

mít *pro co* žít

Máme pro co žít?

Jsme si vědomi toho, že život dostáváme jako možnost a záleží na nás, co z toho, co nám bylo dáno, vytvoříme. Platí to pro mladé stejně jako pro starší, pro zdravé stejně jako pro nemocné. Tato kniha je určena těm, kteří prožívají průměrný druh těžkostí, i těm, kteří touží žít plnějším, hlubším a smysluplnějším životem a zdá se jim, že to zatím není „ono“.



Dr. Krivohlavý se jako zkušený psycholog a pedagog zamýšlí nad vážnými otázkami našeho života - radostí, úspěchem, svobodou, odpovědností, vinou, hodnotami, láskou a přijetím nepřijatelného.

Doc. PhDr. Jaro Krivohlavý, CSc.

se narodil 1925 v Třebenicích. Za války byl internován v koncentračním táboře, pak pracoval jako horník na Kladně. Vystudoval filozofii a anglistiku na UK v Praze a poté externě přednášel na filozofické a lékařské fakultě. Nyní pracuje v Institutu pro další vzdělávání lékařů. Hostoval na univerzitě v Lipsku a přednáší na univerzitě v Innsbrucku. Je autorem mnoha publikací, k nimž patří *Konflikty mezi lidmi*, *Já a ty*, *Jak si navzájem lépe porozumíme*, *Povídej-naslouchám* a další. Je křesťanem, členem Českobratrské církve evangelické. Je ženatý, má tři děti a šest vnoučat.



NÁVRÁT DOMŮ

ISBN 80-85495-33-3

Jaro Křivohlavý

mít *pro co* žít

V životě se dostáváme do různých situací. Tušíme, že existuje něco jako smysluplnost života a že to je zřejmě důležité. Podvědomě chápeme, že na správném zodpovězení této otázky záleží, jestli se náš život povede, nebo nepovede, zda bude šťastný a radostný, nebo právě naopak nešťastný až zoufalý.



Jaro
Křivohlavý
mít
Žít *pro co*

První vydání © Návrat domů. Praha 1994

Veškerá práva vyhrazena. Žádná část této knihy nesmí být rozmnožována nebo jinak publikována bez písemného svolení vydavatele.

Autor Jaro Křivohlavý

Obálka Julius Nagy

Grafická úprava Daniel Pokorný

Návrat Domů, Plzeňská 166. Praha 5

ISBN 80-85495-33-3

Věnováno Viktoru E. Franklovi k jeho 89. narozeninám.

V úctě k jeho práci a zvládnutí těžkostí.

Jaro Křivohlavý, 7. dubna 1994

PŘEDMLUVA

V životě se dostáváme do různých situací. Tušíme, že existuje něco jako smysluplnost života a že to je zřejmě něco důležitého. Podvědomě chápeme, že na správném zodpovězení této otázky záleží, zdali se náš život povede nebo nepovede, zda bude šťastný a radostný nebo právě naopak nešťastný až zoufalý.

Jsmo si vědomi toho, že *život dostáváme jako možnost* a záleží na nás, *co z toho, co nám bylo dáno, vytvoříme*. Platí to pro mladé stejně jako pro starší, pro zdravé stejně jako pro nemocné. Těm, kteří prožívají různé druhy těžkostí, je zde věnována zvláštní pozornost. Ta je věnována i těm, kteří touží *žít plnějším, hlubším a smysluplnějším životem* a kterým se zdá, že to zatím není „ono“.

Autor je povoláním psycholog. Odtud čerpá mnohé z toho, co přináší. Na těchto stránkách pak rezonuje zvláště tzv. logoterapie, tj. psychoterapie, které jde o smysluplnost života.

Dva příběhy úvodem

„Otázka po smysluplnosti života, at' je výslovně položena nebo jen matně tušena, je specificky lidskou otázkou.“

V. E. Frankl

Petr a Lenka

Lenka je nevidomá. Pracuje jako telefonistka. Petr je školák. Je mu 10 let. A jejich příběh?

Lenka šla jednou přes ulici. Bílou holí oklepávala kraj chodníku. Najednou slyší: „Paní, já vás převedu přes silnici.“ Souhlasila. Když docházeli na druhou stranu silnice Lenka si povzdychla — jen tak pro sebe: „To by se mi to chodilo ráno do práce, kdyby mě někdo takto převáděl přes silnici.“ Petr mlčel. Druhý den ráno v 6.30 hod. stál u vrat domu, kde Lenka bydlí. Pozdravil. Nabídl Lence, že ji doprovodí do práce. Tak to chodí den za dnem již čtvrt roku. Petrova maminka se již byla podívat, kam že to Petr tak brzy ráno chodí. Nedovedla si představit, co se to s ním děje. Jak si má vysvětlit to, že Petr, kterého dříve nemohla vzbudit v sedm hodin ráno, nyní z vlastní vůle vstává v šest? Proč?

Petr má zřejmě pro co žít. On sám to vyjadřuje po svém: „Jak by bylo Lence, kdybych ji ráno do práce nedovedl?“

Karla

Karla bydlí na venkově. Jednou šla dopoledne nakoupit. Když se vracela, zjistila, že její dům hon. Vběhla do domu, ač ji všichni zdržovali. Jen aby zachránila své dítě. Podařilo se jí to. Její popáleniny však byly strašné. Všichni se divili, jak je možné, že při tom neuronila téměř ani slzu. Své dítě — Janičku — stále tiskla k sobě a bylo nebezpečí, že ji rozmačká. Od rána do večera děkovala za to, že Janička žije. Vše ostatní byla „voda“.

Radost a štěstí

„Jak šťastný by mohl člověk být, kdyby nemusel myslet na to, aby byl šťastný.“

Aldous Huxley

„Čím více jde člověku o slast (radost a štěstí), tím více mu tato slast (radost a štěstí) uniká.“

V. E. Frankl

„Tak jako slast není s to dát člověku a jeho životu smysl, tak ani nedostatek slasti není s to učinit život nesmyslným.“

V. E. Frankl

Slova „radost“ a „štěstí“ mají v češtině dva různé významy. *První* se týká situací, k nimž dochází bez naší zásluhy. Příkladem může být výhra v loterii. *Druhý* význam hovoří o radosti a štěstí, které se vážou k tomu, co děláme. Příkladem může být péče o zahrádku nebo o vlastní dítě. O tento druhý význam radosti a štěstí nám zde půjde.

Radost

Začneme radostí při dosažení cíle. Podaří-li se skupině horolezců zlézt stěnu, dosáhnout vrcholu hory atp. dostaví se spolu s únavou i pocit radosti a štěstí. Kdo to nezažil, těžko pochopí, oč jde. O podobné radosti hovoří umělci — malíři, grafici, sochaři, skladatelé, spisovatelé, básníci, herci, stavitelé atp. Hovoří o radosti z dokončeného díla.

Radost z turistické značky. Není ani třeba dosáhnout vrcholu hory, a přece můžeme zažít radost, když po chvíli nejistoty, zda na výletě jdeme správnou cestou, najednou uvidíme turistickou značku, která nás ujistí, že jdeme správně k vytčenému cíli.

Radost jako vedlejší produkt. Horolezcům nešlo o radost a štěstí. Šlo jim o dosažení vrcholu. Radost, která se při dosažení vrcholu dostavila, byla vedlejším produktem. Podobně tomu bylo u turistů při hledání značky.

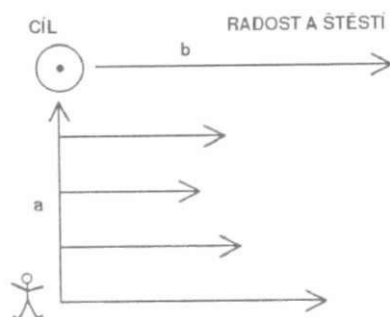
Kudy vede cesta k radosti
a ke štěstí

Cíl dává životní cestě zaměření (směřování).

a ... Tak se tato cesta stává smysluplnou.

*b ... Radost a štěstí se vynořují jako vedlejší produkt
přibližování se cíli nebo jeho dosažení.*

(podle E. Lukášové)



Příklad: Architekt L. K. pracoval na náročném projektu. Pracoval doslova „ve dne v noci“. Když se mu konečně po řadě neúspěchů podařilo řadu problémů vyřešit a projekt úspěšně dokončit, sedl si a díval se na to, co vytvořil s pocitem hlubokého štěstí a radosti. Skoro nechtěl věřit, že to, co má před sebou a na co se dívá, je „jen“ jeho vlastní dílo.

Slepá ulice. Proč chodit oklikou? *Proč to nevzít ke štěstí a radosti přímo?* Ukazuje se, že takto je možno uvažovat, že je možné udělat si ze štěstí a radosti cíl. Zároveň se však ukazuje, že člověku je pak jako tomu, kdo se snaží jít lavinou kamení rovnou nahoru do stráně.

Příklad: V jednom jihomoravském vinném sklepe se chtěl F. K. upít. Večer se potají ukryl ve sklepe a celou noc pil a pil. Když ho druhý den v nemocnici přivedli „k sobě“, mávl rukou a povídá: „Nebylo to vono.“ Proč asi?

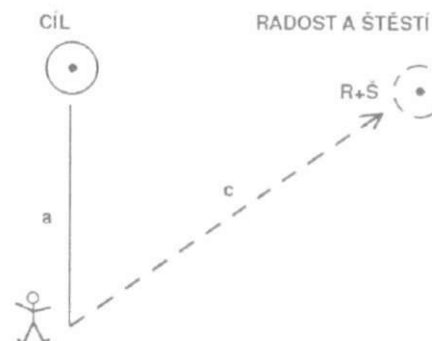
V. E. Frankl hovoří v této souvislosti — tam, kde chceme dojít ke štěstí a radosti přímou cestou — o tzv. *hyperreflexi*. Rozumí jí příliš intenzivní myšlení na to, čeho chceme dosáhnout. Zároveň hovoří o hyperintenci — o příliš intenzivní snaze. O obou těchto psychických procesech víme, že nepomáhají naší snaze, ale naopak ji brzdí. A tak se stává, že *ten, kdo chce být „moc šťasten“, je nakonec nešťasten* a *ten, kdo chce prožít „velkou radost“, je nakonec zklamán*. Radost a štěstí nejsou ojedinělými zážitky tohoto druhu. Tato zákonitost platí i o uznání, seberealizaci atp. Jakmile se stanou cílem samy o sobě, ztrácejí se v nedohlednu.

Falešná cesta k radosti a ke štěstí

Cíl ... Cíl snažení

a ... cesta k cíli

c ... falešná cesta (zkratka) k radosti (R) a ke štěstí (S). Tato cesta pohrdá, opomíjí atp. směrováním k smysluplnému cíli, a proto se jí nedaří dosáhnout pravé radosti a štěstí.



Negativní dopad falešné cesty. Snažíme se dojít radosti a štěstí „seč jsme s to“ a nakonec vyznáváme s autorem knihy *Prísloví* „marnost nad marností, všechno je marnost“ Psychologové dnes zjišťují celou řadu pocitů marnosti u těch

MÍT PRO CO ŽÍT

lidí, kteří se snaží o nemožné — o dosažení radosti a štěstí přímou cestou. Hovoří o neurosách, fobiích, obsesích. předsudcích, nepřátelství... Poslechněme si. co k tomu říká jeden z nejslavnějších psychologů: „Neurosy, fobie, obsese. předsudky atp. se dají nejlépe definovat jako tvrdošíjné zaměření dané osoby na sebe sama.“ Soren Kierkegaard naznačuje nadějnou cestu z jinak bezvýchodné situace. Říká: „Dvěře ke štěstí se otevírají směrem ven.“ Vyjít ven, ze sebe a z dominantního zájmu jen o to, aby mně bylo dobře. A co se pak stane? V. E. Frankl to vyjadřuje stručně: „Když se podaří přivést člověka k smysluplnému životu, snadněji a rychleji se pak zbaví neuros.“ A to říká představitel třetí vídeňské školy psychoterapie neuros, odborník, který celý život pomáhal lidem dostat se z takového nepříjemného stavu.

Radost z kontrastu. Na jednu charakteristiku radosti a štěstí zde chceme upozornit závěrem. Štěstí se často objevuje v protikladu k opaku.

Příklad: Radost z cestování se dostavuje po údobí, kdy jsme byli uzavřeni doma a nikam jsme jet nesměli. Radost z domova vychutnáváme poté, co jsme byli delší dobu mimo domov a mohli jsme se domů vrátit. Radost z dárku máme poté, co jsme ten dar neměli atp. Platí i opak: Sytý hladovému nevěří, že mu to může tak chutnat; kdo žije v přebytku, nedovede se radovat z malých dáreků, a kdo žije „ve větru“, nechápe, jak se někdo může radovat z toho, že pojede ven.

K zamyšlení:

„Co si člověk opravdu přeje, to není ani tak být šťastný jako mít důvod k tomu být šťastný.“

V. E. Frankl

„Člověk by měl toužit být si svého štěstí hoden.“

Emanuel Kant

„Štěstím není ani tak, když někdo říká: daří se mi dobře, jako spíše to, když může říci: jsem zde k něčemu, co stojí za to.“

Elisabeth Lukášova

Úspěch

„Smysluplné je to, když se něco dělá pro člověka, pro něhož se to dělá, tj. z lásky, nebo pro hodnotu toho, oč jde. Není to mu tak tam, kde jde jen a jen o vlastní úspěch a o nic jiného.“

Alfried Längle

„Mít úspěch znamená: měl jsem při všem svém úsilí štěstí, že jsem dosáhl cíle svého snažení.“

Alfried Längle

Úspěch a štěstí ve hře

O úspěchu bychom neměli hovořit tam, kde výsledku je dosaženo jiným způsobem nežli vlastní aktivitou, např. tam, kde je cíle dosaženo příznivou shodou okolností. Tam jde o šťastnou náhodu, ale úspěch to v pravém slova smyslu není. Úspěchem v tomto smyslu není. když najdu na ulici stokrunu.

O úspěchu bychom neměli hovořit tam, kde se něco děje zcela samo sebou a celý děj je na 100% určen silami, které jsou mimo člověka.

O úspěch však jde v jádru tam, kde se spojí určitá námaha člověka s určitou dávkou štěstí — rozumíme-li jím shodu příznivých okolností. Je tomu tak tam, kde výsledek nezáleží jen na člověku, avšak nezávisí též jen na štěstí — na shodě příznivých okolností. Úsilí člověka zvyšuje pravděpodobnost úspěchu, avšak nezaručuje úspěch na 100% .

Příklad: C. P. získal na Pražském jaru první cenu a titul laureáta Pražského jara. Je to úspěch — non plus ultra. V pozadí jsou však tisíce hodin cvičení, nepředstavitelná dřina. To však by vše nemuselo vyjít, kdyby v době soutěže byl C. P. nemocen, ve stresu, depresi atp.

Úspěch jako hlavní cíl snažení

Snahu o dosažení úspěchu je možno přehnat. Dokonce tak, že nám pak ani moc již nejde o smysluplnost našeho snažení, ale jde o to být úspěšný za každou cenu.

Příklad: Dostojevskij popsal velice výstižně „Hráče“. Ten si chtěl vynutit úspěch v riskantní hře. Jak je tento hráč blízký dnešním hráčům u hracích automatů a nejen u nich! Kolik lidí takováto slepá vášeň a bažení po úspěchu vede do záhuby!

Proč je tento postoj k úspěchu jako cíli všeho snažení tak nebezpečný? Nese s sebou strach z neúspěchu, strach ze selhání, chyb a smůly. Vede ke křečovitému napětí, sevření a přepětí. Vede ke stresu, distresu a k nemocím ze stresu — k tzv. civilizačním nemocem (např. onemocnění srdce a krevního oběhu). Člověk se cítí vydán v šanc cizím silám — např. náhodě. Nejen to. I když se stane, že mu „šťěstím“ či „zázrakem“ vše dobré spadne do klína, zjišťujeme poté prázdno v duši. pocit neuspokojení, nudy a nesmyslnosti. Člověk si pak klade otázku, zda to vše — ta námaha, úsilí atp. — stálo za to, zda se to vyplácí žít jen a jen pro úspěch.

Člověk, který baží po úspěchu — ať je to v kterékoliv oblasti — myslí příliš na sebe sama. Příliš se pozoruje a pak: čím více chce mít úspěch, tím více selhává.

Příklad: V. E. Frankl ve své logoterapii názorně ukazuje, jak muž, který při sexuálním styku moc myslí na to, aby byl úspěšný, nakonec selhává. To zjišťoval jako jednu z příčin impotence. Ukázalo se, že i tam, kde nakonec uspěje, nejde o pocit úplného uspokojení, ale o pocit „nenaplnění“. Nem to to, co by to mohlo či mělo být.

Úspěch jako vedlejší produkt

Máme-li před sebou určitou smysluplnou činnost, je možno ji dělat se zájmem a zaujetím pro ni samu. A. Längle o tom píše:

„Smysluplné je to, když se něco dělá pro hodnotu toho, oč jde. nebo pro člověka, pro něhož seto dělá. Není to smysluplné tam, kde se to dělá jen a jen pro vlastní úspěch. Když se tak moc nestaráme o to, zda to, co děláme, bude úspěšné, přináší to zdravou uvolněnost. Tou se dá rozpustit mnohý stres. To pak člověku dodá sílu, aby se mohl cele soustředit na cíl. Život se pak dá efektivněji budovat. Je plnější. Člověk se tím sice nevyhne práci, ale za to se vyhne nepotřebnému stresu.“

K úspěchu je možno se stavět jako k zážitku hluboké radosti a opravdového štěstí. Tam i zde je to, co nám dělá radost, vedlejším produktem. Když na to jdeme oklikou a bereme radost, štěstí a úspěch jako „dar“, který je nám přidán, zkvalitňuje to náš život.

Příklad: Podaří-li se horolezcům dosáhnout vrcholu či sportovci překonat rekord — i třeba jen vlastní rekord — je to možno chápat jako doklad smysluplnosti snažení. Stane-li se nám však úspěch cílem, pak neúspěch budeme brát jako katastrofu.

K zamyšlení:

„Neúspěch neznamená nesmyslnost našeho počínání.“

V. E. Frankl

„Smysl a smysluplnost určité činnosti nespočívá ve snaze mít úspěch.“

Alfried Längle

„Úspěch sám o sobě není nic, není—li s někým sdílen.“

Elisabeth Lukášova

Svoboda

„Svoboda není něco, co člověk má. Svobodným člověk je.“

V. E. Frankl

„Pro co se svobodně rozhodnu a učiním to, to zachráním před pomíječností.“

V. E. Frankl

„Vůle je ve svém původu a ve své hloubce svobodná.“

Elisabeth Lukášová

Slovo „svoboda“ je snad po slovu „láska“ druhým nejčastěji používaným slovem. Co se jím rozumí?

Slovníkově je svoboda definována možností volně se rozhodovat, možností uplatnit svou vlastní vůli a jednat podle vlastního uvážení.

Příklad: Svoboda pohybu, možnost vyjet za hranice a opět se vrátit, může být příkladem svobody. Opačným pólem může být pobyt vězně v žaláři, který nesmí opustit. Příkladem může být i neženatý či nevdaná — svobodný či svobodná. Důraz je při tom kladen na nezávislost, neomezenost, nevázanost ...

Biologie. Jednu z cest porozumění lidské svobodě nabízí věda o životě, biologie. Ta nám ukazuje odlišnost člověka od všech jiných forem života. Podíváme-li se na zvířata, pak vidíme, že ta přicházejí na svět „hotová“. Moderně vyjádřeno „naprogramována pro řešení problémů, s nimiž se v životě mohou setkat“. Ve svém genetickém vybavení mají algoritmy (programy řešení) pro situace jasně vlastní. Jsou připravena na vše, co je může potkat. Příkladem mohou být mláďata chobotnice. Ta se vyhlídnou a jdou do světa. Žádný vztah k rodičům, žádné učení. Biologové hovoří v této souvislosti o instinktech, pudech a vrozených formách jednání.

