

Univerzita Palackého v Olomouci
Cyrilometodějská teologická fakulta
Katedra křesťanské výchovy

Mgr. Sylva Krčálová

Neuróza v životě křesťana

Diplomová práce

Vedoucí práce: Ing. Mgr. et Mgr. Peter Tavel, PhD.

Studijní obor: křesťanská výchova

2011

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně s využitím uvedených pramenů a literatury.

V Brně dne 14. dubna 2011

Obsah

Úvod	3
1 Teoretická část	5
1.1 Neuróza z medicínského hlediska	5
1.1.1 Rozdělení neuróz a jejich možné příčiny	5
1.1.2 Psychologický obraz neuróz	8
1.2 Strach	9
1.2.1 Strach a agrese	9
1.2.2 Existenciální strach	10
1.2.3 Strach z náboženského pohledu	10
1.3 Léčba neurózy	11
1.3.1 Léky	11
1.3.2 Psychoterapie	11
1.3.3 Hlubinná psychoterapie	12
1.3.4 Logoterapie	12
1.3.5 Kognitivně-behaviorální terapie	13
1.3.6 Skupinová terapie	13
1.3.7 Terapeutický potenciál křesťanství	13
1.3.8 Zdravý životní styl	14
1.3.9 Sebepoznání a „práce na sobě“	14
1.4 Neuróza na podkladě života křesťana	15
1.4.1 Falešné obrazy Boha podle Frielingsdorfa	15
1.4.2 Nezdravá spiritualita: falešná askeze	18
1.4.3 Potlačování sexuality a emocí	19
1.4.4 Úzkost z pocitu viny při nedodržení křesťanských pravidel	21
1.4.5 Svobodná vůle a její omezování vlivem sekt a závislostí	23
1.4.6 Syndrom vyhoření	24
1.5 Léčebný vliv duchovního života	25
1.5.1 Modlitba a eucharistie	25
1.5.2 Svatí přímluvci	25
1.5.3 Pomoc ze strany církve	26
1.5.4 Duchovní a terapeutická pomoc	27
1.5.5 Vztah křesťana k tělu a k duši	28
1.5.6 Tělesné vyjádření lásky	28
1.5.7 Život křesťana podle pravdy	29
2 Praktická část	31
2.1 Zkušební rozhovor – žena, 53 let, svobodná	31
2.1.1 Komentář ke zkušebnímu rozhovoru	32
2.2 Rozhovor č. 1 – žena, 33 let, svobodná	32

2.2.1	Komentář k rozhovoru číslo 1	37
2.3	Rozhovor č. 2 – žena, 22 let, svobodná	37
2.3.1	Komentář k rozhovoru číslo 2	39
2.4	Rozhovor č. 3 – muž, cca 38 let, ženatý	40
2.4.1	Komentář k rozhovoru číslo 3	40
2.5	Rozhovor č. 4 – žena, 35 let, svobodná	41
2.5.1	Komentář k rozhovoru číslo 4	43
2.6	Rozhovor č. 5 – muž, 60 let, svobodný	44
2.6.1	Komentář k rozhovoru číslo 5	45
2.7	Rozhovor č. 6 – žena, 33 let, vdaná	46
2.7.1	Komentář k rozhovoru číslo 6	48
2.8	Rozhovor č. 7 – žena, 36 let, svobodná	48
2.8.1	Komentář k rozhovoru číslo 7	50
2.9	Rozhovor č. 8 – muž, 38 let, svobodný	50
2.9.1	Komentář k rozhovoru číslo 8	52
2.10	Rozhovor č. 9 – žena, 46 let, vdaná	52
2.10.1	Komentář k rozhovoru číslo 9	55
2.11	Rozhovor č. 10 – muž, 59 let, svobodný	56
2.11.1	Komentář k rozhovoru č. 10	59
2.12	Rozhovor č. 11 – žena, 35 let, svobodná	59
2.12.1	Komentář k rozhovoru č. 11	62
2.13	Rozhovor č. 12 – muž, 41 let, ženatý	62
2.13.1	Komentář k rozhovoru č. 12	64
2.14	Rozhovor č. 13 – žena, 49 let, vdova	64
2.14.1	Komentář k rozhovoru č. 13	67
2.15	Závěrečné shrnutí	68
Závěr		70
Summary		72

Úvod

Téma diplomové práce „Neuróza v životě křesťana“ jsem si zvolila na základě vlastních zkušeností z doby, kdy jsem se v mysli pohybovala na hraničním poli mezi psychologií a teologií. Témata na pomezí těchto oborů často publikuje německý autor Grün, benediktinský mnich. Sama jsem též prošla terapií, která pracovala s křesťanskou modlitbou jako uzdravujícím prostředkem. Zde jsem poznala, jak psychika a prostředky duchovního života spolu souvisí a vzájemně se ovlivňují. Jelikož jsem křesťanka a byla mi odborným lékařem (psychiatrem) diagnostikována nejprve úzkostně-depresivní porucha – později psychologem označena za generalizovanou úzkostnou poruchu –, téma mé diplomové práce je tedy současně tématem velmi osobním. Dva roky jsem docházela na kognitivně-behaviorální terapii, nyní se třetím rokem účastním jako klientka hlubinné psychoterapie.

Ve své práci bych se chtěla zaměřit na to, jak neurotičtí lidé jako já prožívají svou křesťanskou víru a zda nějaký způsob prožívání či postoj může křesťana k neuróze přivést. Dalo by se říci, že budu zjišťovat, zda se křesťan ve svém životě setkal s neurózou.

Tato práce sestává ze dvou částí. První část obsahuje poznatky z psychiatrie a psychologie, co se týká druhů neurózy, jejích příčin, vzniku a průběhu. Hledá styčné body s oblastmi, kde se v životě křesťana vyskytují neurotické rysy. Praktickou část tvoří třináct rozhovorů, jejichž jádrem bylo ověření teoretických poznatků. Za každým rozhovorem následuje komentář.

V praktické části bylo nutné stanovit si výzkumné otázky, ze kterých budu vycházet, a potom prostřednictvím osobních rozhovorů tyto otázky ověřit.

1. Výzkumná otázka č. 1: Může mít úzkostlivé dodržování křesťanských pravidel může podíl na vzniku neurózy?
2. Výzkumná otázka č. 2: Může mít asketické potlačování vlastní vůle a potřeb neblahý vliv na psychiku člověka?
3. Výzkumná otázka č. 3: Má perfekcionistická snaha podobat se Kristu v jeho nasazení pro spásu světa za následek stav tělesného a duševního vyčerpání?
4. Výzkumná otázka č. 4: Může slepé odevzdání se do poslušnosti člověku ve svém důsledku narušit svobodné rozhodování a vést až k manipulaci?
5. Výzkumná otázka č. 5: Je modlitba prostředek při léčbě neurózy?

Je známo, že někteří křesťané trpí tzv. skrupulozitou, mají příliš úzké svědomí a za vším vidí hříchy. Domnívám se, že pokud se po nich vyžaduje častá zpověď, může to jejich úzkost ještě zvyšovat.

Člověk umí potlačovat svoji vůli. Křesťanství zná hodnotu askeze a na příkladech svatých, jako byl Maxmilián Kolbe, vidíme, jak chvályhodné je obětovat se za druhé. Na druhé straně musíme odmítnout fundamentalismus, kdy lidskou oběť atentátníka nelze považovat za askezi, ale za sebevraždu. Mnohdy docházelo v historii k válkám ve jménu Boha.

Poslouchat autoritu je jistě vhodné, nesmí se však jednat o sektářskou autoritu. Všeho s mírou. Přijmout zodpovědnost za vlastní život přináší mnoho úskalí, ale neznamená to, že by se měl člověk své zodpovědnosti vzdát a složit ji na bedra někomu jinému.

Pokud se člověk dostane do nebezpečí a má úzkosti, začíná se modlit. Mám vlastní zkušenost z dětství, kdy jsem se ztratila v cizím městě, začala jsem se modlit modlitby, které mě v předškolním věku učila moje babička. Moji rodiče mne ve víře nevychovali a babička mi nikdy neřekla, že se mám modlit, když budu mít strach. Intuitivně jsem se začala modlit v úzkosti. Až v patnácti letech jsem začala svoji katolickou víru praktikovat. Úzkost tedy může stát i na počátku křesťanské víry.

Mottem diplomové práce by mohl být citát, že Bůh zraňuje i léčí. Dopouští nemoc v podobě neurózy a současně poskytuje přirozené i nadpřirozené prostředky, jak se z této nemoci uzdravit.

„Tak praví Hospodin: V soužení po mně budou toužit: Nuže, vraťme se k Hospodinu! On nás rozdrásal a on nás uzdraví, on nás zranil a on nás obváže. Po dvou dnech nám vrátí život, třetího dne nás vzkřísí, před jeho tváří budeme žít.“ (Oz 5,15d, 6,1–2)¹

¹Liturgie hodin: Dominikánský breviář. Krátké čtení pro ranní chvály o Bílé sobotě. Dostupný z WWW: <http://breviar-op.cz/>.

1. Teoretická část

1.1 Neuróza z medicínského hlediska

1.1.1 Rozdělení neuróz a jejich možné příčiny

Každý z nás byl někdy nervózní, nebo měl trému, nebo se styděl nebo na druhém člověku nervozitu pozoroval. K typickým projevům patří motorický neklid, nervózní popocházení, muchlání kapesníku nebo bezúčelné, jakoby nevědomé zaměstnávání rukou při komunikaci. V čem to vlastně spočívá, když je někdo nervózní? Co to vlastně je neuróza?

