabilní. Láska je sice pojem už hodně devalvovaný a zpochybňovaný a navíc je obtížné s ním operovat právě v psychoterapii, kterou by ráda většina profesionálů viděla jako vědní disciplínu, ale sepětí této trojice tvoří podle mého názoru úhelné kameny stavby, která nám poskytuje jedinou jistotu v nejistotách našeho bytí. Z lásky (řekněme veskrze pozitivního vztahu) se odvíjí víra a naděje i pro druhého – tedy podle Evangelia.

Je patrné, že takto je lafka umístěna vysoko, nárok na psychoterapeuta je nárokem na zralou, životně orientovanou a morálně zakotvenou osobnost. Na druhé straně stojí protichůdný názor moudrého psychiatra prof. Von-

dráčka, že i „lump“ může být dobrým psychoterapeutem. Psychoterapeuti se pohybují na této ose blíže či dále jednomu z pólů, tak jako ve vlastním životě. Jakou vírou a nadějí je pak nesen terapeut? Jakou vírou a nadějí je schopen poskytnout svému pacientovi? Důvěra budí důvěru, víra k víře pomáhá – říká latinské přísloví. Z tohoto hlediska psychoterapeut vyvíjí úsilí objevovat v pacientovi skryté autosanační síly a pevné body, na nichž se může opět pozvednout. Nemůže proto pochybovat, že v té rozvrácené duši *jsou* k nalezení.

Nepřehlédnutelná duchovní osobnost 20. stol., bratr Roger Schutz, převor ekumenické komunity v Taizé ve střední Francii, vyjádřil přesně myšlenku, která má všeobecnou platnost, že totiž utrpení činí člověka transparentním, takže skrze něho je rozpoznatelná tvář Krista. Na jméno Ježíše Krista se nemusí nikdo urážet, pokud je chápáno jako symbol dobra a naplněného lidství, ale v řečeném je naznačeno, že nestačí jen objevit v sobě životodárné síly, ale i vydat se hledat novou cestou k smysluplnějšímu životu, dojít k tomu, že je třeba přehodnotit dosavadní život, dát mu pokud možno duchovní dimenzi, přesah. To je někdy obtížné a dlouhodobé, většinou celoživotní hledání.

K jaké víře a naději se chce nebo nechce upínat sám pacient? Věřit a mít naději, že se z těžkého duševního onemocnění uzdraví, tedy vrátí do původního společenského prostředí, do své

rodiny, do své práce? Vždyť způsob života, kterým žil ho přivedl až k onomu psychickému propadu. Stane se pod vlivem psychofarmak klidnějším a sociálně neviditelnějším? Je to ale vůbec žádoucí přizpůsobovat se společnosti, jaká aktuálně je? Nebude muset být snad tak často hospitalizován, ale stejně zůstane spoután psychiatrickým dohledem a třeba jako invalidní důchodce bude postaven tváří v tvář prázdnotě svého života. Víra a naděje – v CO? – může člověka na lopatkách postavit znovu na nohy.

Je proto nezbytné, aby došlo k nějaké změně, výjimečně jednorázové, spíše ke změnám postupným, někdy zprvu i skrytým. Domnívám se, že psychoterapeut, často, aniž by o to usiloval, se stává zástupně pacientovou vírou a nadějí, proplová-li dotyčný Scyllou a Charybdou svého života. Určitý vhled do vlastní problematiky, hlubší poznání sama sebe, korektivní emocionální zkušenost a další efekty psychoterapeutického procesu může být částečným osvobozením, může dopomoci k životní reorientaci, ale je zapotřebí – jak už bylo – řečeno najít zdroj znovu se obnovující síly k hledání smyslu své existence a to je „oříšek“ často i pro jeho psychoterapeuta.

Není jediná víra a jediná naděje, na níž by se lidé shodli. Na mnoha místech už jsem varovala před jakoukoli indoktrinací člověka – pacienta – ve stavu nejvyšší existenciální nouze. A přece cítím, že určitá nabídka nebo poukaz jistým směrem, který odpovídá osobnostní struktuře a anamnéze pacienta, by byla pomocí v jeho bezradnosti a nejistotách. Z druhé strany vím, že přijme-li pod tlakem určitá východiska, není později schopen je organicky integrovat do svého dalšího života. Proto psychoterapeutovi nezbyvá než provázet ho na této strastiplné cestě, svou vírou a nadějí nadnášet tíhu břemena, která pacienta sráží, klást mu otázky, podněcovat k dalšímu hledání jemu odpovídajícího východiska a věrně při něm stát, i když se vydá jiným směrem, než bychom chtěli. Věrnost je totiž stejného rodu jako víra.

Praha – duben 2008

Pražský psychoterapeutický institut spolu s Pražskou vysokou školou psychosociálních studií pořádal dne 6. 6. 2008 kolokvium na téma: Naděje, víra a psychoterapie. Příspěvek z tohoto kolokvia přetiskujeme s laskavým svolením organizátorů.

Autorka je přední česká psychoterapeutka a klinická psycholožka.