U člověka je tomu jinak. Kvalitativně jinak. Na svět přichází neschopen samostatné existence. Jeho organismus funguje, ale jako celek by si bez cizí pomoci nevěděl rady. Byl by zcela nemožný. Má však jedno velké plus: *je schopen se učit*

svoboda

a vynalézat nové formy jednání. Zdokonalovat své chování. V tom je jádro jeho svobody.

Svoboda od něčeho

Svobodou či nezávislostí člověka se rozumí především svoboda od něčeho — např. *od totálního genetického naprogramování*. Člověk není — přesněji nemusí být — na 100% otrokem svých pudů a instinktů. V životě se však setkává s nespočetným množstvím nových, neobvyklých a dosud neznámých situací. Snaží se je řešit a tak se „sám naprogramovává“. Ziskává tak nové poznatky, představy, zvyky, dovednosti, postoje, názory, předsudky ...

A tak i když byl při svém narození zcela svoboděn — přesněji „téměř zcela svoboděn“ — je stále čím dále, tím více nesvoboděn. Vázán, podmíněn, naprogramován svými zážitky a způsobem jejich zpracování. Svobodou od něčeho se pak rozumí *schopnost vyvázat se z pout těchto získaných názorů, postojů, představ, předsudků* atp. Ukazuje se, že to jde, i když to není tak lehké.

Svoboda k něčemu

Svobodou se rozumí nejen „propuštění z vězení“, ale i *svobodné zvolení si dalšího života*. Rozhodnutí o tom, co budu dělat, čemu budu věřit atp. Obrazně: kam si to v životě namířím. Z vězení vedou různé cesty. O těch je možno hovořit v termínech cílů — podle toho, kam se dojde tou či onou cestou. V zeměpise hovoříme o těchto cestách či silnicích podle toho, do kterého města vedou. V životě člověka o těchto cestách života hovoříme v termínu hodnot, k nimž tyto cesty vedou.

Zvažujeme-li, *kam jít* či *kterou cestu zvolit*, pak jsme již tam, kde jde o hodnoty, tj. v problematice smyslu. Tún, že se pro určitou hodnotu rozhodnu — např. tím, že se rozhodnu, že se ožením s M. N. — tím dávám svému životu zcela určité za-

měření. Můj život se stává z hlediska tohoto zaměření smysluplným.

Kde se v životě setkáváme s otázkou svobody? V situacích, které máme řešit. Obrazně: tam, kde stojíme na křižovatce a máme se rozhodnout, kterou cestou dál — zvolit jednu z několika možností. E. Lukášova píše: „Dějiny nás učí, že se vždy našli lidé, kteří ani při nejkřutějším mučení nezhadili, ani když je za živa čtvrtili.“

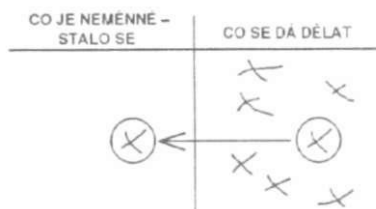
Příklad: T. S. je nezaměstnaný. Bere podporu. Sedí doma a čeká, až mu bude nabídnuto nějaké, pro něho vhodné zaměstnání. K. J. je též nezaměstnaný. Též bere podporu, avšak z vlastní iniciativy chodí do kursu programátorů. Využívá své svobody.

Mění se svět. „Žít znamená změnu.“ Situace našeho života se mění. Mění se neustále. S těmito změnami přicházejí nové možnosti, objevují se jiné alternativy, které zde dříve nebyly. Tím se neustále rozšiřuje repertoár našeho rozhodování. Svoboda má neustále „zelenou“.

Svoboda člověka

x ... možnosti volby (např. mládence před svatbou)
x v kroužku ... provedená volba. Prostor svobody se tím redukuje (zmenší). Možnosti, které před rozhodnutím existovaly, přestaly přicházet v úvahu.

(podle E. Lukášové)



Rozhodování. Svoboda je dar. Někdy je však darem ošidným. Rozhodovat se znamená zároveň zahrnout všechny ostatní možnosti. Je tomu tak na křižovatce, kde zvolením jedné cesty ostatní opominu (zavrhnou). Je tomu tak i při svatbě. Zvolením jedné nevěsty ostatním děvčatům dávám „vše“. Nejen to. Rozhodnutím se pro jednu alternativu z ní učiním „fait accompli“ — neměnnou skutečnost (realitu).

Strach ze svobody. Rozhodování nem vždy snadné. Jde—li o závažný krok, pak není divu, že člověk váhá. Někdy se dokonce leká a přál by si, aby vše bylo jinak. Proč? Svoboda, je-li vzata vážně — a o to jde — je vždy neoddělitelně spjata s odpovědností.

K zamyšlení:

„Být člověk znamená nejen možnost být jiným, ale i moci dělat něco jiného.“

V. E. Frankl

„Do posledního dechu nikdo nikomu nemůže vzít svobodu postavil se tak či onak k osudu.“

V. E. Frankl

„Každý si muže zřídil své Lambarene.“

Albert Schweitzer

Odpovědnost

„Odpovědnost je neodlučitelně spojena se svobodou.“

V. E. Frankl

„Míra mé odpovědnosti ukazuje, jak moc si určité hodnoty vážím.“

Alfred Längle

„Být člověkem znamená být si vědom své odpovědnosti.“

V. E. Frankl

Co se rozumí odpovědností?

Slovo „odpovědnost“ naznačuje, že jde zřejmě o to *dál odpověď na otázku*. Ta může např. znít: „Jak budeš řešit situaci, do níž ses dostal?“ Takovou situaci může být např. zjištění děvčete, že je v jiném stavu (těhotná). Odpovědná pak znamená vědomá si povinnosti nést důsledky za vlastní rozhodnutí a jeho realizaci. Tato odpovědnost je jednak něco vznešeného, jednak něco strašného — jak říká A. Längle. Ten pak dodává: „Vše, co děláme, případně bychom měli dělat, ale neděláme, jsou určité formy odpovědi na otázky osudu.“

Co je na odpovědnosti *vznešeného*? To, že se mohu veřejně přiznat k tomu, pro co jsem se rozhodl. Příkladem může být žena, která po svatbě prohlásí: „Já jsem Karlova manželka.“ Slyšíme v tom: „Rozhodla jsem se pro Karla jako pro muže, jenž ze všech mužů na světě, kteří pro mne přicházeli v úvahu, je podle mého uvážení nejlepším.“ Podobně vznešeně může znít vyznání člověka, který byl původně ateista, svobodně se rozhodl pro křesťanství a nyní říká: „Jsem křesťan, snažím se žít v tom duchu, v němž žil Ježíš Kristus.“

Co je na odpovědnosti *strašného*? V první řadě to, že jsem si svou volbou dobrovolně uzavřel všechny ostatní (alternativní) dveře. Jedna novomanželka to vyjádřila větou: „A to se již nikdy na žádného muže nesmím podívat?“

Odpovědnost

Druhý moment těžkosti spočívá v obtížích, které s sebou nese — obrazně řečeno — dodržování cesty, po níž jsem se rozhodl vykročit. Tato cesta se nám zprvu mohla zdát jako „cestička v parku“ — zřetelná, upravená, pěkná. Radost po ní jít. Po určité době se však mohla stát méně zřetelnou, neupravenou a plnou překážek. V její blízkosti se mohly objevit jiné cestičky — atraktivnější.

Příklad: Tři roky po svatbě zjistila M. L., že její manžel dostal roztroušenou sklerosu; nemoc, která má negativní perspektivu. Najednou se objevil výhled upoutání manžela na vozíček a nevelká naděje na vyléčení. M. L. se ptá lékaře: „Co mám dělat? Jsem ještě mladá a moc jsem si toho v životě neužila. To se mám s Vaškem trápit až do smrti?“

Rozhodnu-li se pro určitou cestu, prohlašuji tím, „kdo jsem“. Zároveň však na sebe беру riziko odpovědnosti. Toto riziko má dvě úskalí — promiskuitu a fanatismus.

Promiskuita. Cizí slovo latinského původu. Tam „miscere“ znamená „mixovat“ — měnit. Promiskuitou se pak rozumí náhodně měnit, brát za vděk čímkoliv, „co přijde pod ruku“, nedělat rozdílu mezi tím, co bych dělat měl, a tím, co dělám.

S termínem „promiskuita“ se setkáváme často na poli sexuality. Tam se jí rozumí promíšenost, směsice, míchanice alp. krátkých sexuálních zábav s různými partnery či partnery. Je opakem manželské věrnosti. O promiskuitě však nejde jen v sexuálních stycích mezi muži a ženami. Jde o ní všude tam, kde odpovědnost a tím i věrnost určitému rozhodnutí se blíží nule. Jde o ní i tam, kde hovoříme o pojmu „prekabátenie“.

Fanatismus. Opět cizí slovo. Rozumí se jím být slepě zaujat. Obrazně pak: jít jednou zvolenou cestou, nedívat se ani na pravo ani nalevo, ba ani před sebe. Tato zaujatost jednou zvolenou cestou je u fanatika často spojena s nesnášenlivostí, netolerantností k druhým, případně nepřátelstvím a agresivitou k těm, kteří si zvolili jinou cestu.

Příklad: Na jednom leteckém dni v Německu měl být vypuštěn balon naplněný heliem. Před startem jej drželo 12 silných mužů. Dobrovolníků. Stalo se však. Že se balon v určité chvíli vytrhl některým z nich z rukou a vzlétl. Někteří z těch, kteří jej ještě drželi, jej ihned pustili, jakmile spatřili, co se děje. Jiní jej drželi pevně a spolu s ním vzlétli. Po určité chvíli prohlédli, pustili se a padali. Někdo z výše 5m, někdo z 50m a poslední asi z 500m.

Komu jsem odpovědný?

Jde—li o mé vlastní svobodné rozhodnutí, pak jsem v prvé řadě odpověden *sám sobě — svému svědomí. Jde-li o dohodu, smlouvu, společné dojednání atp., pak jsem odpověden nejen sobě, ale i partnerovi či partnerce. Je-li mé rozhodnutí učiněno jménem instituce, podniku, společnosti atp.. pak jsem odpověden i této instituci. Stavím-li se dobrovolně ještě pod vyšší autoritu, pak má odpovědnost patří i jí. Je tomu tak např. u věřících křesťanů, kteří se cítí osobně odpovědni tomu, který je nejen nad nimi, ale i s nimi — jak do češtiny překládá Jan Heller ono „Jsem. který jsem“ (JH VH). tj. slovo Bůh.*

A co když jednáme neodpovědně? I to je možné. Lidé osobnostně nezralí svou odpovědnost nevidí, necítí, nechápou, případně neberou tak vážně. Promiskuitní se zde blíží jednomu extrému. Žádnou odpovědnost si nepřipouštějí. Fanatik není však na tom o nic lépe. Ten se své osobní odpovědnosti vzdává a přenášejí na autoritu, které se podřídil. Příkladem může být nacistické „Hitler denkt für uns“ — Hitler myslí za nás. Ti však, kteří osobně dozráli, ti svou odpovědnost chápou. Vidí však často až mimořádně zřetelně své chyby, svou neodpovědnost. svá selhání na cestě atp. Dostáváme se tak k otázkám viny. k pocitům viny i k vlastní vině.

K zamyšlení:

„Člověk je tvor, jemu: bylo dáno maximum vědomostí. Co mu však nejvíce chybí, to je povědomí o tom, jaká je jeho lidská odpovědnost.“

V. E. Frankl

„Člověk je bytost odpovědná. Za co? Za uskutečňování hodnot; nejen těch obecných a věčných, ale i těch situacích, velice konkrétních.“

M. Scheller

„Každý čin je naším pomníkem.“

V. E. Frankl

Vina

„Vina se rodí tam, kde člověk nežije odpovědně.“

V. E. Frankl

„Vina je volbou méně smysluplné možnosti za daných okolností.“

Elisabeth Lukášova

„Trpět může člověk stejně jako zvíře, avšak chápat vinu a prožívat provinění může jen člověk.“

Elisabeth Lukášova

Co se rozumí vinou? Odpovědnost za něco „zlého“. Jako příklad je možno uvést člověka, který porušil zákon. Tím se provinil a je postaven před soud, případně již i soudem potrestán. Jiný pokus o určení toho, co je vina, říká: „Vina je promeškání či zanedbání realizace smysluplné odpovědnosti na výzvu dané situace“ (E. Lukášova). Uveďme ještě jeden — poslední pokus o vysvětlení toho, co se rozumí vinou: „Pocit viny je strachem svědomí z toho, že jsem neudělal, co jsem udělat měl, nebo naopak z toho, že jsem udělal, co jsem udělat neměl.“

Příklad: N. M. couval do garáže svým luxusním osobním vozem. Při tom narazil na svého sedmiletého synka, který se tam připlétl. Způsobil mu těžké zranění na obou nohou. Chlapec dodnes má mimořádně ztíženou pohyblivost a otec cítí svou vinu. Dělá vše možné, aby synkovi ulehčil jeho těžkou situaci.

Příklad: Chirurg D. C. vyoperoval dvacetiletému sportovci K. J. omylem tepnu místo žíly na pravé noze. V důsledku toho musela být mladíkovi třetí den po operaci amputována noha. Chirurg D. C. byl přeložen, ale dodnes má „noční můry“, když si na to vzpomene.

Příklad: Maminka žehlila prádlo a její desetiletá dcera jí při tom pomáhala. V jedné chvíli se maminka s žehličkou otočila a způsobila dceři těžké popáleniny ve tváři. Stopy po tom zůstávají i po řadě plastických operací.

Vina

Kdy, kde a jak se rodí vina? „Vina se rodí tam, kde selhala má odpovědnost“ říká V. E. Frankl. Udělal jsem něco, co jsem udělat neměl. Jindy naopak jsem neudělal to, co jsem udělat měl. Cítím se nyní vinen.

Jak široce či úzce si definuji svou odpovědnost, to je další otázkou. Kdo dojde k závěru, že v daném případě odpovědnost dodržena nebyla? K tomuto závěru mohu dojít já sám. Může k němu dojít někdo jiný. V extrémním případě i soud.

O vině se hovoří tam, kde v důsledku selhání odpovědnosti se tobě nebo mně — stalo něco zlého. Někdy se jde ještě dál. O vině se hovoří i tam, kde se sice nic zlého ve skutečnosti nestalo, ale stát se mohlo. Došlo například k vjezdu vlaku na koleji, na kterou vlak vjet neměl. Jindy se auto dostalo do protisměru, případně mimo vozovku, ale nebyly tam žádné materiální ani lidské ztráty. Dostáváme se tak k rozdílu mezi *ideálem* a *skutečností*. Jak asi mělo vypadat to, co jsme dělali, a jak to ve skutečnosti vypadalo.

Pocit viny a vina jako laková. Může se stát, že někdo něco provede, zavíní něco. „co do nebe volá“, a při tom svou vinu necítí a nechápe. Příkladem může být Hitlerův věrný služebník Eichmann. Ten poslal téměř 6 miliónů Židů do vyhlazovacích koncentračních táborů — do plynu a k zpopelnění — a při tom se necítil vinen. Dělal jen to, co mu bylo přikázáno. Nic víc. Na druhé straně se někdo cítí vinen i tam, kde nikdo jiný kolem něho žádnou vinu nevidí a nechápe. Je tomu tak např. u precitlivělých lidí, u lidí nadměrně úzkostlivých, u lidí chronicky trpících pocitem méněcennosti atp. Je dobré si uvědomit, že tam, kde můj žebříček hodnot je odlišný od tvého, tam já tvůj pocit viny nemusím chápat a ty ho přesto můžeš mít. Při tom tento tvůj pocit viny může být „na místě“ z vyššího hlediska. Může se však též stát, že se někdo trápí a trápí, avšak všem lidem kolem něho se může zdát, že toto sebeobviňování není na místě.

Obviňování. S prohlašování někoho za viníka se nesetkáváme jen u soudu. Daleko častěji se s ním setkáváme v běžném životě. Častokrát toto obviňování někoho z něčeho má podobu

pomluv, roztrušování informací, které někoho z něčeho obviňují. Jindy to má podobu hledání „obětího beránka“. V obou případech jde o velice nebezpečnou činnost. Pomluvu „hozenou“ na nevinného člověka již nikdo nesmaže. To říkali naši otcové. Doslova: „Slovo jednou vyřčené čtyřmi páry koní zpět nevezmeš.“

Příklad: Za druhé světové války byli některými lidmi Židé obviňováni ze zbabělosti, že se nepostavili nacistům a nebránili se. V. E. Erankl píše: „Tito lidé jednali tak, jak jednali, ze strachu o sebe a z obav o to, co bude s jejich milými. Kdo by chtěl říci, že to byli zbabělci, ten by měl nejprve prokázat, že on se v podobné situaci zachoval jako hrdina.“

O jak závažnou věc se jedná, to naznačuje i jedno indiánské úsloví: „*Nesud' druhého, dokud jsi nechodil alespoň měsíc v jeho mokasínech.*“ V podobném duchu se nese i napomenutí: „Nesudte, abyste nebyli sami souzeni“ či „Kdo je z vás bez viny, první hoď kamenem“. A kdo je z nás bez viny?

Odčinění viny

Myšlenka na nápravu toho, co bylo zaviněním způsobeno, je velice úzce spjata s pojetím viny. O jak úzké spojení jde, to naznačuje např. původní význam slova „vina“ v angličtině. Tam slovo „guilt“ znamená dnes „vina“, ale původně znamenalo „peníz odplaty“. Co se však dá dělat v případě, kdy dojdeme k závěru, že díky našemu selhání odpovědnosti došlo k něčemu zlému?

Doporučuje se:

- Nesvádět vinu na druhé lidi, na okolnosti, osud atp. Nesnažit se „vyvinít“.
- Nebagatelizovat, nezmenšovat, nesnižovat vlastní míru zavinění. Nesnažit se vlastní podíl viny „retušovat“.
- Nesnažit se vyvléci z odpovědnosti, vyvázat se z toho, co se stalo. Proč?

Ukazuje se, že statečné zacházení s vlastní vinou může být podnětem k osobnostnímu dozrání. A o to bychom přišli, kdybychom se snažili za každou cenu vyvléci se z odpovědnosti.

Pokání. Na první pohled by se mohlo zdát, že jde o něco starosvetskeho. Často cítíme něco takového z toho, když se řekne, že se někdo „kaje“ nebo, že ten či onen je „kající“. Je to tak?

Příklad: Manžel slíbil manželce, že jí přijde naproti k vlaku, až ta přijede od známých, a že jí pomůže odnést těžší zavazadla. Na slib v proudu dění zapomněl. Manželka s výčitkami nejen v očích mu to připomněla. Manželovi jde o to, aby u nich doma bylo „dobře“. Co má dělat? Pokání. Ale jak?

Falešnou se zdá být představa, že pokání je pasivní emocionální (citovou) záležitostí, že jde jen o lítost a o to, někam se schovat a počkat, až se hladina emocí uklidní. Pravdou je, že tato lítost k pokání patří. Existuje však i jiné než pasivní pojetí pokání.

Pojetí pokání jako činu. To naznačuje tři možnosti aktivity:

I. *Odčinit to, co se stalo, a to na tom místě, kde se to stalo.*

Příklad: Chlapec, který rozbil míčkem sousedovo okno, to okno sousedovi nejen zaplatí, ale zanesení ke sklenáři a přinese je sousedovi, jakmile bude hotové.