Neuróza je souhrnný název pro psychické poruchy, které jsou charakterizovány tělesnými nebo duševními obtížemi, pro něž nebyl zjištěn při lékařském vyšetření organický podklad, tj. prokazatelné poškození příslušných tělesných orgánů. Jedná se o poruchu centrálního nervového řízení, která je způsobena duševními příčinami.

V tradičním pojetí neuróz rozlišuje Kratochvíl v knize Jak žít s neurózou neurózy úzkostné, fobické, nutkavé, depresivní, neurastenii, hysterii a hypochondrii.

K tělesným potížím neurotiků obecně patří: bolesti hlavy, závratě, tlak či píchání u srdce, tlak či bolest v žaludku, říhání, nechutenství, zvracení, průjmky, třes rukou nebo chvění či záchvaty křečí celého těla, poruchy chůze či pohyblivosti končetin, ztráta hlasu, nadměrné pocení, pocity mravenčení, brnění či svědění, některé poruchy zraku a sluchu a bolesti v nejrůznějších částech těla. Mezi duševní potíže se řadí: stavy napětí a podrážděnosti, pocity vyčerpanosti a nepřiměřené únavy, deprese, záchvaty úzkosti (člověk má strach a neví z čeho), nutkavé myšlenky (např. neustále přemýšlí nad tím, zda zamkl, a následně opakovaně kontroluje, zda je opravdu zamknuto), fobické strachy (z ostrého předmětu, z dopravních prostředků, z uzavřené místnosti), poruchy spánku, sebepodceňování nebo naopak pocit velké důležitosti, nadměrné přemýšlení o věcech, neschopnost se rozhodnout, nejistota ve vztazích k lidem nebo nadměrná závislost na jiných a malá samostatnost [19, str. 11–12].

Pacient s neurastenií se cítí napjatý, nespokojený, neklidný a podrážděný, snadno se rozcílí, ale také se rychle unaví a ochabne. Nedokáže se soustředit, trpí bolestmi hlavy, zvýšenou potivostí, pocity brnění nebo mravenčení v končetinách, nespavostí: buď nemůže usnout, nebo se opakovaně budí a ve dne se cítí vyčerpaný.

Úzkostný pacient trpí opakující se úzkostí. S úzkostí bývá spojeno: zrychlené dýchání, zrychlený tep, bušení srdce, slabost v nohou, pocity chladu nebo tepla, nechuť k jídlu, zvýšené pocení.

Fobickou neurózou rozumíme nepřiměřený strach z určité konkrétní situace, osoby nebo předmětu. Pacient nedovede strach překonat a příslušné situaci se vyhýbá (strach z výšek, ze psů, z uzavřených prostorů, z bacilů, z rakoviny, z ostrých předmětů).

Nutkavá neuróza spočívá v myšlenkách, které se pacientu proti jeho vůli vracejí. Vnucují se mu pochybnosti, zda zamkl a nutí ho opakovaně se vracet a kontrolovat, zda je vše v pořádku apod. Člověk těmito nutkáním vyhoví jen tehdy, pokud nejsou v rozporu s jeho mravním přesvědčením.

Depresivní neuróza se vyznačuje převážně smutnou náladou, pacient má sklon k sebepodceňování a sebeobviňování, k pláči, zabývá se myšlenkami na sebevraždu.

Hysterická neuróza má rozmanité příznaky, které navazují na dramatickou událost. Jedná se o následné ochrnutí, ztráta schopnosti se pohybovat, záchvaty nutkavého pláče, smíchu nebo třesu celého těla. K hysterickému charakteru patří nepravdivost, chorobný egoismus a vypočítavost. Hysterik trpí chudobou zážitku, což způsobuje, že je ovlivnitelný a schopný přeměnit duševní stav v tělesný symptom. Projevuje se teatrálně, je zaměřený na dojem, jeho projevy jsou hrané a strojené. Hysterik potřebuje publikum. Pomoc je v tom, že mu jiní požadované publikum nevytvářejí.¹

Hypochondrická neuróza má za průvodní jev přehnané obavy o vlastní zdraví. Pacient na sobě pozoruje příznaky nemoci, kterými netrpí [19, str. 26–31].

V této práci budeme chápat pojem neuróza zvláště z hlediska úzkostných stavů. „Úzkost je psychický jev. Není jen psychickým prožitkem, ale úzkost doprovází mnoho tělesných příznaků.“ [14, str. 17] Nakonečný definuje úzkost jako stav silného vnitřního napětí provázený pocitem stísněnosti a jakési neblahé předtuchy [23, str. 164]. „Základní charakteristikou úzkostného jedince je, že vnímá nebezpečí tam, kde je zdravý člověk nevidí.“ [23, str. 27] Reaguje takzvaně nervózně, pociťuje neklid, tenzi, bušení srdce, mučivé a tísnivé pocity. Přitom pocit nebezpečí může být buď imaginární, nebo tento pocit vyvolala situace, která zdravého člověka nevyvede z rovnováhy.

Honzák v knize Úzkostný pacient diagnostikuje generalizovanou úzkostnou poruchu (dříve úzkostná neuróza) u pacientů, kteří jsou plaší, nevýbojní, opatrní, lekaví. Dále rozlišuje úzkostné poruchy na fobie a úzkostně-depresivní poruchy. Posledně uvedená porucha se vyznačuje nižším vlastním sebehodnocením a nižší důvěrou ve vlastní schopnosti, poruchami spánku, výraznější únavou a sníženou energií. Nejčastější příznaky úzkostných pacientů jsou zejména poruchy spánku. Zatímco úzkostní pacienti nemohou usnout, tak depresivní pacienti se probouzejí po půlnoci nebo nad ránem. Další příznaky jsou kardiovaskulární (pacienti někdy popisují úzkost jako důsledek srdečních pocitů), bolesti hlavy (tenzní bolest hlavy může být jak každodenní, tak epizodická), bolesti zad, obtíže při trávení (nechutenství, pocit plnosti a tlaku po jídle, pálení žáhy, zvracení, plynatost, kručení, přelévání, zácpa, průjem), kožní projevy (červenání, blednutí, kožní defekty, okusování nehtů, hnísající záděry, poruchy acné excoriée – ožďibování kůže na obličeji, rtech, na rukou a nohou). Mezi psychické projevy úzkostných poruch patří: strach ze smrti, ze zešílení, pocity depersonalizace a derealizace, nepřiměřené obavy a zlé předtuchy, vnitřní chvění, problémy s koncentrací pozornosti, snížené libido.

Janíček v knize Když úzkost bolí dělí úzkostné poruchy na fobické, kam zahrnuje agorafobii – masivní záchvaty úzkosti v davu, při cestování či doma, v situacích, kde není úniku nebo kde se ocitáme sami. K fobickým poruchám řadí ještě sociální fobie, které se projevují strachem z komunikace. Druhou skupinu úzkostných poruch pak tvoří tzv. jiné úzkostné poruchy, a to panické poruchy – masivní záchvaty úzkosti, generalizovaná úzkostná porucha, kde jde o trvalou přítomnost úzkosti, a smíšenou úzkostně-depresivní poruchu, kde působí úzkost a deprese dohromady.

¹FRANKL, VIKTOR: *Die Psychotherapie in der Praxis. Eine kasuistische Einführung für Ärzte.* Wien: Verlag Franz Deuticke, 1975. 272 s. ISBN 3-456-30526-5 In [34, str. 155].

Výčet úzkostných poruch můžeme doplnit podle Praška [30, str. 50] o posttraumatickou stresovou poruchu a obsedantně-kompulzivní poruchu. Posttraumatická stresová porucha se rozvíjí po emočně těžké, stresující události (válečné události, přírodní katastrofy, traumata způsobená lidmi – přepadení, znásilnění). Typickým příznakem je extrémně dlouhá reakce na traumatickou událost, opakované nechtěné rozpomínání se na trauma. Při obsedantně-kompulzivní poruše obtěžují pacienta vtíravé, nepříjemné myšlenky – obsese, obavy, že se něco stane, co bude mít katastrofické následky. Kompulze je jednání, které zmírňuje nepříjemný pocit – jde o nadměrnou činnost. „Například u lidí, jejichž obsese se týká bakterií nebo kontaminace, kompulze obvykle zahrnují opakované čištění a mytí nebo úzkostlivé vyhýbání se odpadkům a nepořádku.“² Někteří autoři (Kennerleyová) řadí k úzkostným poruchám také stres z přepracování neboli syndrom vyhoření.

Co je příčinou úzkostného ladění osobnosti? Janíček uvádí perfekcionismus rodičů, úzkostlivou výchovu, prožitek silného dramatu. V dospělosti vlastní přehnaná orientace na výkon, působení dlouhodobého stresu. „Živnou půdou může být i závislá porucha osobnosti, pro kterou je typické podřizování vlastních potřeb jiným osobám, na nichž je (postižená osoba) závislá a přílišné vyhovování jejich přáním podobně jako povzbuzování jiných a dovolování jim, aby přebírali za dotyčnou osobu zodpovědnost při důležitých životních rozhodnutích.“ [17, str. 28] Kratochvíl vidí hlavní příčiny neuróz v různých zážitcích duševního rázu, které jedinec nedokáže dobře zvládnout (např. ztráta nejbližšího člověka, prožití přírodní katastrofy nebo závažné dopravní nehody). Příčiny nachází také v životní minulosti pacienta. Opakuje se znovu to, co se ho v minulosti silně dotklo a učinilo ho nepřiměřeně citlivým. Častěji bývají mezi příčinami neuróz méně silné, ale zato dlouhodoběji působící konfliktové situace: život v napětí, život v konfliktech, život v nejistotě, v hádkách, v nevyřešených problémech, porušené základní mezilidské vztahy, problémy v sexuálním životě.

