



Zrcadlo | Uvidíš víc

"Jistota, že jsme inteligentnější než ostatní, je povážlivá už proto, že ji s námi sdílí tolik pitomců."

Albert Camus

NAŠLI JSTE, CO HLEDÁTE?

PŘEDCHOZÍ ČLÁNKY

[Jaká je cena lidského života aneb Kolik stojí člověk - 1. díl](#)

[Lékaři hanby: Pravda o lidských morčatech v Osvětimi](#)

[Buchovice: Místo k životu nebo ráj pro turisty?](#)

[Dítě mi zničilo život - O pomýleném TV dokumentu](#)

[Daniel Landa v proměnách času - Videoklipy z YouTube](#)

[Čtenářský deník - Archibald J. Cronin: Tři lásky](#)

[Trocha poezie od Klobouka](#)

[SWOT analýza českého školství](#)

[Lednicko-valtický areál 2: Cesta do Valtic, Valtice a Mikulov](#)

[Lednicko-valtický areál 1: Lednice a Břeclav](#)

[ZRCADLO NA TWITTERU](#)

Zrcadlo | **TADY** uvidíš víc | Jasně a přehledně

Profesor Vladimír Smékal

Před více než rokem jsem psala o profesoru Křivohlavém. Tentokrát bych Vám chtěla představit jinou velkou osobnost české psychologie, dnes již emeritního profesora Vladimíra Smékala.

Stručný životopis profesora Vladimíra Smékala

Prof. PhDr. Vladimír Smékal, CSc. se narodil 15. 2. 1935 v Novém Jičíně. Vystudoval psychologii a filosofii na filosofické fakultě Masarykovy univerzity v Brně. V roce 1958 začal pracovat v Pardubicích v záchytném dětském domově. Zároveň ale zůstal na Masarykově univerzitě, kde pravidelně vyučoval až do konce minulého akademického roku. Během svého profesního života vystřídal řadu pozic: byl například vedoucím střediska pro psychodiagnostické pomůcky v Bratislavě nebo vedoucím Laboratoře pro výzkum dětí a mládeže při fakultě sociálních studií MU v Brně. V roce 2000 založil Výzkumné centrum vývoje osobnosti a etnicity. Z hlediska výuky se věnoval především psychologii osobnosti, metodologii, psychologii náboženství. Vydal obrovský počet publikací ať již odborných (z nichž nejznámější je asi *Pozvání do psychologie osobnosti*) nebo určených laikům.

Proč o profesoru Smékalovi píšu?

Je to proto, že jsem měla jedinečnou možnost účastnit se jeho přednášek a tímto způsobem se s ním setkat. Hodiny prof. Smékala (obzvláště povinně volitelné předměty) pro mě byly zajímavou seberozvojovou zkušeností, prostorem k přemýšlení o životě, sebereflexi a zároveň živou vodou vyvažující některé jiné (zvláště povinné) předměty, které mě odváděly od člověka a lidství někam do světa čísel a tabulek. Vladimír Smékal byl jedním z vyučujících, kteří mě utvrzovali v tom, že psychologie má smysl. S jeho jménem se mi poji veliká otevřenost a také naděje.

Proč to všechno píšu v minulém čase? Je to tím, že tento článek je možná víc než čímkoli jiným mým osobním povzdechnutím nad tím, že prof. Smékal přestal vyučovat. Jeho odchodem z aktivního se podílení na výuce (a současným odchodem doc. Ivo Plaňavy) končí určitá éra. Éra hluboké lidskosti, vstřícnosti a civilnosti. Jsem ráda, že jsem ji mohla zažít. Spolu s výše zmíněným povzdechnutím bych chtěla i poděkovat.

Ale zpět k tématu...

Pořád se mi nepodařilo Vám profesora Smékala přiblížit. Když jsem přemítala, jak to udělat, přišla mi do ruky jeho knížka s názvem *Viš, jak žít?* Myslím, že právě ona skvěle reprezentuje a věrně zachycuje způsob, jakým prof. Smékal přistupuje k životu a světu. Jedná se o záznam jeho osmi přednášek pro rozhlas, které se odvíjí od básně Rudyarda Kiplinga *Když* (najdete například [zde](#)). Zabývá se v nich vůlí, odhodláním, sebedůvěrou, vyrovnaností, trpělivostí, uměním odpouštět a řadou dalších věcí.

Upozornit bych chtěla především na **koncept** tzv. **nauceného optimismu**. Profesor Smékal tvrdí, že optimismu se lze naučit. Že ač vědění samo o sobě je pesimistické, vůlí a vírou lze dosáhnout optimistického, radostného pohledu na svět. O ten bychom se měli snažit. Nezůstává ale jen u teorie. Líbí se mi jeho praktické doporučení: *Jedno z prostých doporučení, jak si nezoufat, jak se znovu a znovu snažit jít kupředu a vzhůru, spočívá v tom, že si v paměti pečlivě ukládáme a často ožívujeme zážitky pohody. Může to být vzpomínka na setkání s milými lidmi, na úchvatnou scenérii západu slunce na dovolené u moře, vzpomínka na to, jak jsme odolali únavě a vyšplhali se na vrcholek hory během dovolené, verš básně či oblíbené melodie, věřícím pomohou i slova útěšná a povzbudivé modlitby. Tyto zážitky, vzpomínky a myšlenky si ukládáme do příhrádky paměti, kterou můžeme nazvat **zapamatovaná pohoda**. Já k tomu jen dodám, že od momentu, kdy jsem si tenhle "návod" přečetla, se snažím více soustředit na to krásné v životě a schválně si tuhle příhrádku naplňovat, co to jde. Je to příjemné. Vyzkoušejte to taky, jestli se Vám bude chtít.*



Sledujte Zrcadlo | RSS
Pozdní prázdniny

BY FEEDBURNER

Volby reklamy

albert camus

smysl života