II. *Odčinit to, co bylo pokaženo, na jiném místě, nežli se to stalo.*

Příklad: Alkoholik, který se ze zajetí alkoholu dostal, se stane aktivním členem společnosti Alcoholics Anonymous. Dělá přednášky a vede cvičení druhých alkoholiků, kteří se z tohoto zajetí chtějí dostat.

Příklad: Psycholog, který se rozvedl a poznal svůj podíl na chování, které vedlo k rozvodu, změnil svou specializaci a věnuje se práci v manželské a předmanželské poradně. Snaží se tak odčinit svou vinu tím, že pomáhá manželům

zachraňovat jejich manželství. Tuto svou činnost považuje za plně smysluplnou.

III. *Změnit sebe.* Jde o vnitřní změnu. O „obrácení“ o 180 stupňů. Sem míří například slova: „Kdo kradl, již dále nekraď, ale snaž se raději dávat nežli brát.“ Lidově se zde hovoří o tom, že někdo „šel do sebe“ nebo „vzal to vážně“ a „stal se jiným člověkem“.

Příklad: M. K. který do svých 27 let prožil přes 100 měsíců v žaláři, se ve vězení setkal s evangeliem. Došlo k radikální změně. Ještě v žaláři se dal pokřtít a začal pracovat na sobě. Je nyní zaměstnán v přístavu jako pomocný dělník a to, co vydělá, posílá dětským domovům, které zná z vlastní zkušenosti z mládí.

Uvedeme zde několik postřehů E. Lukášové *k otázce odčinění viny*: „Pro člověka, který se dopustil něčeho, pro co ho trápí svědomí ve formě viny, se tento zážitek může stát bodem životního obratu. Místem zvratu na cestě tvorby jeho vlastní osobnosti, místem znovuzrození jeho morálního já.“ Max Scheller zde říká: „Pokání pomáhá smazat zápis viny. Ve skutečnosti tím vina není z viníka sňata, ale viník díky morálnímu znovuzrození se zvedne.“ A V. E. Frankl dodává: „Pokání člověku, který se provinil, umožňuje, aby povstal a žil jako uctyhodný člověk.“

A co když se provinilec zatvrdí a odvrhne všechny výše uvedené cesty a možnosti nápravy? Pak mu obrazně řečeno *„ujede vlak naděje“*. Unikne mu možnost osobního dozrání. Promešká příležitost, která se mu v takovéto situaci nabízela k tomu, aby se radikálně změnil.

Příklad: Fysiologové nás upozorňují, že svaly, kterých nepoužíváme, degenerují. Slábnou. Přestávají fungovat, jak by fungovat mohly. Podobně je tomu zřejmě i s duchovními zdroji síly. Nejen svaly, ale i svědomí může slábnout a degenerovat.

K zamyšlení:

„Ptá se žák rabbiho: jak se může člověk dozvědět, že mu v nebi byl určitý hřích (vina) odpuštěn? Rabbi: podle toho, že to, co udělal, již podruhé neudělá.“

Chasidická moudrost

„Těžká vina slojí často na začátku cesty k intenzivnímu zrání osobnosti.“

Elisabeth Lukášova

Svědomí

„Nemusí nás zlomit utrpení osudu, ale může nás zlomit utrpení, které si my sami připravíme, a nás to pak obviňuje.“

Elisabeth Lukášova

„Žij tak, jako kdybys svůj život žil již podruhé — a byl si přitom vědom toho, co jsi poprvé udělal tak nesprávně, jak to častokrát děláš.“

V. E. Frankl

Slovo „svědomí“ stejně jako slovo „láska“ či „člověk“ patří k těm termínům, o nichž tušíme, že jsou důležité, i když zároveň si s nimi nevíme moc rady.

V naší kultuře existuje toto slovo snad od dob Sokratových — díky Plutonovým spisům. S tím, co dnes nazýváme svědomím, se však můžeme setkat podstatně dříve. Ve stejném významu se používalo např. slovo „srdce“ — viz vyjádření „v hloubi srdce cítím, že...“ Podobně zní i vyjádření používající termínu „víra“ — například „má víra mi říká, že bych...“ Někdy to dojde dokonce tak daleko, že máme na mysli to, co obvykle vyjadřujeme slovem „svědomí“, avšak tohoto slova ani nepoužijeme — např. vyjádření „nějak mi to nedá a musím...“

Co se rozumí svědomím?

Odpověď je možno dát slovníkovou definicí. Jedna z nich (English. English) říká: „Svědomí je integrovaný systém morálních hodnot, který se vyjadřuje k tomu, co dělám, co jsem dělal či co chci dělat. např. tím, že to schvaluje nebo odmítá.“ Na otázku, *co je to svědomí*, se dá odpovědět i jinak — například obrazně.

Příklad: Svědomí člověka bývá přirovnáváno k instinktu zvířat. Ta se kolikrát chovají tak, jak se chovají, díky vrozeným programům chování, dědičně podmíněným instinktům. Svědomí je však specificky lidským jevem. Je vyššího řádu nežli instinkt. Týká se morální stránky

chování. Být člověkem pak znamená „mít svědomí“, jak to říká V. Monakov.

Odpověď na otázku, *co je to svědomí*, je možno dát i jinak — např. poukazem na *situace, kde člověku svědomí „mluví do života“*:

Příklad: Dvě studentky — A a B — přišly postupně k lékaři. V obou případech šlo o podobnou věc: nechtěné těhotenství. První (A) se „pro svědomí“ rozhodla dítě ponechat. Přerušila studium. Dítě porodila a vychovala. Druhá studentka (B) se rozhodla opačně. Pro ní byla hodnota studia — „dostudovat za každou cenu“ — vyšší nežli respekt k dosud nenarozenému vlastnímu životu. Dostudovala. Po letech pak „pro tíhu svědomí“ navštěvovala psychiatra.

Nejjednodušší pojetí svědomí. Představme si člověka, který staví dům. Jde mu o to, aby dům byl postaven podle plánu, který si udělal. S ohledem na tento plán má mnohá činnost svůj dobrý smysl. Je hodnotná. Když se to dělá, má stavebník „dobré svědomí“. Když se však dělá něco, co je proti jeho plánu, svědomí stavebníkovi nedá spát. Mluví mu do toho. Někdy se hlásí dokonce tak hlasitě, že to, co včera bylo potaveno, se dnes zbourá a postaví se to tak, „jak to má správně být“.

Příklad: Skupina lidí jde na výlet. Cíl je přesně stanoven. Ví se, že k němu vede červená turistická značka. Když se tato značka dlouho neobjeví nebo se najednou objeví žlutá turistická značka, svědomí turistům nedá klidu. Varuje je.

S ohledem na cíl a na snahu tohoto cíle dosáhnout je *svědomí tušením toho, co je správné a co správné není*. Obrazně by bylo možno říci, že *svědomí je určitým druhem „kompasu“*, který nám umožňuje orientovat se tam, kde není jiných, nám blízkých orientačních bodů.

Hodnoty v pozadí svědomí. Hlubší pohled „do nitra svědomí“ ukazuje, že v pozadí toho, co nám svědomí říká, jsou hodnoty, které jsou pro daného člověka směrodatné. Jak tomu rozumět?

S. Freud se to pokusil upřesnit. Hovořil o tzv. „*superego*“ — společenských hodnotách té skupiny lidí, do níž daný člověk patří, a tradičních hodnotách kulturních, morálních atp. Tato „hodnotová nadstavba“ nutí podle S. Freuda člověka chovat se tak, aby nevybočil z řady. J. Piaget — ženevský dětský psycholog — však ukázal, že tam, kde sledujeme morální zrání dětí, objevujeme v určitém stupni zrání osobnosti *prvky relativně autonomního morálního uvazování při hledání smysluplnosti vlastního života*. J. Piaget zároveň naznačil, že tyto autonomní, vlastní morální hodnoty stojí nad „*superego*“.

Příklad: V Bibli máme dochovanu zprávu o milosrdném Samaritánovi. Ten se jednou setkal v poměrně hornaté, vyprahlé a všelijak opuštěné krajině na cestě z Jeruzaléma do Jericha s člověkem, kterého zloději nejen okradli, ale i těžce zranili. Ačkoliv Samaritán byl příslušníkem jiné společenské skupiny nežli zraněný, přece se zraněného ujal, ošetřil jej a svěřil ho do péče v nejbližším obydlí. Za tuto péči z vlastních zdrojů zaplatil

Kolik je takovýchto příkladů lidí, kteří se chovali jinak, nežli byli „naprogramováni“ svou kulturou, tradicí a ohledy na to, co je v dané společnosti slušné?

Tři kroky na cestě hodnoty do oblasti svědomí. Má-li se určitá morální hodnota dostat do svědomí určitého člověka, pak je třeba:

- Aby se tento člověk s danou hodnotou (např. poctivostí) ve svém životě *setkal*, případně k ní vlastněn uvažováním došel.
- Druhým krokem je *přivlastnění*, tzv. interiorizace této hodnoty; její přijetí za vlastní.
- *Zamilování* — tak je možno charakterizovat třetí krok, tj. emocionální vztah k přivlastněné hodnotě.

Franklovo pojetí svědomí. V. E. Frankl kladl mimořádný důraz na svědomí a jeho roli v životě lidí. Pokusil se je něko-

likrát po sobě definovat — v průběhu svého téměř již stoletého života.

Zprvu napsal: „Svědomí je orgán, který naslouchá hlasu transcendence (tj. toho, co nás přesahuje)“. V podobném smyslu jako je chápal Sokrates (viz. jeho „*daimonion*“ — hlas boží v člověku). *Později* V. E. Frankl napsal: „Svědomí je orgán smyslu podobně jako oko je orgán zraku.“ *Nakonec* u V. E. Frankla čteme: „Svědomí je orgán, který dovede najít jediné správný smysl jedinečné situace.“ I když Frankl uznává vlivy výchovy, kulturního prostředí, vzdělání, inteligence, struktury charakteru, náboženských postojů přece jen podtrhuje svobodu člověka při vytváření vlastního svědomí. Tato svoboda umožňuje, aby si někdo přivlastnil hodnotu „nekrást“ a druhý naopak „krást“. V. E. Frankl ukazuje, že *člověk může jednat buď v souladu se svým svědomím* (při respektování toho, co mu svědomí říká), *nebo naopak proti němu* (jinak, nežli mu svědomí přikazuje).

Tato neposlušnost se pak objeví ve formě pocitů viny, výčitek svědomí obviňování.

V. E. Frankl též naznačuje, jak je možno vytvářet *vhodné podmínky k lomu, abychom lépe slyšeli hlas vlastního svědomí*. Napomáhá tomu zastavení se v proudu všeho spěchání, vymanění se ze stresu běžného života, zamyšlení se nad sebou samým a rozvažování, promýšlení, zahloubání se nad tím, „jak se věci mají“... Naznačuje zároveň, že takovéto meditování (rozjímání) se lépe daří v ústraní, o samotě, daleko od lidí, v klidu a pokoji. Pripomíná, že svědomí je více záležitostí intuíce (tušení) nežli intelektu (rozumu).

Svědomí podle V. E. Frankla nem „neomylným hlasem v nás“. Je jako vše v nás podřízeno naší lidské omezenosti. Muže nás vést správnou cestou, avšak může nás zavést i jinam. Frankl jde tak daleko, že řekne: „Člověk do konce svého života neví a nebude vědět, zda se nemýlí.“ To ho však nevede do deprese (stísněnosti), ale naopak k *toleranci vůči přesvědčení* druhých lidí.

Kvalita svědomí. Je možno se setkat s různými charakteristikami svědomí. V. E. Frankl hovoří o kultivovaném a nekultivovaném svědomí, tj. svědomí nepečlivě pěstovaném. Jinde se dočteme o mdlém, spícím či latentním svědomí, které stojí v protikladu k bdělému, aktivnímu svědomí. Toto svědomí může být zdravé či nemocné (patologické), zralé či nezralé ... Na jednu charakteristiku svědomí se však zde podíváme blíže.

Probuzené svědomí. Naznačili jsme, že svědomí může „spát“. Může se však též „probudit“ — procitnout jakoby ze sna. Kdy k tomu dochází?

Vrátíme-li se k výše uvedenému podobenství o milosrdném Samaritánovi, pak příkladem „probuzení“ může být *setkání s činem*, který je neočekávaný a neobvyklý — v daném případě např. přijetí pomoci od příslušníka „nepřátelské“ společenské skupiny. *Druhým* krokem je vnitřní pochopení toho, „oč zde jde“ — o tzv. *prohlédnutí*, obrácení, uvěření. *Třetím* je i zde „*zamilování*“ si toho, co mne oslovilo a co jsem „uvídl“ jako něco hodnotného. V tomto smyslu definoval svědomí i J. B. Souček. Ten říká: „Svědomí je vnitřní pochopení Božího slova“ a jinde: „Je to svobodné nahlédnutí toho, co z vnitřní nutnosti plyne z víry.“ Vyjádření „jednat podle vlastního svědomí“ pak znamená totéž jako „žít z víry“. V tomto smyslu hovoří i V. E. Frankl, když říká: „Do svědomí věřícího člověka promlouvá Pán Bůh. Takový člověk lépe slyší hlas svého svědomí nežli nevěřící člověk. V nejintimnějším rozhovoru sama se sebou, v rozhovoru se svým svědomím je věřícímu člověku Pán Bůh partnerem.“

K zamyšlení:

„Tím, ze někoho urazím, způsobím bolest i sám sobě.“

Elisabeth Lukášova

„Je to paradoxní(protismyslné): neformuje nás to, co na nás z okolí dopadá, ale to, co z nás vychází.“

V. E. Frankl

Hodnoty

„Zahlédnout a postřehnout hodnoty — to člověka obohacuje.“

V. L. Frankl

„Vytváříme nejen umělecká díla. ale každý : nás i svůj vlastní život —jako vlastní historický román.“

Alfried Längle

Jsou hodnoty a hodnoty. Slovem „hodnota“ rozumí něco jiného ekonom a něco jiného lékař či umělec. *Ekonomické* hodnoty jsou nám nejbližší a nejsrozumitelnější. Chápeme je tam, kde jde o tržní cenu určitého výrobku — o cenu zboží. Takto vyjádřená hodnota není však jedinou hodnotou, s níž se v životě setkáváme.

O hodnotách hovoří například i *lékaři*. Slyšíme, že říkají: „To, že se podařilo zprůchodnit ledviny, má vitální (pro život pacienta důležitou) hodnotu.“

O hodnotách hovoří i *umělci*. Mluví o klasických dílech umění a o braku či kýči. O hodnotách hovoří i *biologové* a *vesiologové*. Mluví o kalorické hodnotě potravin nebo naopak o výživné hodnotě potravin. O hodnotách hovoří i *psychologové*. Slyšíme, že se zabývají devalvací a evalvací — ponižováním a sociálním povzbuzováním lidí. O hodnotách hovoří i *politikové*. Mluví o tom, jakou hodnotu pro danou stranu mělo to, že ve volbách získala x/č hlasů. O hodnotách hovoří i *sportovci*. Mluví o hodnotě toho, že se podařilo na soupeřově půdě vyhrát fotbalový zápas. O hodnotách hovoří i *generálové*. Uvádějí jako příklad hodnotu určité bitvy pro vyhranou či prohranou celou válku. Tak by bylo možno pokračovat a jít dále a dále.

Hodnoty v našem osobním životě. Jestliže nám jde o smysluplnost života — a o tu nám zde jde v prvé řadě — pak naše zamyšlení nad hodnotami se blíží takovému, s jakým se setkáváme ve *filozofii*. Ta pojednává mimo jiné o tom, jaký je rozdíl

mezi hodnotou „míti“ (vlastnit auto, dům, vkladní knížku ...)
a „býti“ (býti statečným člověkem)

Cílesměrné pojetí hodnot

Člověk je schopen stavět si cíle. Hovoříme o tom v následující kapitole. Rozhodnu-li se, že postavím dům, pak tím dávám najevo, že postavení domu je pro mne určitou hodnotou. Má pro mne určitou důležitost. Ta je přitom obvykle vyšší nežli užitková či tržní hodnota domu. Otázkou je, které hodnoty si člověk takto staví jako cíl svého snažení.

Tři okruhy hodnot

V souvislosti se smysluplným zaměřením života naznačil V. E. Frankl tři okruhy hodnot: zážitkové, tvořivé a postojové.

I. *Zážitkové hodnoty.* Příkladem zážitkové hodnoty může být láska. Zcela konkrétně: láska maminky k dítěti, láska mládence k děvčeti... Prožívání této lásky je náležitou hodnotou. Je jí i milování určitého člověka, který je nám nějakým způsobem vzorem, přítelem, pomocí... Martin Buberby řekl: „Tam, kde jde o láskyplný vztah mezi Já a ty', tam jde o zážitkové hodnoty.“ Na vrcholu těchto zážitků je možno vidět „oddanost jednoho druhému tělem i duší“.

Zážitkové hodnoty se netýkají jen lidí, i když tam je to nej-srozumitelnější. Týkají se i toho, co v nás probouzí kladné emoce. Týkají se např. *krásy hudby a zpěvu*, uměleckých zážitků všeho druhu. Hovoříme o tzv. estetických hodnotách, tj. o hodnotě krásy, ať má jakoukoliv podobu.

Tam, kde jde o zážitkové hodnoty, tam jsme my *příjemci*. Zážitkové hodnoty nám dávají prožít hluboké emocionální záchvěvy, radost a potěšení. Obohacují náš život.

II. *Hodnoty, které svou vlastní činností vytváříme.* Může jít o drobné projevy tvořivé činnosti — o úpravu bytu či zahrádky, o zpěv či hudební projev... Podstatné je, že *jde o naši vlastní aktivitu, která — vzletněji řečeno — „obohacuje svět“*. Klasickým příkladem takovéto činnosti je práce umělce.

Hodnoty vytváří však i práce ošetřovatelky i výchova dítěte v rodině či ve škole atp.

Pro tvořivou činnost je podstatná tzv. „*vydanost*“ či „*oddanost*“, tj. skutečnost, že dotyčný bere svou aktivitu vážně, doopravdy a to i tehdy, když ho nikdo jiný nevidí a neohodnotí. Pro toho, kdo to dělá, je to smysluplné. Dělat to usilovně a pořádně, to má pro něho či pro ní svůj dobrý smysl.

III. *Postojové hodnoty.* Hodnotu má nejen tvorba a milování. Ukazuje se, že i tam, kde ani jedno ani druhé není možné, přece jen — vzdor všemu — je možné žít smysluplně a hodnotně. Jak? Tím, že daný *člověk zaujme k dění*, např. ke svému zdravotnímu postižení („osudu“) *úctyhodný postoj*. S takovými postojovými hodnotami se setkáváme u lidí chronicky nemocných, u lidí tváří v tvář exitu (odchodu ze života), u lidí bezmocných, v zoufalých situacích, životních krizích atp.. kteří statečně zvládají to, co jiné zdeptá. Bojují ze všech sil, pokud mají alespoň kapku síly. Dovedou akceptovat (přijímat) bez hlesu a bez zoufání to, co je neměnné.

Příklad: Dr. Mrázek, fyzik a astronom, kterého mnozí znají z televizních komentářů při výpravách Apollo na měsíc, v poslední den svého života na urologickém oddělení, kde ležel s diagnózou rakoviny, dopoledne spravoval a spravil kryochirurgické zařízení, které se porouchalo. Po té ulehl, požádal své spolupacienty o klid a zemřel.

Příklad: Paní P.O., která se dozvěděla, že má rakovinu, zatajila tuto skutečnost před dětmi, které měly jet na rok studovat do zahraničí, aby jim tuto pro ně důležitou cestu nezne-možnila.

Příklad: Dr. A (>.. postižen od malička dětskou obrnou, od raného mládí „vozičkář“, vystudoval přírodovědeckou fakultu, stal se prvořadým odborníkem v jedné oblasti biologie, habilitoval se a ač vozičkář, shromažďuje kolem sebe „špičky“ této vědní disciplíny.