U sexuálních neuróz je přítomná anticipační úzkost. Patogeneze reaktivních sexuálních neuróz spočívá v tom, že se sexualita stává pouze prostředkem k dosažení cíle. Ze sexuálního života se dělá sexuální technika. Frankl zdůrazňuje, že lidská sexualita je vždy něčím víc než jenom sexualitou. Je výrazem lásky. A pokud jí není, tak není možné dosažení plného sexuálního prožitku [34, str. 146–147].

Od neuróz odlišujeme psychózy. „Psychóza nemá příčinu duševní, jako je tomu u neuróz, ale tělesnou.

U psychóz jsou zastoupeny dvě nejdůležitější formy: maniodepresivita a schizofrenie.“ [34, str. 139] U maniodepresivní psychózy dominuje porucha nálady ve smyslu minus. Pocity smutku zoufalství a beznaděje se střídají s mánií, kdy pacienti například impulzivně uzavírají různé smlouvy či utrácí značné finanční částky.

Pokud pacientovi hrozí nebezpečí, je třeba ho léčit v nemocnici. Při léčbě se postupuje chemicky – léky, případně fyzikálně-elektrickými šoky. Důležitá je psychoterapie, protože je zaměřena na důvěru v uzdravení a trpělivost se sebou samým [34, str. 142].

²Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Obsedantně kompulzivní porucha [online]. c2011 [citováno 11.04.2011]. Dostupný z WWW: http://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Obsedantn%C4%9B_kompulzivn%C3%AD_porucha&oldid=6683726.

Schizofrenie je nemoc, která má více forem a průběhů. Obvyklá bývá nespavost, časté halucinace – zvláště sluchové, bludy, mylná přesvědčení, že jej chce někdo zabít a podobně. V případech těchto onemocnění je nutná farmakologická léčba a podpůrná psychoterapie [3, str. 197–198].

1.1.2 Psychologický obraz neuróz

Úzkost je z psychologického hlediska stav silného vnitřního napětí provázený pocitem stísněnosti a jakési neblahé předtuchy [23, str. 164]. Ze známých psychologů se neurózou a její léčbou zabýval Freud, zakladatel psychoanalýzy. „Freud skutečně poukázal na význam pudových sil, ale ne v tom smyslu, že se máme jimi nechat totálně ovládat a snažit se za každou cenu vždy uspokojit. Spíše hledal souvislosti mezi uspokojením, frustracemi a současnými potížemi pacienta [3, str. 222]. „Podle Freuda úzkost pramení z vytěsněných pohnutek. Pokud sexuální energie nemá možnost vybití, vyvolá v těle fyzické napětí, jež se přemění v úzkost. Neurotická úzkost pramení ze strachu z těch pohnutek, jejichž odhalení či uspokojení by přivolalo vnější nebezpečí.“ [16, str. 50]

Na Freudův výklad vzniku neurózy navazuje neopsychoanalytička Horneyová, když v knize Neurotická osobnost naší doby píše, že pokud kulturní postoj k sexualitě je záporný, mohou sexuální pohnutky vyvolat vnější nebezpečí. Charakteristickými znaky neurotiků jsou :

1. nadměrná závislost na souhlasu či citovém přijetí druhých lidí,
2. pocity méněcennosti a nedostatečnosti,
3. neumí říci „ne“, jestliže se nechtějí podřídit přání druhých, obtíže při rozhodování, neschopnost plánovat,
4. potíže spojené s agresí,
5. v sexuální oblasti : kompulzivní potřeby nebo inhibice vůči sexuálním aktivitám (impotence, frigidita) [16, str. 24].

Ad 1 : Touha po citové náklonnosti je u neuróz častá. Člověk má strach z úspěchu – bojí se nepřejít závisť druhých lidí a má strach ze ztráty jejich náklonnosti. Na druhé straně má strach z neúspěchu, protože se bojí ponížení [16, str. 135].

Ad 2 : Sem patří neurotické pocity viny [16, str. 147] Pokud se něco pokazí, neurotik předpokládá, že je to jeho vina.

Ad 3 : Neurotik touží po opuštění vlastního já [16, str. 175]

Ad 4 : V masochistických sklonech je obsažen pocit být hlínou v rukou hrnčíře, být zbaven svobodné vůle [16, str. 171]

Ad 5 : Kratochvíl také potvrzuje přítomnost neurotických poruch sexuální funkce. U mužů jsou to poruchy erekce neboli impotence (napřímení a zvětšení pohlavního údu), předčasná ejakulace (předčasný výron semene), sexuální poruchy u žen jsou frigidita (pohlavní chladnost a nevzrušivost), chybění orgasmu (pocitového vyvrcholení), vaginismus (křečovitý stah svalstva kolem poševního vchodu, který znemožňuje soulož) [19, str. 153].

Hlavní roli v procesu a ve vývoji neurózy hraje podle Horneyové problém já. Je to proces opouštění reálného já ve prospěch idealizovaného já [15, str. 331]. Neurotik touží po dokonalosti, před očima má stále svůj dokonalý obraz: „Měl bys být schopen všechno vydržet, všemu rozumět, mít každého rád, být vždy výkonný.“ Požadavky, které na sebe neurotik má jsou pochopitelné, ale příliš náročné a přísné. Pod tlakem vnitřního stresu se může odcizit svému pravému já [15, str. 15 a 40].

Podle Jungovy psychologie je vědomé já souborem psychických komplexů – uskupení obrazů, myšlenek, pocitů a schopností. Jungovou snahou je dojít k individuaci, jejímž prvním krokem je to, že člověk odliší vědomé já od masky, kterou nosí před ostatními lidmi. Jung masku nazývá persona. Persona je tvář, kterou obrácíme ven k světu v procesu socializace vědomého já. Problém odlišení vědomého já a persony může být velmi palčivý v náboženském životě – lidé jsou vystaveni pokušení příliš se identifikovat s vlastní prací, funkcí nebo názorem, který o nich mají druzí.

Podle Alfreda Adlera smysl neurózy spočívá v posledku v tom chtít být jako Bůh. Každá neuróza je zoufalý pokus podobat se Bohu, to znamená, že člověk přesáhne svoje možnosti doslova do nekonečna, přičemž proti strachu nasazuje zoufalou vůli dostat ze sebe něco, co se podobá absolutnu. Člověk propadá zoufalství a pocitům méněcennosti, je rozkolísaný, reaguje na to znovu dalšími přemrštěnými myšlenkami. V rámci psychoanalýzy se tyto procesy musí popsat jako zprostředkované z vnějšku, jako následek výchovy, ve stínu vlastní matky, ve stínu vlastního otce, jako dědictví vlastního životopisu [6, str. 43].

Úzkostný neurotik má úzkostné očekávání, že záchvat úzkosti, který už jednou měl, se objeví znova. Může se objevit i hanba ze strachu. Mechanismem všech úzkostných neuróz je strach ze strachu.

Je možné pozorovat mechanismus takzvaného strachu ze strachu. Jestliže má někdo sklon k pocení, začne se při setkání s nadřízeným bát, že se mu začne potit ruka, a na základě tohoto strachu se mu ruka začne skutečně potit. Nakonec se bojí toho, že se začne bát, a tak se dostává do bludného kruhu, že obava je matkou události, tak jako je přání otcem myšlenky [34, str. 145].

1.2 Strach

1.2.1 Strach a agrese

S neurózou souvisí strach a se strachem agresivní chování. Když máme z něčeho strach, třeba studenti před zkouškou, jsme nervózní a dost možná se s někým i pohádáme, jsme přehnaně kritičtí ke svému okolí, ironičtí – jsme zkrátka agresivní. „Psychoanalyticky můžeme zjistit, že lidé pociťují v okamžiku strachu agresivní sklony. Chtějí se bránit, musí se chránit, jsou nuceni do jedné z alternativ: útok nebo útěk. Buď protivníka předstihnout úderem, zahnat ho na útěk, nebo utéci sám. Faktor agresivity v nás leží a je spuštěn přes práh strachu.“ [6, str. 27 a 29]

Strach je místo, kde se mohou psychoanalýza a teologie setkat. Jsou si blízko ve

vítězství nad strachem, zde se lidem osvědčuje ochrana Boží.³ Existuje také strach z náboženství. Není to zřídka jev. Také do křesťanství vstoupila v souvislosti s Kristovým křížem rutina a perfekcionismus ve formě askeze, sebepotlačování, morální cenzury, dobrovolně vynuceného utrpení. V katolické církvi se podporuje poslušnost, závislost, konzervativismus, ale ne odvaha, ne inovace, ne fantazie, ne kreativita, ne poezie, ne lyrika, ne síla být individuem [6, str. 52].