V příkladech by bylo možno pokračovat. V životě se setkáváme s lidmi, kteří se vzdor osudu nedají. Vezmou pevně

kormidlo svého života do vlastních rukou a — obrazně řečeno — *plují jako plachetnice i proti vetru; směrem k cíli, který si vytkli*. Postoj, který zaujímají k tomu, co se děje. budí respekt. *Příklad:* V nemocnici umírá Dr. P. M. Odmítá analgetika (léky proti bolesti), ačkoliv jako lékař ví, že by mohly pomoci jeho utrpení zmírnit. Mladá sestřička říká druhé: „Prosím tě, proč to děláš.“ A starší na to: „Chce ukázat, že se to dá zvládnout i bez nich.“ „A prosím tě komu?“ „Třeba nám nebo svým kolegům.“ „A co kdyby tu nikdo nebyl?“ „Jak ho znám, pak vím, že by tak jednal i v tom případě.“ „Proč?“ „Je to křesťan, věří, že ten, který byl a je vždycky s ním, ho vidí, i když to nikdo jiný nevidí, a váží si jeho statečnosti.“

V běžném životě mají tyto postojové hodnoty též své místo. Uvedme podle E. Lukášové *situace rozhodování mezi kladnou a zápornou postojovou hodnotou*. Člověk má právo rozhodovat se „buď — anebo“:

buď	anebo
: mobilizovat vnitřní síly ke zvládnutí překážek	litovat se „jaký jsem to chudák“
usilovat o zachování úcty a vážnosti sama k sobě	ztrácet veškerou úctu sama k sobě
hrdině bojovat v situaci, která se nepříznivě změnila	vše ztrácovat, naříkat a plakat, že se vše změnilo k horšímu
posilovat důvěru ve smysluplnou budoucnost	zoufat si nad marností a bezvýchodností všech snah
snažit se přijmout nepřijatelné („osud“)	uzavřít se jako hlemýžď do ulity a rozložit se na celý svět
otevřít oči, vidět nouzi druhého člověka a snažit se mu pomoci	stavět se nevida a neslyše k těžkostem lidí okolo sebe

buď	anebo
v rozepři se vzchopit, nalézt odvahu a odpuštění a ochotu ke smíření	nesmiřitelně stát na svém, i kdyby se svět zbořil

Přesný postoj vytváří „nadhodnotu“. V. E. Frankl ukazuje, jak koruna, kterou dá ten, který má víc, tomu, který má méně, nabývá na hodnotě. Pro toho, kdo má víc, měla tato koruna podstatně menší hodnotu, nežli pro toho, kdo skoro nic nemá. Při takovémto daru je obdarovaný darem více obohacen, nežli ztrácí ten, kdo dává.

Kde a jak se rodí náš vztah k hodnotám

Jedno více: láska k té či oné hodnotě se nedá realizovat nařízením, příkazem či rozkazem. Kde se tedy rodí? Zdá se, že jedna cesta k určité hodnotě a k zamilování si jí vede *„sváděním“*. Tak nás svádí například různé zážitkové hodnoty. Reklama se o to snaží, „seč je s to“. Nejde přitom jen o reklamu, propagující určité zboží. I jiné cíle usilují o naši přízeň.

Na čem záleží náš výběr určité hodnoty, případně celého žebříčku či hierarchie (pyramidy) hodnot? I když je pravdou, že zde záleží na okolnostech — na nadání, na možnostech přijít do styku s určitým druhem umění, případně s lidmi, kteří zaujali úctyhodný postoj k tomu, co se s nimi děje — přece jen základní odpovědí je, že záleží především na osobnosti rozhodujícího se člověka. Obrazně řečeno to vyjádřil Theodor Bo-vet. Ukazuje na rozdíly mezi motýly. Otakárek fenyklový vyhledává jiný druh květů nežli paví očko. A na co sedá masařka? Psychologové zde hovoří o kruhové, cirkulární kauzalitě: *podle toho, jaký to je člověk, jak je zralý či nezralý, volí si určité hodnoty a tyto hodnoty poté ovlivňují buď jeho další cestu zrání, nebo ustrnutí*. Dostáváme se tak ke klíčovému problému smysluplnosti života, k tomu, *co je Člověk*.

MÍT PRO CO ŽÍT

K zamyšlení:

„Jsou hodnoty situační a hodnoty nadsituační, které jsou platné vždy a všude.“

Max Scheller

„Nadsituační hodnoty jsou jako slunce. Existují, i když je třeba dočasně mraky zakryjí.“

V. E. Frankl

Co je člověk?

„Být člověkem znamená být na cestě.“

A. Längle

„Člověk je tím, co si vezme v životě jako svou vlastní věc — co si vezme za své.“

K. Jaspers

„Být člověkem, to není fakt, to je možnost.“

V. E. Frankl

Co je živoř? Odpověď na tuto tak důležitou otázku nemáme. A přece máme vědu o životě — *biologii*.

Co je člověk? Odpověď na tuto pro každého z nás tak důležitou otázku nemáme. A přece máme vědu o člověku — *antropologii*. Jsme rádi, že ji máme. Její poznatky nám mohou být v mnohém pomocí. Máme při tom na mysli spíše filozofickou antropologii nežli přírodovědeckou antropologii. Pro usnadnění cesty do této oblasti zkusme se zamyslet nad několika myšlenkami:

„Člověk je bytím, které neustále rozhoduje o lom, kým je a kým bude. V každém okamžiku života má v sobě různé možnosti: buď sestoupit na úroveň zvířete nebo se povznést do kvalitativně podstatně vyšší roviny života. Člověk je bytostí, která díky své vědě vynalezla plynové komory v koncentračních táborech a zabíjela v nich statisíce lidí s velkou efektivitou. Je však i bytostí, kletá do těchto komor vstupovala se vztyčenou hlavou a s otčenášem či židovskou mchlitbou na nech. I to je člověk.“

V. E. Frankl

„Člověk je třtina, ale třtina, která myslí. Myslí na svou odpovědnost a tím budí úctu a vážnost.“

B. Pascal, doplnil V. E. Frankl

„Člověk je schopen duchovní opozice — tzv. kontrapozice — vůči svým biologickým silám. V pozadí jeho vůle stojí povědomé směřování k určitému cíli, 'k čemu jde'. Je kus pravdy na přísloví, které říká, že člověk může, ví-li, co dělat má.“

Elisabeth Lukášova

„Člověk je tvor, říkající, ne' svému biologickému určení.“

Max Scheller

„Člověk je člověkem v té míře, v níž je schopen sebetranscendence (překračování svých vlastních sobeckých, ego-centrických a egoistických snah a cílů).“

Elisabeth Lukášova

Člověk je více nežli...

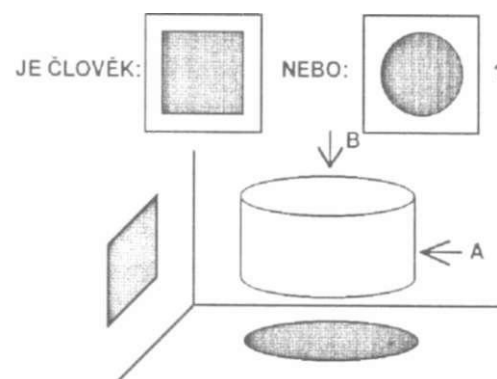
- Člověk není jen reakční automat — i když se v něčem podobá samočinnému počítači, kterému dáme úkol a on ho vyřeší. Člověk je i více nežli takovýto automat vyššího řádu, automat, který je schopen vytvářet podmíněné reflexy, jak nám je demonstroval I. P. Pavlov na svých psech. Člověk je schopen stavět vlastní cíle, postavit se proti osudu. Je schopen vyrozumět, co by měl v určité situaci dělat a postavit se „všemu na vzdory“ na své cestě k jednomu vytčenému cíli. Člověk je bytostí, která z tohoto směřování k smysluplnému cíli čerpá sílu ke zvládnutí překážek.
- Člověk je více nežli jen homeostat, tj. systém vybavený schopnostmi homeostázy (tj. udržování biologické rovnováhy), podobně jako tennoregulátor ledničky či ústředního topení udržuje neustále tepelnou pohodu v určitém rozmezí. Člověk tím, že si sám staví cíle, k nimž potom směřuje, a ukládá si určité úkoly, tím vědomě a z vlastní vůle tuto rovnováhu (homeostázu) narušuje.
- Člověk je více nežli jen tvor vybavený instinkty a pudy — i když některé z nich u člověka můžeme pozorovat. Přesněji: člověk je instinkty a pudy vybaven hůře nežli zvířata. Nadto je vybaven vůlí tyto instinkty a pudy zvládat, vůlí k smysluplnému životu.
- Člověk je více nežli jen tvor, který musí bezpodmínečně dělat to, co je mu určeno zákony dědičnosti, raným mládím a sociálními podmínkami jeho života, jak učí determinismus. Není na 100% určen „osudem“, jak učí fa-

talismus. Člověk si může sám, zcela svobodně, z vlastní vůle a vzdor všemu stanovit, zvolit a určit, o čem mu půjde, koho bude milovat a co bude považovat za smysluplné.

Vliv směru přístupu k člověku na
obraz, který si o něm uděláme

Je možno se dohadovat, zda člověk je podoběn obdélníku (A) nebo kruhu (B). Je přitom možno mít pravdu v obou případech vezmeme-li v úvahu celého člověka.

(podle V. E. Frankla)



- Člověk je více nežli jen seberealizující a sebe aktualizující tvor. I když je pravdou, že člověk chce sám sebe, své představy a plány realizovat, prosazovat se a tak „aktualizovat“, přece jen je schopen nadchnout se (motivovat své jednání) ideami a cíli, které jeho vlastní „já“ přesahuje. V. E. Frankl k tomu poznamenává: „Člověk se přesahuje jen do té míry, v níž plní smysluplnost svého života. Tato seberealizace se tak rodí jako důsledek plnění jeho smyslu života, ne však jako účel jeho snažení. Jen existence, která sama sebe přesahuje, může se seberealizovat.“

zovat. Tím však, že se snaží realizovat jen sama sebe, mizí se svým cílem."

Co je pro člověka příznačné — charakteristické

- *Svoboda.* Svoboda *od něčeho* — že nemusíme slepě poslouchat své pudy — a svoboda *k něčemu* — např. spočívající v tom, že si sami můžeme stanovit cíle a úkoly. Tak *člověk není zcela vydán všanc silám, které působí v něm i mimo něj, a je v každé situaci vyzýván, aby se rozhodoval samostatně.*
- *Směřování.* Člověk není jen „postrkován“ příčinnými silami. Je i „tažen“ silami vlastních cílů, představ, úkolů, hodnot, ideí, plánů... Jde o tzv. teleologickou charakteristiku, tj. o „*tažnou sílu cíle*“, k cíli směřující a k cíli se nesooucí zaměření života člověka. Theodor A. Kotchen píše: „Smysluplné směřování je měřítkem jeho zdraví.“ Charlotte Buhlerová dodává: „Tvořící člověk je více nežli homeostat (systém udržující svou vlastní rovnováhu).“ A V. E. Frankl: „*K podstatě člověka patří směřování — uskutečňování možností.* To s sebou přináší napětí mezi bytím (tím, co je) a esencí (tím, co by mělo být a co je považováno za smysluplné).“
- *Transcendence.* I když je pravdou, že člověku jde o jeho vlastní věci, o jeho vlastní blaho, uspokojení jeho vlastních potřeb, dosažení jeho vlastního štěstí, přece jen u něho můžeme pozorovat, že je *schopen překračovat* (transcendovat) *vlastní, osobní soběstředné* (egocentrické), případně až *sobecké* (egoistické) zájmy. V určitém smyslu slova zde hovoříme o transcendenci jako o duchovním rozměru lidské existence. E. Lukášova k tomu dodává: „Lidé díky své duchovní dimenzi mohou přesahovat svůj biologicky daný osud.“ V. E. Frankl: „Člověk je bytí na něco zaměřené. I když je zaměřen na své vlastní věci, přece jen je schopen i být zaměřen na věci, které ne-

jsou jen tak úzce jeho vlastní.“ Karel Barth mří obdobným směrem, když jako teolog to vyjadřuje slovy: „Člověk není na jedné straně víc nežli popel, na straně druhé však o něco menší andělů.“

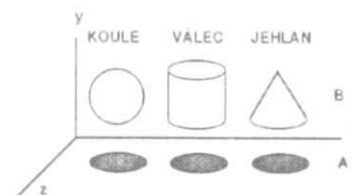
O prolomení této hranice soběstřednosti (egocentrismu) hovoří Martin Izrael jako o kopernikovském obratu v myšlení (tzv. metanoia), o znovuzrození a obrácení.

Co se stane, když tuto duchovní dimenzi člověka opomeneme? V. E. Frankl to naznačuje obrazně: celkový obraz člověka se nám redukuje na něco podstatně chudšího, neúplného a těžko srozumitelného. Viktor von Gebstalt říká: „Nedostatek světla, kterým trpí obraz vylučující duchovní dimenzi člověka, způsobuje, že se nám jinak barevný svět zdá jen tmavošedý.“

Důsledky opomíjení duševní
a duchovní stránky člověka

x, y, z ... základní rozměry prostoru

Vezmeme-li v úvahu jen tělesnou rovinu (A), pak nám uniknou rozdíly mezi lidmi v duševní a duchovní rovině (B).



- *Odpovědnost.* Člověk je nejen schopen svobodně se rozhodnout např. pro „dobro“ v situaci, kdy se mu nabízí opačná možnost — a překročit tím své soběstředné (egocentrické) zájmy — ale je schopen i odpovědně řídit své

jednání a chování tímto rozhodnutím podnícené (iniciované). V této souvislosti hovoříme o svědomí jako o orgánu, který pomáhá člověku jednak volit správnou (smysluplnou) cestu, jednak pak zachovávat jednu zvolenou cestu a tím jednat smysluplně.

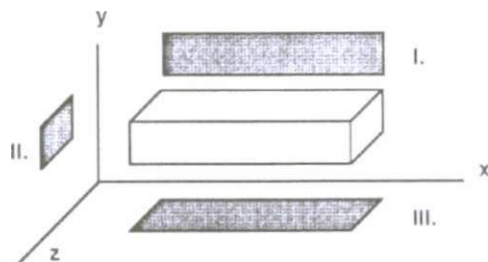
Celý člověk — unus totus homo

/ . Duchovní

II. Duševní

III. Tělesná stránka člověka

Člověk je nedílný celek, v jeho: rámci můžeme vidět tři kvalitativně odlišné stránky (rozměry, dimenze, patra).



- *Dobrý nebo zlý? Jaký je člověk? Je dobrý, nebo zlý? Zdá se, že odpověď je poněkud složitá. Hl' člověkem znamená zřejmě mít možnost být dobrým nebo zlým, přiblížit se jednomu, či druhému pólu. Ke kterému pólu se kdo přibližuje, to záleží na něm. na jeho osobnosti. Nejde při tom o charakteristiku trvalou — „jednou pro vždy“ — ale o otázku, kterou člověk řeší vždy znovu a znovu, kdykoliv se rozhoduje, co bude dělat a jak to bude dělat.*

K zamyšlení:

„Každý z nás je naprostý unikát — originál sui generis. Jaký budu já, to záleží do značné míry na mně samém, na tom, jak se rozvíčuji a pro co se rozhoduji.“

P. Jiří Reinberg

„Jím podstatným v životě člověka není uznání druhých lidí, kterého se nám může dostat, i když to je přjemným přídavkem. Tím podstatným je vědomí, že jsem tu k něčemu, připadně pro někoho — někým.“

Elisabeth Lukášova

„Býti člověkem znamená směřovat (odkazovat) mimo sebe, na něco. co je něco jiného nežli já sám'. Na něco, co je smysluplné, nebo na vzájemný mezilidský vztah. V té míře, jak se člověk takto přesahuje, uskutečňuje se (seberealizuje se). Změnit může člověk jen sebe sama, avšak sebe může změnit vždycky.“

V. E. Frankl

Otázka smyslu a smysluplnosti života

„Schopnost nacházet smysl v životních situacích patří k základním schopnostem člověka.“

V. E. Frankl

„Žít smysluplně znamená, že jsem se zaměřil na něco hodnotného. To zůstává smysluplným, i když jsem třeba tohoto cíle nedosáhl nebo když jsem svou práci nedokončil.“

Alfried Langle

„Neexistuje člověk, pro něhož by život neměl přichystaný smysluplný úkol. Neexistuje situace, v níž by nám život přestal nabízet smys lupině, možnosti.“

V. E. Frankl

V běžném životě se setkáváme s výroky problematizujícími smysl či smysluplnost určité činnosti.

Příklad: „Nemá to smysl pokračovat touto cestou dál. Stejně to nikam nevede.“ Slyšíme to na výletě, kde turisté ztratili cestu. Jindy nařiká opravář: „Je to naprosto nesmyslné chtít dát tuhle rachotinu do chodu.“

V životě se setkáváme i s výroky opačnými, které si pochvalují dobrý smysl toho, co se dělá.

Příklad: Student říká: „Domnívám se, že je smysluplné věnovat se tomuto oboru. Má to budoucnost.“ Jindy podnikatel tvrdí, že je smysluplné vzít na sebe určité riziko. Věřící, že v daném případě „risk je zisk“.

Co se však rozumí smyslem v našem životě a smysluplností našeho života? Mohli bychom říci, že smysl je kategorie v Kantově pojetí (tj. dále již neredukovatelný pojem), 'lak to říká i V. E. Frankl. Pokusme se však porozumět smyslu i jinak.

Z fyziky a zvláště z mechaniky jsme zvyklí uvažovat o příčinnosti, kauzalitě. Právě mechanika nám ukazuje, že to, že se něco pohybuje (např. auto, které jede), bylo způsobeno určitou „příčinnou silou“ — postrčeno, rozstrkáno, rozjeto. Touto silou (např. motorem) je dále udržováno v chodu.

Otázka smyslu a smysluplnosti života

Ve fyzice to platí. Tam *kauzalita* vládne a je tam doma. U lidí je to však složitější. Již Sokrates — po něm Platon — tuto složitost a odlišnost ukazovali na práci sochaře. Ten má určitou představu, ideu, myšlenku atp. Tu se snaží realizovat. V tomto případě je idea takovéto sochy hnací silou, motivem jeho aktivity. I když je i zde pravdou, že socha vzniká prací sochaře s kladivem a dlátem v ruce, přece jen platí též — a nepomíjitelně — že sochaře vede určitá idea, cíl, představa konečné podoby díla. Nejde tak jen o kauzalitu práce dláta, ale i o *ojnalitu* (finis je konec). Odborně se zde hovoří o teleologickém postupu (telos znamená cíl). Představa cíle, kterého chceme dosáhnout, se stává hnací silou. Jinak řečeno: tato představa cíle, k němuž směřujeme, dává naší činnosti smysl. Pak vše, co k tomuto cíli směřuje, je smysluplné.

Příklad: Mládenec, který spěchá přes hory a doly za svou vyvolenou — jen aby se s ní setkal — jedná (ze svého hlediska) smysluplně. Pro něho útrapy cesty, námaha a vynaložený čas nejsou ničím nesmyslným, ale právě naopak — mají smysl.

Příklad: Zahradník, který ještě v době mrazu pěstuje v chráněném prostředí, ve skleníku či parníku sazenice různých druhů zeleniny, jedná smysluplně. Vede ho k tomu představa cíle, tj. toho, čeho chce v pěstování zeleniny dosáhnout. Jeho práce má smysl, i když při tom chvíli mrzne a chvíli se potí.

Příklad: Maminka, která se stará o své dítě, chrání je, aby se mu nic zlého nestalo a vychovává je, jedná smysluplně. Prohledá k cíli. A tím může být vychování pěkného mladého člověka.