1.2.2 Existenciální strach

Podle Kierkegaarda je strach základním problémem lidské existence [6, str. 78]. „Moderní člověk poznává strach ve více formách. Je to strach ze ztroskotání, strach z úpadku výkonu, strach být sám, strach z nemoci, z bolesti, z utrpení, z rozpadu vztahu, strach ze ztráty smyslu života, ze zoufalství, strach z chaosu a strach ze smrti.“⁴

Strach ze smrti je nejsilněji prožívaný cit, který člověk může mít. V psychologii tento strach označujeme jako archaický strach.⁵ Současná existenciální filozofie předkládá tvrzení, že strach člověka je strachem z nicoty. Frankl konstatuje, že nicota člověka není nic mimo něj, ale něco v jeho nitru. Člověk má strach ze své vnitřní prázdnoty, ze samoty, neboť samota znamená zůstat sám se sebou.⁶

1.2.3 Strach z náboženského pohledu

Drewermann zastává názor, že náboženství bible netišilo vždy strach. Mám na mysli, jak speciálně v křesťanství funguje strach ze satana, věčného ohně, strach z pekla a odpovídající strach ze hříchu, tak i nakonec strach, že spadneme z rukou milujícího Boha, a působí analogicky jako strach malého dítěte, které má strach ztratit lásku matky. Tento strach může být na mnoho způsobů ritualizován, může být považován málem za svátost a za dokonalost.⁷

Drewermann současně chápe, jak je těžké strach překonávat, když strach člověka svazuje udělat krok na cestě k větší zralosti. V jednom rozhovoru se vyjádřil takto: „Potom vždy, když dochází duševní vývoj do fáze, kde se utvoří uzel ve vývoji, kde síly

³[6, str. 67] „Nirgendwo sind Psychoanalyse und Theologie einander näher als im Sieg über die Angst, als in der Bewährung des Menschen durch die Bewahrung in Gott.“

⁴[6, str. 21] Jeziorowski: Der moderne Mensch kennt vielfache Angst. Es gibt Angst vor dem Scheitern, Angst vor dem Leistungsabfall, Angst vor dem Alleinsein, Angst vor Krankheit, Angst vor Schmerzen, vor Leiden, vor gescheiterter Beziehung, Angst vor Sinlosigkeit, vor Verzweiflung, Angst vor dem Chaos und Angst vor dem Tod Wie begegnet das Evangelium der Angst? Gibt es Gnade für den Geängstigten?“

⁵BOROŠ, JÚLIUS Psychologické aspekty zmyslu a kvality ľudského života (so zreteľom na stredoškóľákov, vysokoškóľákov a dôchodcov). *Pedagogická revue*, č. 1, roč. 52, s. 52–62. In [34, str. 66].

⁶FRANKL, VIKTOR EMANUEL: *Teorie a terapie neuróz. Úvod do logoterapie a existenciální analýzy*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 1999, ISBN 80-7169-779-6 In [34, str. 113].

⁷[6, str. 21] „Ich glaube, dass die Religion der Bibel nicht immer nur angstlindernd war. Sie hat auch in vielfachen Formen selber enorme Angst produziert. Ich denke daran, wie speziell im Christentum die Angst vor der Satan, die Angst vor dem Fegefeuer, die Angst vor der Hölle, die Angst entsprechend vor der Sünde, also im letzten die Angst, endgültig aus der Hand eines liebenden Gottes herausfallen zu können, ganz analog zu der Angst eines kleinen Kindes, die Liebe seiner Mutter zu verlieren, in vielerlei Weisen ritualisiert, sakramentalisiert, perfektioniert werden konnte.“

já nejsou dostatečně silné integrovat nově vzniklé požadavky, znamená duševní zralost strach a je velká tendence vrátit se zpět na vyzkoušené strategie pojištění proti strachu. Stojí to pak mnoho úsilí opustit získané způsoby řešení a vyzkoušet něco opravdu nového. Tato hra zpětného obrácení a pokroku, regrese a progrese, musí být dostatečně elastická, aby utišila strach úzkostného člověka. Neměly by se mu předepisovat hotové cesty, ale měli bychom být s ním, když on nás považuje za potřebné.“⁸

1.3 Léčba neurózy

„Úzkost se stává nemocí tehdy, když nám znemožňuje vykonávat samozřejmé, rutinní činnosti nebo jejich realizaci významně omezuje.“ [17, str. 19] Člověk má například každý den před odchodem do práce průjem, protože se bojí, co těžkého ho ten den čeká, necítí se dobře, v žaludku má pocitově kámen, nemá chuť k jídlu a v noci nemůže spát. V takovém případě je dobré, aby vyhledal odbornou pomoc. Neurózu léčí odborný lékař pomocí léků a současně psycholog nebo psychoterapeut za pomoci psychoterapie. „Jsou lidé, kterým pomáhá modlitba, naděje, doufání.“ [14, str. 36] Zdravý duchovní život může mnoha (psychicky nemocným) pacientům pomoci [3, str. 165].

Generalizovaná úzkostná porucha (trvalá přítomnost úzkosti) se léčí zejména anti-depresivy a psychoterapie pomáhá úzkostnému člověku osvobodit se od závislosti na druhých, uvědomit si svou hodnotu, naučit se odvaze postavit se za sebe. Buduje tak sebevědomí, které je nejlepší ochranou před úzkostí [31, str. 73 a 79].

1.3.1 Léky

Psychiatr předepisuje zpravidla tyto léky : antidepressiva – upravují náladu, zlepšují spánek, mnohá působí i proti úzkosti, dále anxiolytika – mírní úzkost a zlepšují spánek, a hypnotika – léky na spaní. Psychiatrické léky nejsou drogy. Může sice existovat závislost na některých z nich, ale pokud jsou indikovány a užívají se přiměřenou dobu a pod lékařským dohledem, nemusíme se závislosti bát [3, str. 213].

1.3.2 Psychoterapie

Základem každé psychoterapie je terapeutický vztah. V tomto vztahu oboustranné důvěry a spolupráce se pak odehrávají změny, jež mají pomoci na cestě ke zdraví [14, str. 111]. Pokud je terapeut nevěřící, záleží na tom, zda dokáže víru akceptovat.

⁸[6, str. 36] „Immer dann, wenn in der seelischen Entwicklung eine Phase entsteht, wo ein Knoten der Entwicklung sich bildet, wo die Ich-Kräfte noch nicht stark genug sind, die neuentstehenden Forderungen wirklich zu integrieren, bedeutet jede seelische Reifung Angst, und die Tendenz ist gross, rückwärts auf die schon erprobten Strategien der Angstsicherung zurückzugreifen. Es kostet dann sehr viel, die noch einmal aufgegriffenen Lösungswege zu verlassen und etwas wirklich Neues zu probieren. Dieses Spiel der Rückwärtswendung und des Fortschritts, der Regression und der Progeression, muss wieder elastisch genug sein, um Angst ein Stück weit mit den alten Modellen zu beruhigen und mit neuen Modellen zu beantworten. Begleitung ist dabei das beste Stichwort, wie man Angst beruhigen kann im Umgang mit einem geängstigten Menschen. Man sollte ihm nicht die Wege fertig vorschreiben, aber unbedingt bei ihm sein, wenn er uns nötig hat.“

V případě věřícího terapeuta je zde výhoda, že se v náboženských otázkách lépe orientuje a dokáže snáze odlišit, co je plodem nezdravé spirituality a co je spíše psychickým problémem [3, str. 226–227].

1.3.3 Hlubinná psychoterapie

Podle psychoanalýzy patří úzkost do psychoneuróz, ty jsou výsledkem nevyřešených problémů ve falické fázi, tj. ve vývojové fázi 3–6 let, kdy dítě pociťuje slast v oblasti genitálu [14, str. 111]. K hlubinné psychologii patří práce se snovým materiálem pacienta. Sny obsahují často symboly, mluvíme o tzv. symbolických snech. „Musíme se opět učit, že symboly zprostředkovávají realitu, která nemůže být sdělena jinak než touto řečí. Existují pravdy, které se dají sdělit jen jako mýtus, pověst, pohádka. Dokud se nenaučíme brát poselství snu vážně, budeme vždy znovu ztroskotávat na špatných rozhodnutích.“ [6, str. 89]

K nejpovolnějším psychologům pro výklady snů patří bezpochyby Jung a Freud. Jejich následovníci a následovnice využívají práce se snovým materiálem v psychoterapeutické praxi. Například jungiánská analytička Eleanora M. Woloy, M. D., se zabývá komplexní symbolikou psa v mytologii, snech a fantazijním materiálu svých pacientů. V její knize, která vyšla v češtině pod názvem „Pes a lidská duše“ [36, str. 54] se dočteme, že v mytologii mnohých národů je symbol psa spojený s procesem léčení a uzdravování, stojí na hranici, která odděluje život od smrti. Ve snech pacientů vystupuje pes jako symbol vnitřních instinktů snícího, často jako ten, který se stará o dítě, jímž je snící sám. Autorka knihy poukazuje též na skutečnost, kdy podle pověsti o založení Říma odchovala dvě děti Romula a Rema vlčice. V některých snech vystupuje místo psa také medvěd. Harold Searls došel po rozboru snového materiálu svých pacientů k názoru, že obraz zvířete možná představuje já ve zvířecí formě. Objevení se takového zvířete může symbolizovat začátek procesu obnovení sebeúcty.⁹

1.3.4 Logoterapie

Logoterapie poskytuje pomoc při hledání smyslu [34, str. 150]. Logoterapie spadá do druhu psychoterapie, které říkáme existenciální, zabývá se totiž smyslem života člověka. Otcem logoterapie je Viktor Frankl. Smyslem života není podle Frankla sebe-realizace, ale transcendence [34, str. 25]. Frankl se zabýval studiem a léčbou neuróz. Zjistil, že úzkostný neurotik se dokáže vytrhnout ze začarovaného kruhu svých úzkostných myšlenek, když se naučí odvádět svou pozornost od příznaku nemoci a když se dokáže sám upnout na nějakou věc, která udělá jeho život smysluplným a důstojným. Dochází k sebepřesazení, tj. k sebetranscendenci. Úlohou terapie je vysvětlit, že člověk nemá před strachem utíkat, že strach z následků se má naopak změnit v přání těchto následků, čímž strach ztrácí účinnost. Velikou pomocí je humor, který pomáhá obávané následky ironizovat, odlehčit, a tak překonat.¹⁰

⁹SEARLS, HAROLD *The Nonhuman Environment*, New York: International University Press, 1960. Str. 261–268. In [36, str. 87].