Směřování

Kdekoliv hovoříme o smyslu či smysluplnosti lidské činnosti, máme na mysli určitý cíl a účel toho, co se děje. To, co směřuje k tomuto cíli, je smysluplné. Má smysl to dělat. To, co k tomuto cíli nesměřuje, případně to brání tomu, aby se člověk

k vytčenému cíli dostal, to je pak nesmyslné, případně smysluprázdňé.

Příklad: Američan S. K. se před sto lety rozhodl, že prozkoumá určitou oblast střední Afriky. Nejen jako cestovatel a objevitel, ale i jako podnikatel. Na vysoké škole si dal zapsat řadu přednášek, cvičení a seminářů, které se vztahovaly k tomuto cíli. Nebyla to čistá geografie (zeměpis) Nebyla to ani čistá biologie, ekonomie ale od všeho něco. Jeho spolužáci nad tím kroutili hlavou. Co z tebe bude? Nebudeš ani geograf, ani biolog, ani ekonom... A přece to vše mělo svůj dobrý smysl, jak se později ukázalo. S. K. byl připraven na to, co ho očekávalo. Podobně bychom mohli hovořit u nás o ing. Hanzelkovi a ing. Zikmundovi a o jejich přípravě na cestu kolem světa.

Otázku po směřování můžeme klást nejen u každého šípů, který je vystřelen na cíl, ale i u každé lidské činnosti. Je možno jí klást nejen u studenta, kterému jde o to, aby se něčemu naučil, ale i u toho, kterému studium nejde — ač na to má! Obrazně se tato charakteristika lidské činnosti vyjadřuje symbolem šípů, případně plavbou lodě nebo letem letadla přes oceán. Mají zaměřeno k určitému přístavu či letišti.

Na otázku, *co rozumíte smyslem*, odpovídá Alfred Langle: „Hovoříme-li o smyslu, máme na mysli směr, který vede život k určité, ba nejvyšší hodnotě za daných okolností.“ Na jiném místě pak: „Smysl představuje pomoc orientaci v životě — jako kompas. Díky tomu může smysl ukázat člověku směr k plnému, zdařilému životu. Smysl je právě to, co by s ohledem na danou situaci a přiměřenost možností mělo být děláno a uděláno.“ Kdo se ptá po smyslu života a kdo má odpovídat?'

V. E. Frankl od sebe odlišil dvě situace:

Při té *první* zde stojí *člověk*. zrak upřený buď ke hvězdám nebo k přírodě, a *ptá se*: „Živote, řekni mi, jaký máš pro mne připraven smysl života?!"

Ve *druhé* situaci je vše o 180 stupňů obráceno. *Člověk je tím, kdo je dotazován* po smysluplnosti života. Život sám mu

klade tuto otázku. Při tom vyžaduje na ní zcela konkrétní odpověď a to nejen slovy, ale — a to především — skutky.

Příklad: Rodičům se narodí zdravotně postižené dítě. Tím jsou tito rodiče postaveni před zcela konkrétní otázku: jak se k tomu, co se právě stalo, postavíte? Podobně je tomu tam, kde se pacientka dozví, že má rakovinu prsu. Je tomu tak i tam, kde se svobodné děvče dozví, že je v jiném stavu. I tam se jí život ptá: jak se k tomuto těhotenství postavíš a co budeš dělat?

Ve všech těchto a podobných případech je možno se donekonečna ptát: proč se to stalo zrovna mě či nám? Proč? Proč? Proč? Je však možno směr ptaní a odpovídání obrátit a klást si otázku: „Ano, je to tak, stalo se to — jaký postoj k tomu zvolím a co budu dělat? Kam zaměřím, směřuji, orientuji nyní za této situace své úsilí?"

Tento obrat, zvrát či obrácení směru ptaní (role dotazovaného a ptajícího se) vede k tomu, že začínáme cítit a *chápat vlastní život jako úkol a sebe jako „apens“* — jednajícího, činného a ne pasivního člověka. Toto ptaní nás staví před úkol: moudře se rozhodnout a odpovědně realizovat toto rozhodnutí tváří v tvář neustále se měnící situaci. Tento úkol není obecný, ale naopak velice konkrétní a specifický.

Příklad: Muž, který se ve svých 50 letech rozhodl, že „opráší“ své znalosti a schopnosti hry na cello, které získal v mládí, to vzal vážně. Tři roky hledal a sháněl dobrý nástroj. Rok hledal dobrý smyčec. Každý den se na půl hodiny zavřel a hrál. Cvičil. Trénoval, až se mu podařilo přijatelně zahrát první skladbu.

V. E. Frankl říká: „Je třeba se rozhodnout, uvědomit si, pro co jsem se rozhodl, a vzít na sebe osobní rozhodnutí jako poslání. Tímto krokem se člověk stává nositelem určitého poslání. To po té dodává jeho životu hodnotu jedinečnosti.“

Příklad: Paní N. M. se narodila zcela nevidomá holčička. Její manžel na to reagoval tím, že je obě opustil. Paní N. M. odešla ze zaměstnání a věnovala se cele své nevidomé hol-

čičce. V její výchově našla smysl svého života. Musela se nesmírně uskovnit. Vzdala se možnosti profesionální kariéry i perspektivního druhého manželství. Vzdor tomu si nenaříká a považuje svůj život za smysluplný.

Hodnota cíle

Mám-li se pro něco v životě rozhodnout, musí to mít pro mne kladnou hodnotu. Ve výše uvedeném příkladě měla takovou hodnotu nevidomá dcera pro její maminku — ne tak pro jejího otce. Pro maminku „něco znamenala“. Proto se maminka rozhodla za tímto hodnotným cílem jít. Když nám na cíli moc nezáleží, když nám to nic neříká, když nás to neosloví, když to pro nás není důležité, případně když je to pro nás výslovně bezvýznamné, nenadchneme se pro to. Chováme se k tomu „nevida a neslyše“. Platí i o nás „oči mají. ale nevidí, uši mají, avšak neslyší“.

Kdy nás určitá situace osloví?

A. Langle ukazuje, že každá životní situace, do níž se dostáváme, chová v sobě řadu možností — co by se v ní za daného stavu věcí dalo dělat. *Zároveň se nás lulo situace ptá:* co si myslíš, že by se mělo dělat a co bys ty měl dělat?

Příklad: Léta běží nejen starším lidem, ale i mladým a přichází čas, že se děvče rozhoduje, koho si vezme. Často si může vybrat z několika mládenců, kteří o ní projeví zájem. Uvažuje o tom, jaké by to bylo s tuncem či oním. A i když je jen jeden jediný nápadník, přece ještě zbývá možnost rozhodnout se buď pro něj. nebo zůstat dále svobodná.

Co nás osloví? Obrazně je to možno vyjádřit jevem *souzněním*, resonance. Když houslista ladí housle, rozezná ladičku. Ta má přesně stanovený tón — komorní „a“. Když jeho vlastní struna „a“ zní stejným tónem, tak se po rozkmitání ladičky rozkmitne i tato struna — aniž by se jí kdokoliv dotknul. Tak tomu je s fyzikálním akustickým jevem resonance. Bylo by možno říci, že obdobně je tomu i s „oslovením“. V tomto pří-

padě však nejde o struny, housle a ladičku, ale o systém hodnot, který daný člověk má a které se mohou rozeznět na podnět situace.

Příklad: Při nedělním výletě podél Vltavy se před skupinou lidí najednou ozvalo volání: „Pomoc!“. Někdo se topil. Proč asi někdo říkal: „Když neumí plavat, ať neleze do vody“ a jiný naopak rychle svlékl nedělní oblek a skočil za tonoucím?

Je to zřejmě náš systém hodnot, jsou to naše postoje, cíle a představy, „co by se mělo dělat“, které nám mluví do našeho rozhodování a určují, co nás osloví a „svede“.

K zamyšlení:

„Smysl je jiný termín pro naší životní orientaci. Pomáhá nám v tom. abychom se neutopili v močálu sobectví, lenosti a planých řečí. Tak je smysl moslem k tvorbě bytí v moři chaosu.“

Franz Sedlák

„Život není jen lak něco. Je vždy příležitostí k něčemu.“

F. Hebbel

Drobné úkoly

„Jaká je tvá povinnost? Požadavek dne.“

V. E. Frankl

„Věnujte se všedním službám.“

Bible (Římanům 12, 18)

Hovoříme-li o smyslu života a o jeho smysluplnosti, pak začneme obvykle ihned myslet na velké cíle — své i druhých lidí. národa, lidstva, kultury, osvěty ... Je až kupodivu, že právě tam, kde hrozí, že se ztratíme v nedozírných dálkách velkých perspektiv lidstva, přichází tak výrazný požadavek a důraz na malé služby. Příkladem může být Albert Schweitzer, který řekl: „Morálka začíná tam, kde končí slova“ a jinde: „Láska je čin.“ Slyšíme v tom odezvu biblického „lačněl jsem a dali jste mi jisti, žíznil jsem a dali jste mi piti; hostem jsem byl a přijímali jste mne; nah a přioděli jste mne; nemocen jsem byl a navštívili jste mne; v žaláři jsem seděl a přicházeli jste ke mně“ (Matouš 25. 35—36).

Obrazně je možno říci, že nabídky smysluplných činností na tržišti života jsou nepřeberně pro každého z nás. V. E. Frankl zde podtrhuje dvě jejich charakteristiky:

Ad personam — vzhledem k danému člověku: co to říká je mu či jí.

Ad situationem — co to říká za dané zcela konkrétní situace. Co se tím myslí.'

V prvé řadě to, že možnosti, které daná situace nabízí, jsou jiné pro mne a jiné pro tebe, ať jsi kdokoliv. Něco jiného se chce ode mne, něco jiného od tebe. Za druhé se tím myslí to, že každá situace je jiná. a to, co ode mne chtěla jedna, může být něco jiného, nežli je to, co ode mne chce druhá, třeba velice podobná situace.

Příklad: V tramvaji vedle sebe sedí dva muži. jeden mladší a druhý starší. Přistoupí starší paní. Mladíka tato situace neosloví. Zůstane klidně sedět. Starší pán si všiml toho. že

tato paní špatně stojí, a okamžitě se zvedá, aby jí udělal místo. Pochopil danou situaci a její požadavek osobně.

A. Lángle říká: „Každý den, každá hodina čeká na někoho se zcela určitým smysluplným úkolem. Pro každého z nás existuje v každé chvíli takovýto specifický smysluplný úkol. Je na nás, abychom ho viděli a jako takový poznali.“ V. E. Frankl prodlužuje tuto perspektivu až do konce života každého z nás: „Po celý život až do poslední chvíle nenávratného odchodu staví před nás život možnosti smysluplné činnosti. Jde o to je vidět jako výzvy, správně je interpretovat, uchopit je a realizovat.“ Wertheimer to naznačuje obrazně: „Řekne-li někdo před námi začátek věty: 7 + 7..., avšak neřekne výsledek, pak cítíme, že to není úplné sdělení. Něco tomu chybí. Dodáme-li .14'. pak splníme tuto potřebu. Hodí se to tam. Patří to tam. Situace po tom volá.“

Příklad: Lékař K. J. vzpomíná, jak jednou za ním do ordinace přišel jeho jedenáctiletý syn. Cekal s pacienty trpělivě v ordinaci, až na něj přijde řada. Když vstoupil do ordinace, byl jeho otec — lékař překvapen. Ptal se syna. co ho bolí a co mu je. Slyšel, že ho nic nebolí, avšak chtěl si s tatínkem pohovořit. Jeho maminka doma říkala, že tatínek se pozorně věnuje všem pacientům a hovoří s nimi. Tak si dodal odvahy a přišel.

Jak lze poznat smysluplnost určité činnosti

Je-li smysluplnost života něčím vzácným a žádoucím, pak se právem ptáme, kde ji hledat, jak ji poznat a jak ji získat.

<i>Jak ne</i>	<i>Jak ano</i>
Kudy cesta k nálezem smysluplnosti nevede.	Jak je možno přijít k poznání smysluplnosti určité hodnoty.
Nelze ji předepsat jako pacientovi lék.	Je možno ji postřehnout — jako někdo postřehne srnku v lese.

<i>Jak ne</i> Kudy cesta k nalezení smysluplnosti nevede.	<i>Jak ano</i> Jak je možno přijít k poznám smysluplnosti určité hodnoty.
Nelze ji nařídit nebo přikázat jako rozkaz na vojně.	Je možno ji nahlédnout jako krásu obrazu.
Nelze ji vyrobit např. v určité poradně.	Je možno ji vyčíst, jako vyčteme v knize něco mezi řádky.
Nelze ji vymyslet i při značné míře inteligence.	Je možno ji vystopovat, jako stopař nalézá stopu.
	Je možno ji vytušit.
	Je možno ji „vyčíst“.
	Je možno ji intuitivně zachytit.
Nelze ji uložit jako úkol ve škole.	Je možno ji spontánně (z vlastní vůle) poznat, když nám o to jde.
	Je možno ji odkrýt jako archeolog „najde“ prehistorickou stavbu.
Nelze k ní někoho nutit a říkat: „Ty musíš, je to tvá povinnost.“	Je možno ji vysлідit jako pes stopu.
	Je možno ji nalézt jako ztracenou stokuunu.
	Je možno ji dostat jako dar. když se nám obrazně řečeno najednou „rozsvítí hlavě“

Obrazně se zde hovoří o tom, že ji můžeme zachytit „anténami našeho smyslu pro smysluplnost“ (A. Langle). Zároveň se však při tom říká, že tyto antény mají širší záběr nežli jen pro věci intelektu (rozumu). Jindy se hovoří o objevení situační

hodnoty (Max Scheller) nebo o probuzení spících možností (V. E. Frankl).

Všemi těmito způsoby se různí lidé snaží naznačit, co to znamená být určitou situací osobně *osloven*, tážán a požádán o něco, co daná situace od nás potřebuje. Při objevení smyslu nás tato situace zastaví, promluví k nám, poprosí nás o pozornost, požádá nás o něco, domáhá se toho. hlásí se o to. činí na nás určitý nárok, dovolává se nás. klade na nás určité nároky a požadavky ...

Příklad: M. V. studoval na přání rodičů medicínu. Po dvou letech úspěšného studia předstoupil před rodiče, poklekl a prosil je, aby mu dovolili studovat hudbu místo medicíny. Ta na něho neustále doléhala a žádala ho, aby se jí cele věnoval a nedělal ji jenom „bokem“. Byl to tak silný hlas, že to M. V. nevydržel. Povolení dostal. Stal se z něho mimořádně dobrý hudebník.

Kudy vede cesta k smysluplnému životu?

Odpověď na tuto otázku podává A. Langle naznačením pěti kroků:

1. Neuzavírat se do ústraní (ulity), ale otevřít se životu.
2. Otevřít oči, uši i srdce a vidět, co se kolem děje.
3. Slyšet, vidět a chápat výzvy, které ze světa k nám doléhají.
4. Správně výzvy interpretovat a s přihlédnutím k vlastním možnostem se rozhodnout.
5. Uskutečnit — realizovat rozhodnutí.

Při hledání odpovědi na otázku, *jak realizovat své rozhodnutí*, nás A. Langle vede ke dvěma možnostem:

- A. *Něco změnit ve světě mimo nás* — něco udělat (zorat pole, zasadit strom, postavit dům ...)
- B. *Něco změnit v sobě* — změnit svou představu, svůj názor, vlastní hodnotový žebříček ...

MÍT PRO CO ŽÍT

K zamyšlení:

„Hledání smyslu a smysluplnosti života je primárním motivem lidského chování (existence). Tato potřeba — stejně jako jiné potřeby — může být uspokojována (sanoována) nebo neuspokojena (frustrována).“

Abraham Maslow

„Ne se plát, ale odpovídat na dotazování života: jaký smysl svému životu dáš? Neodpovídal slovy, ale svým chováním, jednáním, tím, co a jak děláme.“

V. E. Frankl

Smysluplnost práce

„Povolání dává člověku příležitost žít smysluplně.“

V. E. Frankl

„Na tržišti života je pro každého pestrá nabídka smysluplných činností.“

Alfried Lanciaie

„Jen dobrý' člověk může být dobrým lékařem.“

MUDr. V. E. Frankl

Viděli jsme, že o smyslu a smysluplnosti života se hovoří jako o cestě k cíli. Práce a zaměstnání nás staví každý den do nových a nových situací, které je třeba řešit. Jsou to z určitého hlediska příležitosti k rozhodování a tím i k projevu naší vlastní osobnosti. Právě na tom, jak tyto malé i velké úkoly řešíme, se projeví, *kdo jsme a oč nám v životě jde.*

„Povolání dává člověku příležitost smysluplně žít.“ Tak zní první věta Franklova pojednání o smyslu práce. Později to doplní a řekne: *„Každé povolání, kterékoliv zaměstnání dává tuto příležitost k smysluplné činnosti.“* Právem se ptáme: *„Jak?“*

Kdo

„Nejde ani tak o to .kde' člověk pracuje a co dělá. ale .kdo' pracuje. Co to je za člověka. To je rozhodující.“ říká V. E. Frankl.

Příklad: Hovořil jsem s profesionálním hudebníkem. Sám od malička hraji na housle a (jako amatér) hraji rád. K mému překvapení slyším, jak on pln apatie hovoří o tom, že kdesi *„odehráli“* určitou skladbu, že to byla otrava, že ho hraní přestalo bavit.

Jak

To druhé, co V. E. Frankl podtrhuje na práci je *„jak“* — jak se dělá to, co se dělá. I s tím, jak se dělá to, co se dělá, souvisí smysluplnost práce.

Příklad: J. S. je právník. Jako soudce má na starosti rozvody. Osobně mu jde o to, aby se lidé nerozváděli, ale aby se smířili. Velice se snaží, „dávat lidí dohromady“, usmířovat rozkatčené manžele, vést je ke vzájemnému odpuštění a vzájemnému přijímání. Jeho kolega to má jednodušší. Tomu o to nejde. Chce-li se někdo rozvést, pak prosím, ať se rozvede. Má větší výkonnost. Rozvádí podstatně více manželství.

Co

To třetí, co určuje smyslnost práce je to. „co“ děláme. Je určitý rozdíl mezi tím, kdo vytváří to, co má obecnou hodnotu, a tón, který z různých důvodů dělá to, co nemá žádnou hodnotu, a on sám v tom nic moc hodnotného nevidí.

Příklad: V porevolučním údobí přišla manželka jednoho vědeckého pracovníka (atomového fyzika) na to, že by její manžel mohl využít lépe svých znalostí cizích jazyků a pracovat pro jednu zahraniční firmu. Měla pravdu. Dostával tam opravdu podstatně více nežli předtím. Po půl roce se však psychicky zhroutil. Ne z přepracování, ale proto, že dělal práci, kterou on sám považoval za zcela nesmyslnou, a o níž se styděl s kýmkoliv hovořit.

Povolání lékaře

Hovoříme-li o smysluplnosti práce, pak mnohého napadne jako příklad práce lékaře. Je to tak, že každý lékař „automaticky“ dělá to, co je smysluplné? V. E. Erankl. sám lékař, říká: „Povolání lékaře dává rámec činnosti. Ten je třeba naplnit osobním charakterem. Co je na lékaři plus, to je jeho osobnost. Kým je. Ne to, že je lékařem. Ustrne-li jen na formálním plnění svých pracovních povinností a respektování nařízení, vytratí-li se jeho osobní specifika, pak tím ztrácí možnosti, které mu jeho povolání nabízí.“

Hovoříme-li o tvorbě hodnot v souvislosti s povoláním a pak i o „přispívání vlastní hřivnou do pokladnice lidstva“.

pak bychom si měli uvědomit, že povolání není jedinou smysluplnou činností v životě.