¹⁰FRANKL, VIKTOR EMANUEL: *Teorie a terapie neuróz. Úvod do logoterapie a existenciální analýzy*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 1999, ISBN 80-7169-779-6. In [34, str. 145].

1.3.5 Kognitivně-behaviorální terapie

Při této terapii se využívá nácviku, který směřuje ke změně chování, myšlenkových postupů, názorů a postojů. Patří sem i trénink řešení problémů. Specialistou v tomto druhu psychoterapie je např. Ján Praško, lékař a autor četných odborných publikací [29]. Praško podává návod, jak komunikovat asertivně, jak si vést tabulky o dovednostech, na jejichž zlepšení klient nebo klientka pracuje. Nevýhodou kognitivně-behaviorální terapie je, že nesměřuje k příčinám poruchy.

1.3.6 Skupinová terapie

Skupina pacientů a terapeut tvoří terapeutickou skupinu. Zde popíšeme fungování terapeutické skupiny, jak ji popisuje S. Kratochvíl, známý psychoterapeut. Členové skupiny se opakovaně schází a spolu o sobě hovoří. Buď se jedná o uzavřenou skupinu, kdy pacienti společně léčbu začínají a společně ji končí, nebo se složení skupiny mění. Průběh skupinového sezení většinou není předem plánován. Program se může zaměřit na jednotlivce, na témata nebo na vztahy a interakci ve skupině. Znamená to, že se pacienti ve skupině věnují problémům jednoho pacienta nebo nějakému tématu, které má v životě význam pro většinu členů, nebo se věnuje pozornost tomu, co se děje ve vztahu uprostřed skupiny. Skupinová terapie pracuje na principu aktivity pacientů, na principu projekce – do vztahu k druhým si promítáme vztahy k osobám z našeho prostředí, funguje zde sebeotevření, zpětná vazba a mezi členy skupiny vzniká soudržnost.

Účastnili jsme se skupinové terapie, která měla v programu modlitbu breviáře. Společnou činností skupiny tedy bylo čtení žalmů, k některému z žalmů nebo čtení z Písma nebo k čtení o svatých se pak každý ve skupině vyjádřil, s čím souhlasí nebo nesouhlasí, co ho z přečteného oslovilo do života. Nastínila se nějaká životní situace buď jednoho člena nebo obecný problém většiny a společně se o tom mluvilo. Ve skupině skutečně vznikla soudržnost, vzájemná zpětná vazba i sebeotevření. Skupina měla závěrečný rituál – pozdrav se společným držením se za ruce v kruhu. Následovala pracovní terapie nebo arteterapie – společná kresba na dané nebo volné téma.

Ve zkušenosti, kterou jsme získali, však sehrál terapeut příliš autoritativní roli. Je to v rozporu s tím, co radí Kratochvíl o tom, jak se mají chovat terapeuti ve skupině. „Ve skupinové terapii nejde o to, aby pacienti přijali hotové názory od terapeutů. Jde o to, aby si našli svá vlastní řešení a ta uvedli do praxe. Terapeuti podporují.“ [29] S lítostí musíme konstatovat, že se tento způsob skupinové terapie s užitím modlitby neseťkává s ohlasem odborné (nevěřící) veřejnosti.

1.3.7 Terapeutický potenciál křesťanství

Ovocem Ducha svatého je láska, radost, pokoj, trpělivost, laskavost, dobrota, věrnost, tichost a sebeovládání (Gal 5,22–23). Tyto plody duchovního života jsou plné zdraví. Připočteme-li hodnotu odpuštění a smíření a také společenství, kde se lidé sobě navzájem sdílejí a jsou si blízcí, vidíme, že se jedná o duchovní dobra tolik žádaná. Existují četná a medicínsky nevysvětlitelná uzdravení jako důsledek modlitby za uzdravení či exorcismu [3, str. 210].

1.3.8 Zdravý životní styl

„Životní styl je způsob života vycházející z názorů, postojů, temperamentových vlastností a vytvořených návyků.“ [19, str. 81] Co se týká zdravého způsobu života, bude zřejmě nejlepší zlatá střední cesta. To znamená ani se opakovaně nepřepracovávat, ani se příliš neizolovat od ostatního světa, kde si neurotik rád přemítá, ani nevolit cestu, kde nečekají žádné povinnosti, zvolit zkrátka něco mezi tím. Dále je důležité na překážky reagovat konstruktivně, zbytečně situaci nedramatizovat, neobviňovat druhé ani sebe, spíše hledat řešení, které by v dané situaci pomohlo. Kladný vliv má také práce. I v léčebných zařízeních se praktikuje tzv. pracovní terapie – alespoň několikahodinová pracovní činnost se zařazuje do programu. V literatuře je dokonce popsána neuróza nezaměstnaných a nedělní neuróza [34, str. 72–73], kdy se lidé dostávají do existenciální tísně, cítí se nepotřební a ztrácí smysl života.

Lékaři doporučují aktivní odpočinek, ve volném čase dělat opačné činnosti, než kterým se věnujeme v zaměstnání. Mít dostatečně dlouhý spánek, sportovat a dodržovat zásady správné výživy, přijímat dostatek bílkovin, minerálních látek a vitaminů, dodržovat pitný režim.

1.3.9 Sebepoznání a „práce na sobě“

Léčení neurózy je dnes převážně chápáno jako „práce na sobě“. Jedním ze základních úkolů neurotika je vytvářet si pro zítřek perspektivní plány. Potřebuje mít před sebou něco, na co se těší, žít pro nějakou hodnotu, která dá jeho životu smysl. Frankl tvrdí, že smysl života je spojený s pocitem žít pro něco nebo pro někoho [34, str. 27]. Potřebuje vyjít ze sebe směrem k druhým a učit se altruismu. Musí se učit adaptovat na nové situace. Většina neurotiků má sklon k pesimismu, je třeba učit se na svět dívat optimisticky.

Potlačení agresivních pocitů vyžaduje značné sebeovládání a potlačené napětí má tendenci se nějak vybit – buď v jednání, anebo v orgánových neurotických pocitech. Agresivní pocity lze zaměřit tak, aby nikomu neublížily, například štípání dřeva je dobrý způsob nebo rychlá chůze. Dalším úkolem je naučit se prosadit oprávněný požadavek, otevřeně vyjádřit svůj kladný i záporný pocit a umět říct jednoznačné ne [19, str. 104–105, 116–117, 121]. „Sebeprosazení v našem pojetí je přímým, poctivým a přiměřeným vyjádřením vlastních názorů, potřeb a pocitů, které neporušuje práva druhých a nesnižuje jejich důstojnost.“ [19, str. 124]

Obtížný je boj s příznaky. Spočívá v tréninku překonávání příznaků vlastní aktivitou, silou vůle, mobilizováním energie. Někdy je možno vnitřní postoj ovlivnit záměrným zaujetím tělesného postoje: postavit se před zrcadlo, zaujmout pevný postoj, dát hlavu vzhůru, vypnout prsa, zatáhnout břicho, sebevědomě se na sebe podívat. Neurotik si může procvičovat boj s trémou, když se úmyslně vystaví situaci, která u něho trému vyvolává, např. mluvení na veřejnosti.

Při neurotických úzkostných záchvatech je užitečné zkusit odpoutat pozornosti, u nutkavých myšlenek se pokoušet k nim být lhostejný, při nespavosti se snažit zaměřit pozornost jinam např. si představit procházku lesem, výletu po horách. Sebepozo-

rování nebo pozorování příznaků při neuróze si rovněž nelze zakázat. Je třeba je nahradit nějakou jinou duševní nebo tělesnou činností, která člověka zaujme a upoutá [19, str. 171–173].