Příklad: Paní L. K., pracující jako lékařka prvního kontaktu nejen lékařkou, ale i manželkou, matkou, dcerou svých rodičů ... Ve všech těchto vztazích se jí dává příležitost k smysluplné práci.

Rozsah naší práce. Jsou pracovní činnosti, které mají mimořádně široký rozsah. Příkladem může být práce politika, vědce, umělce ... Na druhé straně jsou práce, které mají „lokalní“, místní, tj. poměrně omezený okruh dosahu. Jak tomu je se smysluplností rozdílných pracovních činností?

V. E. Frankl říká: „Nezáleží na tom, jak velký je okruh působnosti daného člověka, ale na tom, jak se chová, jak jedná, jak realizuje (uskutečňuje) možnosti, které jsou mu dány, a jaké hodnoty vytváří, tj. zda plní svou lidskou povinnost.“ Uvádí k tomu příklad: Ten nejjednodušší člověk, který plní své lidské úkoly (z hlediska smysluplnosti realizace hodnot), je přece jen větší nežli státník, který rozhoduje o osudu, případně i bytí a nebytí milionů lidí bez slyšení a vyslyšení svého svědomí. Jako příklad zde uvádí Adolfa Hitlera.

Těžkosti. Dává-li zaměstnání příležitost k smysluplnému životu, pak chápeme, že ztráta zaměstnání a nezaměstnanost tuto příležitost člověku bere. Obdobně je možno chápat i jiné „nucené“ vyloučení z práce — např. z důvodu nemoci, choroby, handicapu (zdravotního postižení), psychického postižení (např. mentální retardace), ba i pro někoho nucený odchod do důchodu. A přece i zde, v těchto těžkých situacích, jsme svědky toho, že ti, kterým byla práce jako příležitost k smysluplné činnosti vzata, nacházejí často až podivuhodnou vynalézavost a nezdolnost v hledání způsobů, jak žít smysluplně.

Příklad: Pan F. E., náš zahraniční letce ze západní fronty za druhé světové války. Vrátil se domů zcela nevidomý. V boji ztratil zrak. Pracoval celý život v telefonní ústředně. Stal se předsedou svazu nevidomých. Byl společensky více

činný nežli mnohý vidící. Pomohl v životě tolika lidem, že se to zdá až neuvěřitelné.

K zamyšlení:

„Možnosti dávající příležitost smysluplně naplnit život jsou jedinečné v tom smyslu, že existují jen jednou jedinkrát. Osobnosti, které mohou realizovat tyto možnosti, jsou též jedinečné, a to v tom smyslu, že každý z nás je nenapodobitelným originálem.“

Alfried Längle

„Když já to neudělám, kdo to udělá?“

„Když to já nyní neudělám, kdy to udělám?“

„Když to udělám jen pro sebe, co jsem to za člověka?“

Hillel

„Jde o to snažit se. O co? Třeba jen o asymptotické dosažení cíle (jen se cíle dotknout).“

V. E. Frankl

Láska a milování

„Zamilování je možno přenést z jednoho člověka na druhého. Lásku ne. Láska trvá „až za hrob“. V tomto smyslu je láska silnější než smrt.“

V. E. Frankl

„Láska je zaměřena na esenci (podstatu člověka), ne na jeho existenci (vnější charakteristiky).“

V. E. Frankl

„Je to kvalita osobnosti, co v životě lásky hraje prvořadou roli. Casio lidé zapominají, jak poměrně omezený význam má to, co je. vnějškově přitažlivé.“

V. E. Frankl

V jazyce není snad slova, které by mělo tolik různých významů, tolik odlišných pochopem, tolik nepochopení, odlišných a nesprávných interpretací jako právě slovo „láska“, případně slovo „milování“. A přece — vzdor tomu — je možno se domnívat, že v jeho pravém jádru je poklad. Díky tomu není marné tento poklad hledat, tj. snažit se porozumět hlubšímu významu toho, co se slovem láska a milování chce vyjádřit.

Podle V. E. Frankla je láska jednou z příležitostí naplnění života smyslem a smysluplností. Přitom život je nekonečně bohatý na příležitosti k nálezem opravdových smysluplných hodnot. Láska je jednou z nich, i když není jedinou. Je však mimořádně důležitou příležitostí. I ten, kdo sám není milován a nemiluje, může prožít smysluplně svůj život. Avšak ten, kdo miluje a kdo je milován, to má snazší.

S ohledem na třídění hodnot v logoterapii je láska příležitostí k naplnění života prožitkovou hodnotou. Prožitek lásky — jak v aktivním smyslu slova, tj. tam, kde já jsem někým milován — je v tomto pojetí „kouzlem“, „milostí“, „divem“, „darem“, „nejvyšším štěstím, za které člověk nemůže“... Je vnitřním obohacením života jak u toho, kdo lásku přijímá (je milován), tak u toho, kdo lásku dává (miluje). V. E. Frankl ří-

ká. že „láska oči otevírá“ a dodává „zvyšuje u milujících i milovaných rezonanci pro plnost hodnot“. A to není málo!

Pro hlubší porozumění toho, co je láska ve své plnosti, není marné uvědomit si tři vzájemně se prolínající roviny lidské existence: tělo, duši a ducha. Je možno se domnívat s určitou mírou tolerance, že těmto třem rovinám lidské existence odpovídají tři formy milování („lásky“):

Sex ve smyslu pohlavního spojení, zaměřený na tělesnou stránku milujících.

Eros zaměřený na duševní, psychickou stránku člověka.

Agape zaměřená na duchovní rovinu milované bytosti, k jádru jeho či její osobnosti, k hloubce „já“ druhého člověka.

V. E. Frankl vyjadřuje tento vztah obrazně. Říká: „Tělesná a duševní stránka člověka je oděv, který člověk nosí.“ Na jiném místě to vyjadřuje podobně, když říká, že tělesnou a duševní stránku člověk „*má*“, kdežto duchovním člověk „*je*“. Opravdová láska je pak vztahem v první řadě k tomu, kým tento člověk *je* — *kdo je to* — *co je to za člověka...* *Pravá láska jde ještě dále. Ta nejen vidí, kým druhý člověk, kterého miluje je, ale i kým by mohl být* — jak kvalitním, charakterním, morálně krásným, dozrálým člověkem. Není to vidí, ale tomu i pomáhá. Pomáhá druhému růst — jako osobnosti. Křesťané formulují toto milování druhého člověka svým způsobem: „Láska vidí člověka takovým, jak ho vidí Stvořitel, ba i takovým, jakým by ho jeho Stvořitel rád viděl.“

Takováto láska není však jen „vidění“, i když toto nahlédání má svou cenu. Je především činem. „*Láska je čin vůle*“ — jak čteme v jednom pojetí. Rozumějme: vůle, která překračuje vlastní soběstřednost (egocentrismus a egoismus).

Příklad: Klasickým příkladem takové lásky je maminka, která pečuje o své dítě a dělá vše, aby mu bylo dobře.

Příklad: Příkladem takové lásky může být vztah mezi manželi, kde jeden se druhému snaží „vyčíst z očí“, co by mu dělalo radost, a to dělat.

Příklad: S láskou typu „*filadelphia*“ — milování přátel — se můžeme setkat např. u učitele či učitelky, kteří nehledí na to, „co za to“, avšak připravují doslova „*symposium*“ (hostinu vědění) pro milované žáky.

Je to *přesné zaměření* — tzv. intencionální akt — co je esencí (jádnem) lásky. Pravá láska dává. Neptá se, *co za to*. Proč? Protože to dává někomu, kdo má v očích milující či milujícího vysokou hodnotu. Láska vidí. *kým je*, případně i *kým by mohl být*. To se rozumí asi tím, když se řekne, že lásce jde o „ideu určitého, milovaného člověka“, kterou milující „*nahlédá*“. „Miluji tě, protože třeba i jen dosti nezřetelně dosud *tuším, že jsi někdo*.“ Tak je možno vyjádřit to, co se odehrává v hloubi duše milující osoby.

Co však znamená, když řekneme: „Zahlédl jsem, že jsi někdo“, případně až „Jsem o tom přesvědčen, že jsi někdo“? V. E. Frankl k tomu uvádí náznaky vysvětlení:

Příklad: Co se stane, když někdo pozná, že $2 \times 2 = 4$? Odpověď je jednoznačná: toto poznání platí „pro věčnost“. Je možno se domnívat, že tak nějak obdobně je tomu i s láskou. I tam toto poznání, že to je „někdo“, se děje „*sub speciei aeternitatis*“, pod zorným úhlem věčnosti. Je to *poznání, které platí jednou provždy*. Platí „na věčnost“. Zůstává, i když ten, koho jsme takto poznali a milovali, odešel na věčnost (zemřel). Ctíme a milujeme ho či ji, i když postrádáme osobní kontakt. To mají na mysli výroky: „Kdo byl milován, není zapomenut“. „Silnější než smrt je láska“, případně „Láska nikdy nevypadá (nezanikne)“ — jak to před 2 000 lety napsal apoštol Pavel do Korintu.

Příklad: Paní P. O. dostala rakovinu prsu. Pro ženu to je jedna z nejtěžších ran. Svým ostřím je zaměřena na to, co je v tělesném obraze ženy specifické. Byla operována. Prs jí byl odňat. Paní P. O. to snášela statečně. Zvládala celou situaci příkladně. Proč? Byla si jista, že ji manžel má rád jako člověka, tj. „kým je“ a ne „jak vypadá“. V této mimořádné zkoušce jejich láska obstála.

Opravdová láska je tvořivá. Zdá se, že platí výrok, že „láska dělá zázraky". Jak je to možné? Ten, kdo ve druhém vidí hodnotného a úctyhodného člověka, mu tím, že ho má rád, dopomáhá k tomu, aby takovým skutečně byl.

Příklad: Maminka říká svému synkovi: „Vždyť ty jsi takový velký a pořádný chlapec. Ty si vždy uklidiš hračky, když si s nimi pohraješ."

Příklad: Učitel říká žákovi: „Jendo, máš na to. Schopnosti ti nechybí. Jsi chytrý chlapec a já vím, že to dokážeš."

Věrnost. Je-li opravdová láska vztahem k člověku, který je pro mne „někým", pak z. této úcty, vážnosti a z toho milování vyplývá i určitá odpovědnost. Přesněji: *můj vztah k tomu, koho miluji*, je ukazatelem (indikátorem) této úcty a lásky. Odpovídá na to, co jsem v lásce poznal. Tato odpovědnost jemu či jí a za něho či za ní patří neoddělitelně k lásce. V poněkud jiné terminologii je možno hovořit o věrnosti.

Když se dva mají rádi. Jak to je se vzájemnou láskou? Já miluji tebe a ty mne. To je „ohromný dar", když on a ona se mají rádi. Znamená to, že on se na ní dívá „nahoru" a ona je pro něho „někdo". Společně hledají smysluplnou cestu životem. Co víc si možno přát? Snad jen to, aby v tom společném hledání cesty života nepolevovali.

V. E. Frankl říká: „Milovaný člověk je nezastupitelný a nevyměnitelný. Je jedinečný a specifický. Proto láska trvá, i když zemře. Až za hrob. Sex končí nasycením, ale pravá láska ne. Ta trvá. Nekončí."

Sex

Zdá se, že dnes není možno hovořit o lásce a milování, aniž bychom se zmínili o sexu. Slovo „sex" se dnes „skloňuje" ve všech možných i nemožných podobách. Stává se často (neprávem) synonymem lásky a přitom si téměř ani nejsme vědomi jeho původního významu. Toto slovo k nám přišlo z latiny. Tam „seco, secare, secui, sectum" neznamená nic více než-

li rozříznout, rozseknout. krájet... Co? Například jablko. Rozříznout ho na dvě poloviny. Tak se tomuto slovu původně rozumělo v řecké mytologii. Podle tohoto starořeckého pojetí — a nejen podle něho — *člověk je „duál"* (dvojné číslo — jako např. nice. nohy, oči, uši ...) Člověkem není muž či žena, ale *muž a žena dohromady*. Ti dva tvoří jednotu zvanou „člověk". Tím, že se toto „jablko" rozřízne, dostaneme dvě nestejně poloviny. Patří však neoddělitelně k sobě. Teprve potom je člověk „celý".

Podobně jako na člověka je možno se dívat i na sex „úzce nebo široce" a brát v úvahu jednu, dvě nebo tři roviny. Poverchní pohled vidí jen jednu, např. jen tělesnou rovinu. Vidí jen to, co je před očima a na co je možno si sáhnout. Vidí jen vnější podobu člověka a u toho zůstaneme. *Vidí jen to, co len druhý má. Nebere však v úvahu to, kým tento člověk je* — kdo to je. Vlastní jádro osobnosti druhého tomuto pohledu uniká. Je nepodstatné. Co z toho vyplývá?

To, *co člověk má*, to je možno si vzít. Je to možno i ukrást. Je to však možno i odhodit či zahodit a jít dál. Dál to stranou a vzít si někde jinde něco jiného, co ten druhý či ta druhá „má" a co se mi zdá lepší, přitažlivější či „jiné".

Na člověka se můžeme dívat tak, že vidíme nejen to, co *má*, ale i *kým je* — *co je to za Člověka*. „Vidět" jeho osobnost — *kdo to je* — a vzít ho vážně. Nemilovat jen jeho povrch, ale jeho celého. Chápat jeho povrch jako výraz toho, kým je. Jak se pak jeví sexuální styk? V. E. Frankl o tom říká: „Milující dvojici není tělesný styk cílem (účelem), ale projevem (výrazem) vzájemného vztahu."

Nemoci lásky

Vezmeme-li si doslova — jako „ne moci" — pak se ukazuje, že *opravdové lásky není schopen (mocen) ten, kdo je sobec —egoista*. Ten, kdo vidí jen sám sebe. Ten, kdo dovede jen a jen brát a nedovede nezištně dávat.

Žárlivost. Egoistické soustředění jen na sebe sama může mít v mezilidských vztazích přerůznou podobu. Jednou z nich je žárlivost. Je jedním z projevů člověka, který chce vlastnit to, o čem se domnívá, že mu — jako zboží — patří. Filozofové zde hovoří o etickém materialismu. Takový žárlivec vidí druhého člověka jako soka, zloděje či konkurenta. Jinak si ho nedovede představit.

Zamilovanost. Egoismus může mít podobu zamilovanosti. Muži se může např. určitá žena líbit a on ji může chtít „mít“ — mít jen pro sebe. Mít ji tak, jako může chtít mít určité auto. Taky jen pro sebe. I to obdivuje a vlastní. Klíček od auta nikomu nepůjčí a bojí se, že mu někdo to jeho vlastní auto ukradne.

Při zamilování hrozí ještě jedno nebezpečí. Snadno se totiž vnější znak (např. kouzlo hlasu či vlasů) přecení a hlubší sféry člověka to zastře. V tomto smyslu je zamilovanost a ne láska „slepá“. Přeceňuje vnější projevy krásy — např. tzv. sex-appeal (sexuální přitažlivost) — a vlastní jádro, duchovní rozměr člověka jí uniká.

Příklad: Říká-li někdo „tato žena je krásná“, pak tím může naznačovat, že pro něho *vnější krása*, tj. to, co je před očima, je hodnotou nad hodnoty. Rekne-li však „tato žena je krásná, je to opravdu *krásný člověk*“, pak tím říká něco podstatně jiného.

Flirt. Flirt je typ neosobního erotického vztahu. Jde v něm o to „dostat druhého do varu“, sexuálně ho vzrušit a tím si dokázat vlastní moc a sílu. Takovýto flirt může jít různě daleko. Někdo může např. říci, že určitou ženu „měl“. Zařadí ji — a svůj vztah k ní — do souboru toho, co je možno koupit, vyměnit, prodat, odložit a zahodit. Věrnost zde nepřichází v úvahu stejně jako odpovědnost za druhého člověka.

Příklad: Někdo může říci, že si určitou ženu „vzal“. Může se tím dokonce mezi kamarády chlubit. Říká tím však něco kvalitativně odlišného než ten, kdo může říci, že určitou

ženu „vzal vážně“ — jako „někoho“, tj. hodnotnou osobnost.

Nevěra. Nevěra je projevem neodpovědnosti v lásce. V. E. Frankl říká: „Pravá láska je monogamní. Je možná jen k jednomu jedinému člověku. Říká: ‚miluji tě‘ a myslí tím ‚nade všechny lidi na světě‘. V tom je pravá láska výlučností.“

Opravdová láska dovede nevěru odpustit. Ten, kdo důvěru zklamal, může druhému přitom pomoci. Nejen tím, že slovně naléhá: „Prosím tě, odpusť mi to“, ale spíše tím, že se chová přesně opačně, nežli se choval při klamání důvěry, tj. že se nyní chová svrchovaně důvěryhodně.

Jak se může potenciálně oklamaná bránit? Co může dělat, aby nebyla nedůvěrou partnera zdrcena, zlomena a zničena? Jednou možností je „být někým“, tj. zralou osobností, která smysluplnost svého života vidí „výše“, nežli je ten člověk, kterého miluje. Je-li pak nevěrou partnera zklamaná, neztrácí vše. Má pro co žít. Vlastní smysluplnost života tím není podkopána.

Předstírání lásky. Láska je příležitostí k naplnění života smysluplností. Vzájemná láska muže a ženy je zde příkladem, jde-li o oboustrannou lásku. Co však, je-li láska jen jednostranná? Co v případě, kdy ten druhý či ta druhá lásku jen předstírá? Při předstírání lásky z jedné strany dochází k jejímu znehodnocení (degradaci). Partner či partnerka jsou v tom případě často považováni tím, kdo lásku jen „hraje“, za předmět uspokojení té či oné vlastní potřeby, jiné nežli opravdové lásky. Možnosti, které láska nabízí, jsou tím pošlapány.

I láska se může mýlit. Je možno se domnívat, že ten či ta je „někdo“, a pak zjistit, že tomu je jinak. I s tím je třeba počítat.

MÍT PRO CO ŽÍT

K zamyšlení:

„Láska je jedním ze dvou aspektů lidské existence, tj. toho, co označujeme slovem transcendence tj. překračování sebe sama.“

V. E. Frankl]

„Láska myslí v první řadě na toho, koho milujeme, a ne na sebe sama.“

Elisabeth Lukasová

„Opravdová láska člověka zbohacuje, jak toho, kdo je milován, tak i toho, kdo miluje.“

V. E. Frankl

Smysluplnost celého našeho života

„Je-li cílem života jen žít dál a vegetoval, pak takový život smysl nemá.“

V. E. Frankl

„Lidský život nemůže žít jen každodenními problémy. Ve své základní lidské identitě je obrácen k něčemu, co ‚každý den‘ překračuje a přesahuje. K něčemu, co trvá a zároveň dává životu jeho lidskou důstojnost a totožnost.“

J. M. Lochman

„Smysluplným se život stane, když v něm jde o něco, co má smysl, co člověka překračuje — ani ne tak co do délky, jako spíše co do výšky a hloubky.“

V. E. Frankl

Hovořili jsme v jedné z předcházejících kapitol o smysluplnosti malých, drobných, ba z hlediska celku života téměř nepatrných okamžiků. Do určité míry jsme souhlasili s tím, že je smysluplné podílet se na něčem, co má cenu (hodnotu), radovat se z krás života, milovat, vytvářet opravdové hodnoty a svým postojem dát najevo, že nejsem jen „bláto“. Na tyto drobné smysluplné činy je možno se dívat s časovým odstupem a v pohledu zpět si říci: „Bylo to tak dobře, mělo to svou cenu a nebylo to marné.“

Celoživotní film mého života

Jeden z přístupů k chápání smysluplnosti celého života vychází z drobných, malých smysluplných činů a dívá se na ně jako na obrázky klasického (celuloidového) filmového pásu. Vede vaší obrazotvornost k představě celého — „celovečerního“ — filmu našeho života. Přitom se ptá: Byl to jen náhodný a chaotický sled obrázků nebo to bylo více? Je až kupodivu, že smysluplnost života určitého člověka chápeme obvykle až je tento život ukončen. Pak si najednou uvědomujeme, „kdo to byl“ a „oč mu vlastně celý život šlo“.