1.4 Neuróza na podkladě života křesťana

Svatost, které si my křesťané tolik vážíme, ke které jsme povoláni, neznamena bezchybnost. Křesťanská psychiatrická na toto téma napsala: „My se často snažíme být dokonalí, perfektní a bezchybní, chceme si koupit nebe dobrými skutky, ale mnohdy přitom zapomínáme na své slabosti a omezení. Někteří křesťané si myslí, že je správné potlačovat emoce, dokonce i ty pozitivní. Někteří jsou přímo posedlí touhou podávat dobrý výkon. Jsou i takoví, kteří trpí syndromem vyhoření. Tohle všechno jsou důsledky příliš silného ztotožnění se s ideály.“ [3, str. 166–167]

1.4.1 Falešné obrazy Boha podle Frielingsdorfa

Nemáme v církvi dostatek místa, abychom se tam naučili, že nutíme lidi být příliš brzy připravení a produkujeme právě to, co se nazývá úzkostná neuróza [6, str. 86]. Anselm Grün mluví o neurotické spiritualitě křesťana, Karel Frielingsdorf píše celou knihu o falešných představách o Bohu. Velký podíl na vzniku představy o Bohu má skutečnost, jak na nás působili naši rodiče. Oni jsou vlastně chtě nechtě prvními představiteli a současně zprostředkovateli obrazu, který si o Bohu vytváříme. „Vztah rodičů k dítěti je prakticky přenášen na vztah dítěte k Bohu.“ [8, str. 40]

Frielingsdorf používá metodu „klíče“, která vznikla na základě multimetodického přístupu (psychoanalytická vývojová psychologie, psychologie osobnosti, prenatální psychologie, transakční analýza, psychologie náboženství, spirituální teologie, zvláště ignaciánské exercicie), snaží se dospět ke komplexnímu uzdravení psychických a náboženských poruch. Tato metoda patří do oblasti pastorální psychologie. Frielingsdorf používá často při své práci slovo klíč, a to ve spojení slov: klíčové poselství, klíčová zkušenost, klíčová pozice. Klíčová pozice a klíčové slovo jsou rozhodujícími strukturálními prvky metody klíče a také při zkoumání obrazu Boha hrají důležitou roli. Klíčovou pozicí chápeme nevědomý, emocionální, základní postoj k životu, který v každém člověku vzniká ve fázi raného dětství prostřednictvím pozitivních a negativních výroků, signálů a poselství matky a otce. Prožitek přijetí nebo nepřijetí má dítě již v prvních devíti měsících matčina těhotenství. „Klíčové zkušenosti a chybné neurotické postoje mají svůj původ už v prenatálním období.“¹¹ Zkušenosti z dětství, co se týká přijetí a nepřijetí ze strany rodičů, mají vliv na to, jaký zaujme později dítě afektivní základní životní postoj. Pomocí klíčového slova se dají vysvětlit aktuální životní problémy a vypátrat příčiny dosud nerozluštěné úzkosti. [8, str. 45 a 80]

Frielingsdorf používá kromě různých metod (např. práce se sny, volné asociace, malování, výtvarné práce) též metodu tělesného znázornění prožitků. Lidem se pomocí této metody velmi dobře daří vystihnout situaci raného dětství. Frielingsdorf tvrdí, že mezi

¹¹AMENDT, GERHARD; SCHWARZ, MICHAEL: *Das Leben unerwünschter Kinder*. Bremen: Universität Bremen, 1990. In [8, str. 81].

věřícími lidmi je rozšířen postoj strachu vůči Bohu. Na základě cvičení zaměřených na zkoumání postojů k Bohu zjistil, že lidé se mnohdy bojí vyjádřit před Bohem negativní emoce. Někdy vedou lidé konflikt se svými rodiči zástupně přes Boha. Obtížnou fází v procesu vypořádání se s agresí je vyjádření agrese vůči rodičům a vůči Bohu. Existuje velké nebezpečí, že se člověk vrátí k potlačování negativních emocí a bude nadále žít vůči sobě agresivně. Další nebezpečí je v rychlém postupu od agrese ke smutku, aniž by fáze agrese byla prožita dostatečně do hloubky. Při depresích člověk obrací proti sobě agrese, které ve skutečnosti patří Bohu. Je potřeba mít odvahu jako Job nebo Jákob a pustit se do boje s Bohem.

Abychom se dopracovali k našemu nevědomému obrazu Boha, je třeba začít zpracováním vlastní minulosti [8, str. 58 a 62]. Opíráme se zde o výsledky práce Frielingsdorfa prováděné metodou klíče. Měl k dispozici 591 životopisů těch, kteří se zúčastnili několik dní trvajících seminářů, aby odhalili svoje nevědomé obrazy Boha. Zajímavým zjištěním bylo, že více než dvě třetiny zkoumaných se považovaly za nechtěné děti. Jaký nevědomý obraz Boha má člověk, který přikázání „Miluj svého bližního jako sebe samého“ nahradil smrtonosným nárokem „Miluj svého bližního, hlavně nemiluj sebe“. Ve většině případů to bude démonický, falešný obraz Boha smrti.“ [8, str. 87] Vella říká, že když se nám podaří přijmout se takové, jaké nás chtěl mít Bůh, jsme uzdraveni. Potom budeme moci říci: Miluji sám sebe a jsem schopen milovat i druhé [35, str. 82].

Nejčastější falešné obrazy Boha, které účastníci odhalili, byly trestající Bůh-soudce, Bůh-smrt, Bůh-účetní, Bůh výkonu. Někteří lidé s obrazem Boha-soudce se snaží Boha blahosklonně naladit sebetrestáním, a tak předejít odsouzení. Mohou se pak uchýlovat k negativní askezi – ukládat si různá omezení a toto destruktivní chování pak vykládat pozitivně jako bohulibé sebezapírání a cestu pokory. Domnívají se, že když se sami potrestají, mohou se vyhnout bolestným ranám a trestům Božím. Jejich postoj lze vyjádřit slovy: Setrvej ve svých úzkostech a depresích, vydrž je, neptej se po příčinách. Před Boží soudnou stolicí se ti započítají jako již odpykaný trest [8, str. 111 a 124]. Další variantou Boha-soudce je přísný Bůh. V těchto případech je předobrazem vlastní přísný otec, tak jak byl prožíván v raném dětství. Tento falešný obraz Boha lze pozměnit doplněním o biblický obraz Boha. Ježíš Kristus zjevuje Boha jako milosrdného a milujícího Boha, který nalomenou třtinu nedolomí a doutnající knot neuhásí (Mt 12,20) [8, str. 127–128].

Při psychoterapii je třeba klientovi vysvětlit, říká psychiatr S. Peck, že sebeobětování je tak důležité jako vyjádřit své vlastní potřeby. Když se obětujeme pro někoho jiného, je to proto, že tím naplňujeme určitou vlastní potřebu, například si chceme udržet obraz o nás samých [27, str. 90–92].

Na vznik falešného obrazu Boha má také vliv to, zda dítě bylo chtěné nebo nechtěné. Nechtěné děti mívají ve své klíčové pozici často klíčové slovo blízké slovu smrt. Můžeme tedy hovořit o obrazu Boha-smrti. Lidé s obrazem Boha-smrti se uchylují k perfekcionismu, aby jim tento Bůh nemohl uškodit [8, str. 129–131, 135]. Neurotik není schopen milovat sám sebe, protože za hodna lásky považuje jen dokonalého člověka [11, str. 73].

K obrazu Boha soudce se často pojí obraz Boha účetního. Celkem 52 % ze zkou-

maných osob v sobě odhalilo Boha účetního, popisují obraz Boha jako Velkého bratra, který všechno vidí, jako policajta světa, jako hlídačího psa morálky apod. Obraz Božího oka, které všechno vidí, vnímala většina účastníků negativně. Je docela možné domnívá se Frielingsdorf, že za krizí katolické církve je skrytý falešný obraz Boha. Podnětem k takovým úvahám je zkušenost, že v posledních letech můžeme tyto negativní obrazy Boha často najít ukryté za pokyny a nařízeními církve – nebo že alespoň takto jsou církevní pokyny a nařízení vnímány věřícími – ačkoliv při hlásání víry zvěstuje církev pozitivní obrazy Boha [8, str. 148–151].

Obraz trestajícího Boha si mnozí křesťané přinášejí z dětství. „Bůh byl prodlouženou rukou trestajícího otce. Hrůzu nahánějící obraz Boha je součástí autoritativní se strachem pracující výchovy. Tak se takový obraz Boha vryje hluboko do duše dítěte. I když se těchto dětských představ o Bohu v dospělosti zbavíme, obludné strachy, že jsme sledováni a souzeni, se v nás vynořují čas od času znovu [12, str. 68].

V souvislosti s obrazem Boha-účetního vystupují na povrch také pocity viny. Obraz Boha-účetního se vyskytuje u skrupulózních lidí. Svědčí o tom i příběh jednoho duchovního, jehož psychický stav a pocity viny zapříčinily nejprve koktání a pak ho přivedly až k závislosti na lécích a na alkoholu. V případě nevědomého obrazu Boha-účetního a Boha-zákona je vědomé poznávání a meditování milostivého a laskavého Boha biblického zjevení důležitým krokem na cestě vypořádání se s touto démonickou představou Boha a na cestě smíření s životem, který až dosud ležel v zajetí strachu z viny. Přitom posledním a nejtěžším krokem na této cestě je odpustit sobě samému a skutečně dovolit Bohu, aby mi odpustil [8, str. 156–157].

Přetěžující Bůh výkonu je falešný obraz Boha naší doby. Člověk se přetěžuje v práci v domněnání, že činí Boží vůli. Mám skutečně takovou hodnotu, jaký podám výkon a jakého dosáhnou úspěchu? [8, str. 158] Podle tohoto vzorce by nemocný ležící člověk neměl žádnou hodnotu, protože nepodává výkon. Závislost na výkonu si lidé buď přinášejí jako zkušenost z vlastní rodiny. Domníváme se, že mohou být k výkonům motivováni v průběhu života, jak se to stává neurotikům, kteří jsou na sebe obzvláště přísní. „Prvním krokem, jak se vymanit z tohoto bludného kruhu, je zdravá sebeláska. K tomu přispívá čas ticha a odpočinku, vnímání vlastních potřeb a přání, kreativní činnost.“ [8, str. 164]

Oproti falešným obrazům stojí pravý obraz Boha, podle kterého jsme byli stvořeni. Máme tedy v Božích očích velkou hodnotu. Stát se mužem nebo ženou, kterou jsem podle obrazu Božího – to je vlastní koncept života, člověk pak dostává odvahu jej realizovat a tím získá nové vědomí vlastní hodnoty. Meditace křesťanského obřadu mohou být na této cestě velkou pomocí. Jak takový uzdravující obraz Boha vypadá? Tak, jak ho poznáváme v biblickém zjevení. Bůh je milující otec, dobrý pastýř, je to Bůh, který nám poslal svého Syna, aby nás spasil.

Bůh je nám otcem i matkou a vlastně více než otcem a matkou. I kdyby nás opustil otec i matka, přijme nás pod svou ochranu Pán. V obraze dobrého Pastýře v Janově evangeliu je patrná důvěrnost Božího vztahu s lidmi: „Volá své ovce jménem“ ... „ovce znají jeho hlas“ a jdou za ním, za cizím však nepůjdou. Jako dobrý pastýř dává Bůh člověku orientaci a smysl jeho život, dává mu radost ze života a činí jeho život

naplněným. Bůh je otec, který ví, co potřebujeme, který o nás pečuje. Dokladem je podobenství o marnotratném synu, kdy otec dává synovi svobodu odejít, nedrží ho doma násilím, dopřává mu prostor pro vlastní utváření života. Ježíš soucítí s lidmi, známe z evangelií příběhy lidí, které Ježíš uzdravil. Zde je ztělesněna Boží láska [8, str. 174–176].

1.4.2 Nezdravá spiritualita : falešná askeze

Zdravá spiritualita je spiritualita v duchu Ježíšově, je to spiritualita, která vede k větší svobodě a lásce. Vše, co budí úzkost, vše, co je diktováno jakýmsi rigorózním „vyšším já“, není v duchu Ježíšově. Úzkostlivá spiritualita vede dost často k psychickým poruchám [11, str. 10]. Křesťan se zdravou spiritualitou umí naslouchat svému tělu. „Často se nemoc ohlásí právě proto, že jsme přezírali tělo, protože jsme nežili z něho a s ním, nýbrž vedle něho. V takovém případě se nemoc stává výzvou, abychom o sebe více dbali a vyvinuli v sobě jemnocit pro své tělo jako pro výraz naší osobnosti.“ [11, str. 20]

My křesťané si někdy klademe na bedra těžká břemena, která pak nemůžeme unést. Myslíme si, že „dobrý křesťan se nesmí unavit, onemocnět nebo mít špatnou náladu. Nesmí mu uklouznout nepřátelské slůvko. Musí být vždycky vzorný. Cítíme vůbec, jak nadměrné požadavky tím klademe, jak sami sebe uvádíme do nejistoty a přivoláváme na sebe trvalou nemoc? Ježíšovo chování nám v takových situacích ukazuje něco úplně jiného“. [5, str. 14–15] Brzy ráno, ještě za tmy, vstal a vyšel ven, zašel si na opuštěné místo a tam se modlil. Našli ho a řekli mu: Všichni tě hledají! Odpověděl jim: Pojd'me jinam, do blízkých městeček, abych i tam kázal, protože kvůli tomu jsem přišel (Mk 1.35–38). Ježíš si sám uměl stanovit hranice, také se od lidí dokázal vzdálit, nebyl neustále všem k dispozici. „Kde si stanovíme hranice my? Kdy a jak si řekneme: dost, teď musím přestat? Musím to nechat být, ač je mi to tak milé a drahé, ale už nemohu učinit víc, než jsem vykonal. Jak sdělit zprostředkovaně svému okolí, že nejsme nadlidé, jimiž bychom si přáli být? Odhodit ideální obraz o sobě a rozloučit se s ním, by byl již sám o sobě velký výkon. Od přehnaných požadavků nás samých a našeho okolí je zapotřebí se vnitřně osvobodit [5, str. 15–16]. Pokud se honíme za ideálem dokonalosti a budeme chtít být jako Bůh, tak se budeme stále přepínat, ničit a nakonec onemocníme neurózou.

Potíž je v tom, že v Novém zákoně čteme: Buďte dokonalí, jako je dokonalý váš nebeský Otec. Ve Starém zákoně jsou lidé naopak potrestáni za to, že chtěli být jako Bůh. Dokonalost podle našeho názoru nespočívá v množství dobrých skutků a skutků učiněných z poslušnosti k Bohu, nýbrž v důstojnosti, kterou jsme jako Boží děti a dědici získali při křtu. Grün říká, že spiritualita má být osvobozující a nesmí přetěžovat. „Bohužel dnes existují směry zbožnosti, které vedou člověka do nemoci, které na něho kladou nároky větší, než jaké unese, které ho nechávají běhat se svědomím permanentně špatným, a tím ho uvádějí do trvalé vnitřní rozpolcenosti. Při zdravé spiritualitě zacházíme sami se sebou dobře, jemně a setkávání s Bohem z nás činí lidi celistvé, zdravé a veselé, oprostěné a současně živé.“ [11, str. 85–86]

Moderní člověk přestává chápat, jak mohli pouštní otcové a mniši v raných dobách

křesťanství žít tak asketicky a osvobozeně ode všeho pozemského. Musíme se dívat více na pohnutky, které je k tomu vedly. Byla to touha po Bohu a vůle žít život nasměřovaný k Bohu. Pokud bychom dnes naši asketickou snahu orientovali na výkon: „Podívej se, Bože, co dokážu pro svou svatost udělat,“ byli bychom na hony vzdáleni pouštní praxi starých mnichů. „Mezi duchovními povoláními a u nábožensky přísně žijících lidí se nezřídka objevuje tzv. „negativní askeze“ a „falešná pokora“ Ty jsou často důsledkem potlačených pocitů zlosti a nenávisti, které člověk „pro Nebeské království“ zaměřuje autoagresivně proti sobě.“ [8, str. 51] Naše zbožnost se přece neměří výkonem, zda se dokážeme postit o chlebu a vodě. Půst slouží jako prostředek duchovního života, není cílem. „Askeze není vrcholový sport, ale cesta do pravého a hlubokého vztahu k Bohu a k lásce, která pohlíží na Boží milosrdnou lásku a nekrouží narcisticky kolem sebe.“ [11, str. 73] Někdy se v katolických kruzích o ženách v legraci říká, že ony nedrží půst, ale že drží dietu. Anorexie, bulimie, přejídání – to jsou problémy dnešní doby. Tato onemocnění mají svá psychologická zdůvodnění, mezi něž jistě patří potřeba přijetí a živení láskou, která nebyla v dětství naplněna. Při poruchách příjmu potravy ženy zapomínají na svou ženskost, jako by přestávaly být v kontaktu samy se sebou, se svým tělem. Přestávají se chovat k sobě láskyplně a místo toho k sobě přistupují tvrdě jako muž. Grün říká, že askeze je mužský prvek, který je zaměřen na boj proti neřestem [11, str. 82].

1.4.3 Potlačování sexuality a emocí

Sexualita v sobě zahrnuje nejen tělo a tělesné prožitky, ale i duši. V knize Těhotná panna od jungiánské autorky se dočteme, že tělo stejně jako dítě mluví pravdu, přičemž ji sděluje pohybem nebo nedostatkem pohybu. Duše se projevuje prostřednictvím těla. Tělo je médium, jehož prostřednictvím jedná duše [37, str. 69 a 76].

„Z Freuda můžeme mít, nábožensky vzato, užitek, když ho použijeme k analyzování a přepracování toho, co je v církvi potlačujícího, represivního, autoritářského, strukturálně nemilosrdného, odcizeného, usazeného, nepravého, předstíraného a bizarního.“¹² „Freudovi tanulo na mysl, že strach už u malého dítěte spočívá v obavě, že ztratí lásku své matky, podstatné kontaktní osoby. Může to vést k tomu, že člověk bezpodmínečně chce být jen dobrý, přitom musí ve vlastním srdci toho hodně potlačovat, tolik nechat ležet nevyřčeného, tolika pocitům musí protirečit, že nakonec vyvstanou nové strachy.“¹³ Na tomto místě si dovolíme krátký exkurz do učebnice psychologie: „Zdrojem nevědomých způsobů jednání, pocitů, představ, myšlenek postojů jsou právě potlačené, z vědomí souvislosti vytěsněné psychické obsahy, které jsou v rozporu s naší osobní morálkou. Potlačení je předobrazem nevědomého, napsal Freudx (Das

¹²[6, str. 92] „Von Freud wird man, bezogen auf die Religion, Gewinn haben, wenn man ihn benutzt, um das, was in der Kirche heute unterdrückend, repressiv, autoritär, struktuell gewalttätig, entfremdet, aufgesetzt, unecht, geheuchelt und bizarr ist, zu analysieren und abzuarbeiten.“

¹³[6, str. 21] „Sigmund Freud – Ihm schwebte vor, dass Angst schon beim kleinen Kind wesentlich darin besteht, den Verlust der LIEBE SEINER Mutter, der wesentlichen Kontaktperson, befürchten zu müssen. Das kann dazu führen, dass man bedingungslos nur gut sein will und dabei im eigenen Herzen soviel verdrängen muss, soviel an Ungesagtem liegen lässt, soviel an Gefühlen entgegenseetzen muss, dass am Ende neue Ängste entstehen.“

Ich und das Es, r. 1925), zakladatel psychoanalýzy, kterou chápal výstižně jako vědu o nevědomí. Potlačené a z vědomí vytěsněné psychické obsahy nezůstávají nečinné, působí, aniž bychom si to uvědomovali, na naše prožívání a chování.“ [23, str. 12]

Nám křesťanům, co se týká sexuality, dává pevné a konkrétní hranice morálka. Dostáváme se tak do opozice vůči psychologům, kteří například nemají námitek vůči onanii, sexuálnímu životu před manželstvím, vůči homosexuálnímu způsobu života. Zde jsou psychologie a křesťanská morálka ve sporu. Naším úkolem není hájit jednu nebo druhou stranu ve sporu, jelikož obě strany jsou jako dvě mimoběžky, které nemají společný průsečík v našem trojrozměrném prostoru. V rovině Boží má pravdu morálka, v rovině lidské, zdá se, pak psychologie.