Podíváme se, co k tomu říká V. E. Frankl: „Život každého člověka má jedinečný cíl. A k tomuto cíli vede jedinečná cesta. Člověk se zde podobá letci, který v noci a mlze letí ke zcela určitému cíli. k letišti, na kterém má přistát. Čím lépe člověk pochopí úkol svého života, tím smysluplnějším se mu bude jeho život zdát." Kdo to říká? Ten, kdo přežil tři roky v Osvětimi a ve třech dalších koncentračních táborech a vyznal: „Mohl jsem žít jen proto, že můj život měl smysl." Jak jinak nám pak zní jeho vyznání (krédo): „Život má bezpodmínečně vždy a všude smysl — a ten neztrácí za žádných okolností."

Při zvažování smysluplnosti celého života určitého člověka — jeho životní cesty — se ukazuje, že nezáleží ani tak na tom, jak dlouhý byl tento život, jako spíše na tom, oč v něm šlo. „Žít znamená být na cestě" — nezáleží však tak moc na tom, zda ta-to cesta byla krátká, nebo dlouhá. Záleží na jejím zaměření.

Obrazně — jako o družici — zde platí: ke které hvězdě je orientován.

Není-li život určitého člověka smysluplný, pak na tom nic nezmění skutečnost, že tento člověk žil dlouho. Je tomu jako s pochodní: *bud' hoří a tím „prolomí království tmy", nebo nehoří.* Pak již moc nezáleží na tom, jak dlouho nehoří.

Směřování

Použijeme-li k zobrazení cesty života letu letadla k určitému cíli. pak se můžeme právem ptát, „kam" se vyplatí zaměřit letadlo vlastního života? E. Lukášova to vyjadřuje poeticky: „*Vyplatí se zaměřit si to k přibližování se k věcným hodnotám.*"

O které hodnoty se jedná, to naznačuje na jiném místě Mluví např. o pronikání a postupu vpřed k „opravdové lásce" Blíží se tím křesťanskému pojetí, pro něž *láska typu agape* je nejvyšší duchovní hodnotou. Bible to vyjadřuje slovy: „Bůh láska je — a kdo v lásce přebývá, v Bohu přebývá a Bůh v něm" (1. list Janův 4.16). Franz Sedláčkovi to poznamenává, že se slovem „Bůh" bychom měli zacházet opatrně.

V křesťanském pojetí je Bůh skrytý, nevyslovitelný („Jsem, který jsem") a zcela jiný (což je původní význam slova „svatý"). Franz Sedlák se sám raději přidržuje toho způsobu vyjádření, který našel u básníka R. M. Rilkeho: „Ten, který nás drží, když padáme." Bylo by možno říci: „Ten, který je stále s námi" nebo „Ten, který nás svým ‚já jsem' přemáhá, vede nás ke zcela určité aktivitě a je nám ve víře silou na cestě k cíli."

V. E. Frankl říká: „*Jsou lidé, kteří chápou úkol svého života jako určité pověření.* Náboženská víra je aktivuje, podněcuje (stimuluje), vybízí k činnosti." Jako příklad dává hudebního skladatele Brucknera. My bychom stejně právem mohli uvést A. Dvořáka nebo J. S. Bacha atp. — a nejen skladatele.

K zamyšlení:

„*Věřit v Boha znamená vidět, že život má smysl.*"

Ludwig Wittgenstein

„*Věda bez náboženství je ochromena. Náboženství bez vědy je slepé.*"

Albert Einstein

„*Oběžník obrazu našeho života je mimo obraz — a přece se vše v obraze k němu sbíhá.*"

Elisabeth Lukášova

Smysluprázdnost

„Lidé jsou silní, pokud hájí určitou silnou ideu. Zeslábnou však a stávají se bezmocnými, když se jim tato idea ztrácí.“

Sigmund Freud

Připomínali jsme si spolu s E. Lukášovou a V. E. Franklem, že život má vždy a všude smysl a že tento smysl za žádných okolností neztrácí. Viděli jsme, že samo lidské snažení, usilování a hledání smysluplnosti života je dokladem existence a projekcí toho, co nazýváme smysluplností. Poznali jsme, že se snahou o smysluplnost života je možno se setkat i tam, kde život pomalu končí. Kde se tedy bere smysluprázdnost?

Příklad: Lékař H. G. odcházel do důchodu. Nechtěl však nechat všeho. Rozhodl se, že se bude dobrovolně věnovat lidem v ústavu nevidomých. Domníval se, že ho jako lékaře, praktika budou potřebovat. Po krátké době však zjistil, že největší „bolestí“, kterou lidé v tomto ústavu trpí, je tzv. existenciální vakuum — smysluprázdnost. Věděl, že lidé se tam cítí nevyužití. Nikdo po nich nechce žádnou smysluplnou činnost. Nemají žádný úkol, žádný cíl. Nic, co by přesahovalo jejich soběstředné (egocentrické) zaměření. Cítí se vnitřně prázdní, neuspokojeni (frustrováni), pokud jde o smysluplnost života. Trpí ztrátou smyslu své vlastní existence.

Existenciální vakuum — smysluprázdnost nebyla zjištěna jen v tomto ústavu. Podobné zjištění bylo provedeno např. v ústavu pro mentálně postižené děti v Rumunsku, které navštívil T. H. z Basileje. Byl tam poslán po převratu Ústředím červeného kříže v Ženevě. Tím, co viděl, byl šokován. Děti byly ponechány pouhému vegetování. Žily od jednoho jídla k druhému. Nebylo divu, že o nic nejevily zájem. Nic se od nich nevyžadovalo. Nic nemusely dělat, ba ani nic dělat nesměly. Jejich základní charakteristikou byla naprostá apatie.

Smysluprázdnost

Nemusíme chodit do takovýchto ústavů. Před rokem bylo na sjezdu dětských psychologů v Mnichově konstatováno, že zhruba jedna třetina dětí má potíže naznačující, že se vyvíjejí právě tímto směrem existenciální prázdnosti. Bylo dokonce navrhováno, aby se u dětí prováděly prohlídky za účelem včasného rozpoznání tohoto stavu a mohla být co nejdříve zahájena příslušná terapie — dříve nežli bude pozdě. A to nešlo o děti podvyživené, smyslově či mentálně postižené či jinak abnormální. Právě naopak! Byly to děti z dobrých až mimořádně dobrých rodin, měřeno ekonomickou úrovní rodičů.

A jak je tomu s mládeží — s dospívajícími? Jak často se zde setkáváme s tím, že je přeceněna zamilovanost a život končí sebevraždou! Kolikrát zde dochází ke zbožném určitého člověka, věci nebo ideje a při poznání toho, že věci se mají jinak, pak propad do zoufalství. Měli jsme tu „čest“ umístit se na jednom z nej přednějších míst co do počtu sebevražd mladistvých! A o č šlo v převážné většině takovýchto případů?

Ani tím vše nekončí. Ukázalo se, že téměř 100% lidí, kteří propadají různým druhům náruživosti — alkoholu, nikotinu, drogám ... — trpí smysluprázdností. Bylo u nich diagnostikováno existenciální vakuum.

A co dospělí? Kolik nezaměstnaných bojuje o to, aby neztratili víru v to, že život je smysluplný? A kolik zaměstnaných se brání nesmyslnosti, která na sebe bere podobu přerůzných předpisů, zákazů, nařízení. „železných zvyků“ a formalit? Kolik dospělých nedělá to, co by dělat chtěli, ale to, co je pro ně za dané situace finančně výhodnější, přitom „lační“ po smysluplnější náplni života? Kolik rodin a manželství se rozpadá pro smysluprázdnost a existenciální vakuum? Kolik večírků, parties a „mecheche“ končí po probuzení z oblouznění zoufalým konstatováním, že to vše je „na nic“?

Žízeň po životě. Oč jde tam, kde hovoříme o existenciálním vakuu a smysluprázdností? V podstatě o neuspokojenou základní životní potřebu. Každá z našich potřeb — např. hlad, žízeň atd. — může být buď uspokojena (satiována), nebo

neuspokojena (frustrována). Potřeba smysluplnosti života — všeho, co děláme a jak žijeme — patří k základním potřebám lidského života.

Jak se projevuje neuspokojení léto potřeby žít smysluplné?

KDY SE S TOUTO FRUSTRACÍ SETKÁVÁME?

- když máme dojem, že nás nikdo nepotřebuje, že jsme
k ničemu
- když máme dojem, že jsme „páté kolo u vozu“ např.
proto, že jsme staří, nemocní, neschopní, příliš osamělí,
nemohoucí...
- když nás opouštějí přátelé — jeden po druhém a my tu
zůstáváme „jako lípa v širém poli“ — sami samojediní
- když nám odejde někdo, koho jsme měli „nade všechno
rádi“
- když nám o nikoho nejde a nikoho na světě již nemáme
rádi
- když se nám blahobyt stal cílem a poznali jsme, že i při
zavalení vším možným je „srdce prázdné“
- když jsme z přerůzných důvodů ztratili zájem o cokoli
— když již od života nic nečekáme
- když určité provisorium, v němž žijeme, trvá příliš
dlouho
- když nám někdo zproblematickuje to, co jsme měli rádi,
v co jsme doufali a čemu jsme věřili
- když se již dlouho neobjevilo nic, co by posílilo naši
naději
- když se topíme v nudě a nezájmu o cokoli
- když se necháme pasivně unášet proudem a „zahodíme
kormidlo“
- když se vyhýbáme jakékoliv námaze, riziku a práci

KDY SE S TOUTO FRUSTRACÍ SETKÁVÁME?

- když zcela propadneme sladkému nicnedělání (dolce far
niente. maňana atp.)
- když nás zcela vyčerpala spousta drobných starostí (když
se u nás projeví to, co má na mysli přísloví „stokrát nic
umořilo osla“)
- když se nám zdá, že je pro nás nedostatek přitažlivých
cílů
- když nemusíme nic dělat, ba ani se starat sami o sebe a
druzí udělají za nás vše potřebné
- když jsme na 100% zajištění...

Noogenní neurosa

Ti, kteří se zabývají profesionálně psychoterapií, hovoří o tzv. *existenční neurose*, případně o tzv. *noogenní neurose* (z řeckého *noos* — mysl) V. E. Frankl uvádí výsledky (síťového průzkumu) screeningu o množství těchto neuros v různých populacích (v Německu, Rakousku, USA aj). Jsme udiveni jejich množstvím, zvláště mezi mladými lidmi. Není marné připomenout, že i když jde „jen“ o psychologickou a existenciální záležitost, přece jen se na tuto nemoc umírá. Jak? Sebevraždou — suicidiem. Jindy pomalu a dlouze — uneděním. ztrátou radosti ze života. Není marné dělat něco proti tomu, aby k tomu nemuselo dojít — dokud je čas.

K zamyšlení:

„*Vůn*“ je synonymem poznání toho, co mám dělat.
„*Nemohu*“ je často výmluvou pro nechtění dělat to, co dělat
mám.“

Elisabeth Lukášova

Utrpění

„Pokud trpíme, žijeme. Někdy dokonce při lom i psychicky zrajeme a rosteme; utrpení nás činí bohatšími (v poznání) a silnějšími a nezdolnějšími v těžkostech.“

V. E. Frankl

„Smysl utrpení není v tom, že zde je, avšak v tom, jak se k němu postavíme — jaký postoj k němu zaujmeme.“

Elisabeth Lukášova

„Jsme to my, utrpením postižení, kteří jsme dotazováni, a není na nás, abychom se my sami ptali.“

V. E. Frankl

Kopernikovský obrat v postoji k utrpení

Utrpení existuje v různých podobách. Někdy se nás dotýká přímo a bezprostředně, např. když jsme při nehodě zraněni; jindy z druhé ruky a nepřímo — např. když někdo nám blízký onemocní. Utrpení vždy přitahovalo pozornost. Nejen jako „černá kronika“, ale i jinak. Stimulovalo, podněcovalo např. umělce. Příkladem může být Beethovenova Patetická, Sukův Asrael, Goethův Faust, Schillerovo Utrpení mladého Werthera, Wolkrovy básně ... Utrpení vedlo velké lidi k hlubokému zamyšlení. Příkladem může být kniha Jób v Bibli nebo existence celých vědních oborů zabývajících se určitými aspekty utrpení — viz existenci tzv. *theodicee*, zabývajících se z teologického hlediska otázkou, *kde se bere utrpení — unde malum*. Jiným příkladem může být existence tzv. *pathodicee* — vědní oblasti zabývající se otázkou, *kde se rodí odchylky od zdraví*. Bylo by možno jít ještě dál a uvádět existenci tzv. *salutogenese* (vědy o posilování a povzbuzování zdraví), psychologie zdraví...

Zde nám nejde ani o černou kroniku ani o přehled *theodicee* či jiné vědní disciplíny zabývající se utrpením. Jde nám jen o nastínění jednoho přístupu k otázkám utrpení, o němž se domníváme, že by někomu mohl být pomoci. Tento přístup na-

značily již dva citáty v úvodu této kapitoly. Nejde o hledání odpovědi na otázku „Proč?“ — např. ve formě: „Proč se to stalo zrovna mně?“, případně o její znění v širším rozsahu, jak to naznačují otázky typu „Proč trpí nevinní?“ nebo „Proč umírají děti?“ Zde nám půjde o obdobný obrat v myšlení, s nímž jsme se již setkali v kapitole o smysluplnosti života. Dotazovaným není v tomto případě „osud“. Bůh, příroda, biologie atp.. ale *dotazovaným jsem „já“ — já, který prožívám utrpení na vlastním těle. Nejsem však dotazován, jak to bolí či jak moc tě to trápí nebo jak ti je. ale obecně, jaký postoj zaujmeš k tomu, co se s tebou děje*. Jde při tom jak o intelektovou (myšlenkovou), tak o emocionální (citovou) stánku postoje. *Jak to zvládneš, jak se k tomu postavíš, co budeš dělat a co dělat nebudeš, jak se budeš chovat, kterým myšlenkám a citům „dáš zelenou“ a kterým naopak „dáš červenou“*.

V. E. Frankl k tomu říká: „Život sám je nám otázkou. Tu my svým životem zodpovídáme — tím, jak žijeme a co děláme. *My jsme životem dotazováni*. Podobně na tom je homo patiens (nemocný člověk). I ten má odpovídat na otázku. Má úspěšně složit zkoušku, před níž stojí. Má *podat ve svém utrpení určitý výkon*. V tom, jak na tuto otázku odpovíme, je skryto „k čemu“ je to utrpení. Vše záleží na tom, jaký postoj k utrpení zaujmeme. Tuto odpověď nedáváme slovem, ale činem. A přece právě tato odpověď je jedinou smysluplnou odpovědí.“

Není marné uvědomit si, *kde toto pojetí zrálo*. V. E. Frankl je v první verzi vezl s sebou do Osvětlení. Vezl si s sebou rukopis své habilitační práce pro udělení profesury medicíny ve Vídni. Najednou stál tvář v tvář nepředstavitelnému utrpení. V Osvětlení — Březince čekalo 100 000 Židů na svou chvíli. Na co? Na to, až se na ně dostane řada a půjdou do plynu. Tam jich bylo denně „likvidováno“ 9 000. Mužů i žen. ba i malých dětí. V tomto „lidském pekle“, zorganizovaným nacisty pro Židy, poznal, že i v tak těžkých životních situacích je možno

tváří v tvář smrti nepropadnout panice, ale zvolit důstojný, statečný a úctyhodný postoj k životu a utrpení.

Různé druhy utrpení. Odpověď na otázku, *co rozumíte utrpením*, je možno dát výřtem různých příkladů utrpení. Tak bychom mohli např. jmenovat zármutek, žal, bol, neštěstí, hoře, bolest, bídu, strast... Není marné si uvědomit, že to, co rozumíme slovy bolest a utrpení, není totéž, stejně jako není totožná nemoc s utrpením. Lékaři, kteří hovoří o utrpení, často uvádějí traumatizující situace. Myslí tím např. to, co se děje při nehodách, úrazech a katastrofách. Jde o *utrpení fyzické* — zranění těla. Existuje však i *utrpení psychické* a psychická traumata (zranění). Ta mohou někdy „bolet“ více nežli tělesné poranění.

Je možno se setkat s *utrpením, které způsobila „vyšší moc“*, ať ji nazveme jakkoliv (např. zemětřesení, výbuch, kalamita, „osud“...). Jinde jde o *utrpení, které jsme si způsobili sami* — svou neopatrností, nebezpečnostmi, nekázností... Tak je tomu např. při poranění řidiče, který nezvládl obtížnost trasy. Je možno se setkat i s *utrpením, které nám způsobil někdo jiný* — nejen tun, že do mne vrazil či mne postřelil, ale i tím, že mne pomluvil, že mne urazil, ponížil. . A pak je utrpení, které si připravujeme my sami v množném čísle např. znečištěním vody, vzduchu, ale i falešnými informacemi, drážděním vášní, soupeřením...

Je utrpení nutné a utrpení, které nutné není. Je utrpení, které má svůj dobrý smysl — např. když jdeme na výlet do hora „trpíme“ při tom. Je i utrpení naprosto nesmyslné, ba dokonce falešné — viz např. masochisty, kteří si sami způsobují utrpení (bolest) a v tom si libují.

Je utrpení lehké a těžké. Přitom se ukazuje, že to, co je pro jednoho těžké, nemusí být těžké pro druhého a naopak. E. Lukášova k tomu říká: „Čím těžší je utrpení, tím hlouběji zřejmě leží jeho smysl a tím jasněji si musíme uvědomovat, proč stojí za to nevzdat boj s ním a tak tavit zlato z kamene.“

Falešné přístupy k utrpení

Hyperreflexe

Tímto termínem se rozumí „nadměrné trápení se trápením“. Jde o příliš dlouhotrvající a k ničemu nadějnému vedoucí neustálé myšlení na to, co nás trápí. Častokrát jde při tom o přeceňování nepodstatných detailů, např. nemoci nebo psychického stresu, kupříkladu deprese. Člověk se těmito detaily příliš intenzivně a příliš dlouho zabývá v myšlenkách a to negativně ovlivňuje jeho celkový postoj i jeho zdravotní stav. Takový člověk je soustředěn cele jen a jen na sebe. Příliš se pozoruje, domýšlí se nejhoršího. Z toho jde na něj bázeň a strach. Vystihuje to lidové rčení o „malování čerta na zeď“.

Hyperreflexi vzbudí často netaktně či nepozorně pronesené slovo, poznámka či neverbální sdělení (např. výraz obličeje lékaře sdělujícího výsledek vyšetření). Jindy — jak tomu bylo i v příběhu biblického Jób — „oleje do ohně“ přilévají „rádoby“ přátelé.

Sebelitování

Od hyperreflexe je jen krůček k hlubšímu vžívání se do vlastního utrpení a sebelitování. Pravdou je, že trpícího člověka lidé litují. Není tedy divu, že ten pak toto litování převede na sebelitování. Nařiká nad „svým osudem“, nad tím, co se mu přihodilo a co ho postihlo. I toto sebelitování ovlivňuje negativně postoj pacienta. Může se dokonce stát, že ten si nakonec začne libovat v tom, „jaký jsem to já chudák“, a zlobí se na lidi, kteří ho chtějí povzbudit a pomoci mu dostat se z beznadějného postoje.

Masochismus

Tímto termínem jsou označováni lidé, kteří si své utrpení navozují z vlastní vůle — sami se trápí. Nedělají to z toho důvodu, že jim jde o něco dobrého a při tom se jim něco zlého

stane (jako záchránce, která pospíchala k pacientovi a sama měla nehodu). Jde o lidi, kteří z vlastní vůle — přesněji „zvěle“ — si způsobí bolest či drásají ránu, aby se tak rychle nehojila. Masochista falešně považuje neštěstí za štěstí.

Přehlušování utrpení

U řady nemocných lidí pozorujeme snahu zahnat myšlenky na utrpení pomocí prášků na spaní, prášků proti bolesti, prášků „na dobře“... V podstatě zde jde o snahu utéci skutečnosti. O „štěstí“ v negativním smyslu slova, o útěk k tzv. Schopenhauerově nirváně. Jsou chvíle, kdy bolest přesahuje všechny meze a její farmakologické a chirurgické utišení je na místě. V mnoha dalších případech však „proplakat celou noc“ je pro truchlícího lékem nad léky. Umožňuje mu nejen „ventilaci“ vnitřního napětí a negativních emocí, ale dává mu možnost i dospět k novému pohledu na celou situaci. To se mu však nepodaří takovýmto „narkotizováním“. Tím se problém jen dočasně odstraní z přímého vědomí. Takový pacient se k problému, který ho trápí, může chovat po určitou dobu „nevida a neslyše“, ale věci neuteče a blíže k řešení nebude.

Propadnutí panice

Jsou situace, kdy utrpení přesáhne únosnou mez nebo kdy nejistota trvá příliš dlouho a člověk se dostává do zoufalé situace. Propadá panice. Ta má někdy podobu toho, že „nic se nedá dělat“, že „vše je ztraceno“ nebo že „nezbývá než složit zbraně“. Probouzí se fatalismus — představa, že vše řídí slepý „osud“, a proto nemá cenu o cokoliv se pokoušet. Pravdou je, že jsou situace, kdy se skutečně nedá nic dělat, kde termín „nic“ znamená v lékařské terminologii „kauzální terapii“ (léčení příčiny nemoci a tím odstranění nemoci) Tím se však dostáváme již k problematice přijetí nepřijatelného.

K zamyšlení:

„Kdo nepřijme v životě to, čeho se lidé bojí, ten projde životem jen po jeho okraji. Až jednou padne konečné slovo, nebude považován ani za živého, ani za mrtvého. Nikdy se mu nedostane zplnomocnění, zaslíbeného člověku.“

R. M. Rilke

„Smysluplnost života je možno vidět i v tom, že člověk vnitřně překonává neštěstí, do něhož se dostal, a že zvládnutím těžké situace vnitřně roste, dozrává a to i tam, kde je mu mnohé odepráno, čeho druhí mohou užívat v plnosti.“

V. E. Frankl

„Tvář v tvář utrpení máme dvě možnosti: buď s ním statečně bojovat, nebo ho statečně snášet.“

J. W. Goethe

Přijetí nepřijatelného

„Když bylo moře klidné, nepoznali jste, kdo je kdo. Když však přišla bouře, ba krutá bouře, pak se ukázalo, kdo je kdo.“¹¹

W. Shakespeare

„Schopnost snést utrpení není člověku vrozena. Člověk si ji musí vytvořit. Získávat a získat. Jde o vnitřní zvládnutí těžkých situací úpravou postojů. Člověk tím dělá něco se sebou. Vyrývá tím svou osobnost. Rozhoduje o tom, kým bude.“

V. E. Frankl

Výzva

Přijde—li utrpení, v jakékoliv podobě, je dobré nezavírat před mún oči ani neupadat v paniku. Přijmout je jako výzvu. Obrazně jako výzvu k boji — výzvu na souboj. Ten, kdo takovouto výzvu přijme, bere na sebe určité riziko a s tím i odpovědnost. Tak je tomu i s utrpením. Přijmeme-li výzvu, bereme do vlastních nikou i odpovědnost za vedení boje.

Příklad: T. P. jel na motorce do Prahy. U vyšehradského tunelu se zužuje prostor mezi kolejemi tramvaje a skálou po pravé straně vozovky. To T. P. nevěděl. Postřehl to příliš pozdě. Došlo ke střetu motorky s tramvají. Zraněnému musela být amputována pravá noha. Bylo to pro něho utrpení. Zároveň to byla pro něho výzva: co udělám se svým životem, když jsem nyní jednonohý?

Postoj. To první, co se při každém boji musí zaujmout, je vhodný postoj. Je tomu tak např. i při šermu. Postoj střehu.

Zároveň i postoj klidu, rozvahy a mobilizace všech sil — tělesných i duchovních.

Hledání smysluplnosti utrpení

Platí—li Franklovo ujištění, že život může být smysluplný „až do těch konců“, pak se můžeme ptát, jak nalézt smysluplné záměrem života, když se nám zatmí před očima a jsme po-

slaveni před to. s čím si nevíme rady. Zkusme hledat náznak odpovědi v příkladech, jak tuto situaci řešili jiní.

Příklad: někdo se topí: (A) a někdo jiný: (B) pro něj skáče do vody, aby ho zachránil. Není to samozřejmost. Je to projev postoje zachránce. Tento postoj se formuloval třeba i léta před tím. Byl předem připraven. Zachránce vedl k pochození celé nenadálé situace jako výzvy k činu. Byl to tento postoj, latentní (připravená) ochota pomoci, co zachránce ukázalo, že tento čin oběti je smysluplný. Zároveň to vedlo k tomu, že utrpení s touto akcí spojené mělo pro zachránce smysl.

Příklad: U óleté holčičky byla zjištěna rakovina. Odvezli ji do nemocnice. Maminka dala výpověď z práce a šla s ní do nemocnice, aby jí byla nablízku. Věděla, že to pro ni nebude lehké. Díky jejímu postoji k životu a vlastní dceři však vzala toto utrpení na sebe jako smysluplné. Mohla se mu vyhnout. Neudělala to. Utrpením (martyriem) prošla. Vyšla z něho jako kvalitativně jiný člověk.

Příklad: Těžce nemocná pacientka bojuje svůj boj se zákeřnou nemocí. Je již v poslední fázi. Bojuje statečně, s posledním vypětím sil. Lidem kolem sebe je příkladem toho. „čeho je vůbec člověk schopen“. Ukazuje, že se to zvládnout dá. Svým postojem k utrpení naznačuje, že „v životě není ztracené varty. Nikdy, ba ani na jeho hořkém konci“.

V. E. Frankl říká: „Realizace postojových hodnot předpokládá schopnost trpět“. A na jiném místě: „Opravdové utrpení je vždy mlčící — ecce vita hominis (takový je život člověka).“

Sebepřesahování při zvládnutí utrpení

Příklad: V nemoci na oddělení intenzivní péče leží 6 pacientek. Nejsou na tom moc dobře. Vzdor tomu, že všechny na tom jsou tak, jak na tom jsou, jedna z nich, ač sama moc nemůže, se přece jen zvedne, došourá se k vodovodu a přinese skleničku vody sousedce, která trpí žízní.

MÍT PRO CO ŽÍT

Příklad: J. W. Goethe dopisuje II. díl Fausta. Lékař, který si je vědom špatného zdravotního stavu pacienta, nafižuje Goethemu klid na lůžku. Ten se však nedá. Fausta musí dopsat, ať se děje, co se děje. Pracuje do úmoru. Dílo končí. Za 14 dní po dopsání Fausta má J. W. Goethe slavný pohřeb.

Memento

Česky znamená toto slovo „pamatuj, připomeň si“. Je možno je přeložit i jako „varování“ či „výstraha“. Utrpení je mimo jiné takovým mementem — výstrahou. Čeho? Utrpení nám může být připamatováním toho, že máme ještě možnost zamyslet se nad tím, co je v životě důležité a co ne. Je příležitostí ke vzpamatování se.

Příklad: „Divoký“ podnikatel leží v nemocnici na oddělení ARO. Podle jeho verze byl při výměně názorů se svými kumpány těžce zraněn. Pistolí ráže 9.35 mm. Má prostřelené břicho. Je při vědomí. Velice hlasitě se dožaduje instalace barevné televize u postele. Proč? Prý proto, aby nemusel pořád myslet na to, co se stalo a co s ním bude dále. Příležitost ke vzpamatování čeká. Využije jí?

Utrpení člověka nejen překvapí, ale i zastaví. Toto *zastavení je příležitostí k zamyšlení se, uvažování, meditaci*. K promýšlení toho, nač při všem denním shonu a časovém stresu není času. Jak ho využíváme?

Jeden způsob využití relativně volného času ve chvílích utrpení je charakterizován tím, že se začneme litovat a ptát, co nám život zůstal dlužen.

Druhý způsob meditace je nadějnější. Vede k zamyšlení nad otázkou, co já jsem životu zůstal dlužen, co bych měl dělat, abych ten úsek života, který mi bude dán, nepromarnil.

Odstup. Utrpení je příležitostí k zaujetí odstupu od vlastního života, distancování se od proudu dění. Když se díváme na výstavě na obraz, odstup nám pomůže vidět obraz jako celek. V rámci tohoto celku pak lépe chápeme i jednotlivé detaily. Podobně je tomu při utrpení. Zaujmeme-li v něm určitý od-

stup od vlastního života jako celku, můžeme lépe vidět širší souvislosti, hodnotové hierarchie a cíle, k nimž spějeme. Je to příležitost k reorganizaci života. Ne nutnost. Vše se může změnit, ale též vše může zůstat při starém. Záleží jen na nás. Jak této příležitosti využijeme.

Příklad: Pan F. K. prošel klinickou smrtí. Klidně se mohl dostat do Moodyho knihy „Život po životě“. Neprošel všemi fázemi tak, jak je Moody popisuje, ale „prožil si své“. Dlouho o tom nechtěl hovořit. Jedno však bylo zřejmé. *Po lom, co zažil klinickou smrt, to byl zcela jiný člověk.* Jako kdyby se mu rozsvítilo v oblasti duchovních hodnot.

Akceptace — přijetí

S utrpením mohu a mám bojovat. Postavit se proti němu jako jeden boxer proti druhému. Šermovat s ním. Zápasit. Tak tomu je tam, kde jsme oba „zápasníky v téže váze“, kde je naděje na to, že boj bude „fair“, že každý z nás má naději na vítězství. Jsou však i situace jiné.

Rána a utrpení, které mi život připraví, může být nad mé síly. Pak již nejde o boj rovného s rovným, ale o nerovný boj. Co pak? Zbývá jen jedno — akceptace (přijetí).

Příklad: Pan T. S. přišel při autonehodě o levou nohu. V kladubském rehabilitačním ústavu se zotavoval k potěšení všech velice dobře. Před časem mu zemřela manželka a doma na něho čekal syn. Toho měl „nade všecko rád“. Velice se těšil na to, že již co nevidět budou spolu. To, co se stalo, přijal — akceptoval. S poměrně značným klidem byl schopen říci: „Stalo se to. nedá se nic dělat, tak budu chodit s protézou.“ Ráno si ji připínal, hladil ji a povídal: „Tak poď, Mařenko, jdem na to.“ Díval jsem se na něj. Uviděl mne. Povídal: „My jsme si už na sebe zvykli.“

Příklad: Fridtjof Nansen se s panem Johanssonem vydali z lodi Fram pěšky k severnímu pólu. Podmínky byly nepředstavitelné. A severní pól v dosahu. Ledové kry byly nepřekonatelnou bariérou. Po určité době se ukázalo, že by sice k severnímu pólu mohli dojít, ale cesta zpět by nemusela

vyjít. Když vše zvažili, rozhodli se, že „přijmou porážku“, avšak přežijí. Jejich akceptace byla smysluplná. Jak se ukázalo i moudrá. Přežili. Dostali se domů a Fridjof Nansen se mohl setkat s ženou i dcerkou, která se mu narodila během jeho tříletého bloudění u severního pólu.

K zamyšlení:

„V opravdovém utrpení je často poslední a největší příležitost daná člověku k nalezení smyslu života.“

V. E. Frankl

„Člověk je schopen i v nejtěžších životních situacích přeměnit utrpení v účtyhodný výkon.“

Elisabeth Lukášova

„Nadějným a odvážným postojem k utrpení člověk roste a zraje jako člověk.“

V. E. Frankl

Ante finem — před koncem

„Povědomí časového omezení horizontu života vede člověka k odpovědnosti za darovaný čas života.“

Elisabeth Lukášova

„Smrt děsí člověka tam, kde ho trápí svědomí — povědomí o tom, že nevyužil možnosti žít smysluplně, že nenaplnil svůj život smysluplnou činností.“

V. E. Frankl

„Trpící je nadřazen lékaři. Je tomu tak tam, kde lékař je tváří v tvář zdravotní situaci pacienta zcela bezmocný, kde již nemůže nic dělat, aby zastavil lavinu nemoci. Pacient zde slojí a statečně čelí bolestem a tomu, co přichází. Přijímá to, co se s ním děje. Na metafyzické rovině podává účtyhodný výkon, zatímco lékař na fyzické rovině se vším svým uměním selhává.“

MUDr. Viktor von Weizsäcker

Jedinečnost každé chvíle našeho života

„Život je smysluplný vzdor tomu, že je pomíjivý,“ píše E. Lukášova. Dodává: „Každý okamžik života je neopakovatelný. Je však zároveň i nenávratný. Odchází a nikdy se již nevrátí. Jak by bylo, kdyby nebylo smrti? Na vše by bylo dosti času. Povědomí konečnosti vede k hledání nejvhodnější náplně života. Smrt nečiní život nesmyslným. Právě naopak. Vede nás k hledání smysluplnosti života. Tomu, co člověk dělá, je možno rozumět jen tehdy, vezmeme-li v úvahu povědomí o časové omezenosti a jedinečnosti života.“

Stárnutí

S rostoucím věkem se mnohé mění. Nezadržitelně ubývá tělesných i duševních sil. Jedno však jde opačným směrem: duchovní obzor se rozšiřuje. Důraz na to, „kdo“ jsme, roste. Důraz na to, „co mám“, naopak slábne. To, co se za peníze koupit dá, ustupuje z žebříčku hodnot a naopak to, co se za peníze koupit nedá (např. láska, úcta, respekt atp), nabývá na

hodnotě. Jak život pokračuje, člověk je citlivější (sensitivnější) k otázkám smysluplnosti svého bytí.

Příklad: L. N. Tolstoj ve své knize „Smrt Ivana Iljiče“ vykreslil člověka, který celý život žil planě. Teprve před exitem (odchodem ze života) se „probudil“ a vzchopil k smysluplnému životu.

Ve stáří a utrpení je možno osobně dozrát. Ne nadarmo nazvala paní Dr. Kubler-Rossová jednu ze svých posledních knih „Umírání jako nejvyšší stádium na cestě ke zrání osobnosti“.

Finis — konec

Blíží-li se konec života, pak se ukazuje, že řada věcí je odcházejícímu pomoci, posilou a potěšením. Tak tomu je např. s poliledem na vlastní život — na filmový pás vlastního života, který mu „defiluje“ před jeho vnitřním zrakem (představitostí). Je tomu tak, když v něm nachází „dobrý smysl“, může-li říci: „*Nežil jsem marně.*“ Potěšením mu je, když se nachází „v dobrých rukou“, když se mu dostane porozumění a opory od nejbližších, soucítění (empatie). úcty a uznání (respektu).

A co když odchází předčasně? Co když umírá a nikdo u něho není? E. Lukášova k tomu říká: „Je-li to křesťan, pak může věřit, že není sám. i když — viděno lidskýma očima — je zcela sám. Může věřit, že ho vidí jeho Stvořitel, který ho má rád A který se, když vidí, jak umírající statečně přijímá nepřijatelné a odevzdává se cele do jeho nikou, z toho raduje. To může být umírajícímu poslední a vrcholnou radostí.“

Příklad: U umírajícího D. C. byl A. P. Oba byli křesťané. D. C. povídá: „Toníku, já se bojím, co mi řekne ten, který je Pánem života i smrti, až se před ním objevím. Víš, já jsem zdaleka nežil tak, jak bych žít měl. A teď již to nedohoním.“ A. D. mu nato odpověděl: „Dane, já nevím, co řekne tobě, ale vím, co řekne mně.“ „Co?“ „Jediné slovo — .hříšník' — a bude mít pravdu. Věřím však, že v této chvíli

položí na mé rámě svou ruku Pán Ježíš Kristus a řekne: .Otče, i za tohoto hříšníka jsem zemřel.' To mi dává odvalu přijmout nepřijatelné a jít vstříc tomu, co čeká bez výjimky každého z nás.“

Zaver

K zamyslení:

*„Psát knížku není tak mnoho. Žít život je víc.
Více by bylo napsat knížku, podle níž by se člověk mohl řídit
ve svém životě.“
„A ještě více by bylo žít tak, aby se o tom dala napsat hod-
notná kniha.“*

V. E. Frankl

Literatura

- Frankl V. E.: Geist und Psyche — Ärztliche Seelsorge. Kindler Taschenbücher. Kindler Ver.. München, 1975
- Frankl V. E.: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Piper Ver., München 1975
- Frankl V.E.: Der unbewusste Gott. Psychotherapie und Religion. Deutscher Taschenbuch Ver.. München. 1988.
- Frankl V.E.: Die Psychotherapie id der Praxis. Deutscher Taschenbuch Ver.. München. 1991
- Frankl V. E.: Vůle ke smyslu. Nakl. Cesta, Brno, 1994
- Langle. A.: Entschleidung zum Sein. Piper Ver. München, 1988
- Langle. A.: Sinnvoll leben. Wegeiser zum Leben. Verlag niederösterreichisches Pressehaus. St. Pölten. 1991
- Lukas. E : Geist und Sinn. Logotherapie — die dritte Wiener Schulle der Psychotherapie, Psychologi Verlags Union, München. 1990
- Lukas. E.: Auch dein Leben hat Sinn. Logotherapeutischer Trost in der Krise. Herderbücherei, Freiburg im Breisgau, 1991
- Lukas, E.: Auch deine Leben hat Sinn. Logotherapeutische Wege zur Gesundung, Herder Ver., Freiburg im Breisgau, 1991
- Lukas, E.: Die magische Frage wozu. Logotherapeutische Antworten auf existentielle Fragen. Herder Ver, Freiburg im Breisgau, 1991
- Lukas, E.: Spannendes Leben. Ein Logotherapiebuch. Quinzessenz Ver., München, 1991.
- Lukas, E.: Geborgensein Worin? Logotherapeutische Leitlinien zur Rückgewinnung des Urvertrauens. Herder. Ver., Freiburg im Breisgau, 1993

MÍT PRO CO ŽÍT

Časopisy:

Bulletin der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse.
Wein.

Jahresberichte des Süddeutschen Instituts für Logotherapie
Fürstenfeldbruck.

O b s a h

Předmluva.....	7
Dva příběhy úvodem.....	8
Radost a štěstí.....	9
Úspěch.....	13
Svoboda.....	16
Odpovědnost.....	20
Vina.....	24
Svědomí.....	30
Hodnoty.....	35
Co je člověk ?.....	41
Otázky smyslu a smysluplnosti života.....	48
Drobné úkoly.....	54
Smysluplnost práce.....	59
Láska a milování.....	63
Smysluplnost celého našeho života ..	71
Smysluprázdnota.....	74
Utrpení.....	78
Falešné přístupy k utrpení.....	81
Přijetí nepřijatelného.....	84
Ante finem.....	89
Závěr: K zamyšlení.....	92
Literatura.....	93

Vydalo nakladatelství Návrat domů
jako svoji 32. publikaci.

Autor Jaro Křivohlavý
Obálku navrhl Julius Nagy
Grafická úprava Daniel Pokorný
tisk Macík Sedlčany

Návrat domů. Plzeňská 166. 150 00 Praha 5