Křesťané žijící v celibátu nebo jako svobodní nepřestávají být lidmi sexuálními. Je dobré, když jsou si své sexuality vědomi a když ji místo potlačení dokáží proměnit na životní energii a radost, kterou těží ze vztahu k Bohu.

K nejčastěji potlačovaným emocím patří podle našeho názoru agrese, smutek a strach – křesťané je často skrývají v touze po dokonalosti. Frielingsdorf říká, že „lidé nábožensky vychovaní nejsou zvyklí vyjadřovat svoje pocity. Domnívají se, že city by se měly ovládat, že jsou city špatné, ba dokonce hříšné, protože činí člověka závislým na jeho pudech. Ve výzkumu, který prováděl Frielingsdorf, vykazovalo tyto negativní postoje ve vztahu k citům 78 % zkoumaných. Zvláště negativně se nábožensky vychovaní lidé staví proti vzteku a agresi. Například přikázání Cti otce svého i matku svou, abys dlouho živ byl a dobře se ti vedlo na zemi (Ex 20,12), vylučuje hněv vůči rodičům. Ovšem potlačený hněv vůči rodičům a vůči Bohu, který mi rodiče dal, se později obrátí proti mně samotné a projeví se například v psychosomatické rovině (z řeckého *psyché*, duše, a *sómo*, tělo) jako migréna, zažívací potíže, astma, bolest na srdci nebo žlučovými a ledvinovými kameny, vysokým krevním tlakem. Dalšími destruktivními výrazy potlačené agresivity mohou být kromě depresí také různé závislosti. Od alkoholismu, workoholismu a perfekcionismu přes skryté podoby náruživosti, např. přejídání, anorexie, až po stále se usmívající se sestřičku nebo tohoto milého člověka, který se chce všem zavděčit.“ [8, str. 50–51] Křesťané si tak nasazují usměvavou masku spokojeného člověka, který je uvnitř plný vzteku, deprese a úzkosti. Nebylo by lépe pravdivě o svých emocích mluvit a pokud to někoho nezraní, tak je projevit navenek?

„Psychosomatické poruchy u zbožných lidí často ukazují, že agrese a sexualita byly potlačeny nesprávným chápáním Ježíšovy zvěsti a falešným asketismem . . . omezujeme si a poškozujeme život špatně chápanou zbožností, zbožnost má zahrnovat s rozumem i vůli a cit.“ [11, str. 81]

Pokud například zůstáváme sami se svým smutkem, můžeme v něm uvíznout a uškodit si, v krajním případě, pokud se jedná o depresi, i spáchat sebevraždu. Říká se přece: Sdělená starost, poloviční starost a sdělená radost, dvojnásobná radost. V případě prožívání úzkostí a strachu nám mohou naši bližní nesmírně pomoci. Ať už fyzicky – obejmutím a pohlazením, tak také svou přítomností. Zůstávat se svými smutky a strachy sami se nevyplácí. Jako světlý maják na moři našeho života nám září osoba Božího Syna, který už vše za nás protrpěl a je nám v modlitbě a svátostech a v Písmu stále nablízku. On je stále přítomný, i když už člověk nemá sílu se modlit, když už jen trpí.

1.4.4 Úzkost z pocitu viny při nedodržení křesťanských pravidel

Jeden německý kněz dostal od novináře tuto otázku: „Katolicismus často spojujete s pojmem závislost, servilita, donucená pohotovost přizpůsobit se – k tomu zaujímáte negativní stanovisko. V protestantismu je pro Vás kritickým bodem nepřátelský postoj k obrazům. V čem vidíte pozitivní přínos obou tradic?“ Kněz odpověděl: Zde je vysloven protiklad, který leží v nás samých a který nás do samého vnitřku drásá, když jsme se na pozadí středověkého katolicismu naučili osvojovat si náboženství tak, že nám byly předkládány k věření objektivní struktury, jedna pravda jako taková. Je důležité se toho držet, protože v nepořádku vlastního života nejsou určité pravdy přístupné, jsou jako zasypané, potom se vyplatí říci, že za mlhou a za mraky je ale tento jiný svět a ten stojí pevně. Až potud věřím, že katolické náboženství jako kněžské náboženství ztělesňuje něco důležitého. Na druhé straně protestantismus jako náboženství nové doby skutečně uviděl a vzal na zřetel krize, rozpad, utrpení a pokouší se na tento problém odpovědět, když lidé už nenacházejí v předkládaném pořádku oporu a zůstávají se svým strachem sami. Tento pocit nové doby se dále rozšiřuje a zdá se mi, že protestantismus je náboženská forma, která tomu rozumí a artikuluje to.“¹⁴

Věřící katolík má jasně dáno, jak smí a nesmí jednat, smýšlet, dokonce i cítit. Pohybuje se mezi mantinely a to zajisté přináší určitou jistotu a bezpečí. Katolík, který je ve víře vzdělaný, na sobě pozná, zda je v posvěcující milosti, či naopak v hříchu. Pokud si není jist, zpovědník mu to ochotně sdělí. Domníváme se, že na druhé straně tyto hranice s sebou přinášejí u skrupulózních nebo úzkostných lidí strach z toho, že spáchají hřích. V Janově evangeliu v doslovném překladu z němčiny čteme: Ve světě budete mít strach, ale buďte utěšeni, já jsem přemohl svět. „In der Welt habt ihr Angst, aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden.“ (Jan 16,33)

Hřích vyvolává nejen pocit viny, ale i obavy, že si zasloužíme trest. Tím hůře, když naším obrazem Boha není milosrdný a odpouštějící Bůh, ale Bůh smrti, který trestá. „Musíme se dnes učit od sociologie a od psychologie, že hříchem v podstatě rozumíme stavy odcizení.“¹⁵ Odcizujeme se a vzdalujeme se milujícímu Bohu, ne On nám.

¹⁴[6, str.95] Jeziorowski: „Das Katholische assoziieren Sie oft auch mit dem Begriff der Hörigkeit, der Servilität, aufgezwungener Anpassungsbereitschaft als Negativposten, und im Protestantismus ist vor allem die Bilderfeindlichkeit für Sie ein Kritikpunkt. Worin liegen für Sie die positiven Beiträge von beiden Traditionen? Drewermann: „Hier spricht sich weit stärker der Gegensatz aus, der in uns selber liegt und der uns bis ins Innerste zerreisst, in dem wir auf dem Hintergrund des Mittelalters, des Katholizismus gelernt haben, uns Religion anzueignen durch Einfügung in vorgegebene, objektive Strukturen, eine Wahrheit zu glauben, die als solche besteht. Daran festzuhalten ist wichtig, weil im Durcheinander des eigenen Lebens auch bestimmte Wahrheiten wie verschüttet, nicht mehr zugänglich sind, und es dann lohnt zu sagen, hinter dem Nebel, hinter den Wolken gibt es aber diese andere Welt, und die steht gest. Man sieht sie nicht, aber man kann sie voraussetzen. Bis dahin glaube ich, dass der Katholizismus als Priesterreligion etwas Wichtiges verkörpert. Auf der anderen Seite hat der Protestantismus als Religion der Neuzeit wesentlich die Krisen, die Aufbrüche, das Leid gesehen und deutlich gemacht und auf das Problem zu antworten versucht, wenn Menschen in den vorgegebenen Ordnungen keinen Halt mehr finden und mit ihrer Angst allein stehen. Dieses Gefühl der Neuzeit setzt sich weiter fort, und die Religionsform, in der mir das verstanden und artikuliert zu sein scheint, ist der Protestantismus.“

¹⁵[6, str.87] Wir müssen heute lernen von der Soziologie und von der Psychologie, dass wir unter Sünde wesentlich Zustände der Entfremdung beschreiben.

Nyní pomysleme na to, že existují v životě křesťana rozhodnutí, která Ježíš Kristus slovy uvedenými v bibli (Mt 19,8) a katolická církev ve svém církevním právu neschvaluje, totiž rozvod. Viděno na první pohled, zdá se to být jasné a jednoznačné. Nastávají v životě různé okolnosti, můžeme je nazvat třeba polehčující, které nás přirozeně vedou k tomu, že v tom daném konkrétním případě bychom my sami rozvod některého manželského páru dovolili, nebo dokonce doporučili. Na přednášce, kterou měl P. Tavel na CMTF, jednou zaznělo, že věci začneme přehodnocovat až tehdy, když se dotýkají nás samých. Zmíněný psycholog uváděl jako příklad rozvod ve vlastní rodině nebo blízkého příbuzného s homosexuálním zaměřením. Autorka této práce byla několik let zaměstnaná jako vychovatelka a lektorka v azylovém domově pro těhotné ženy. Setkala se zde i s ženami, které si prošly domácím násilím, které měly například za manžela alkoholika a byly od něho fyzicky napadány a týrány. Návrat k takovému manželu by byl jistě nebezpečný.

Další skutečností, která vyplývá z Písma ohledně manželství (Mt 5, 32), je nedovolenost vzít si za manžela nebo manželku rozvedeného nebo rozvedenou. I v těchto případech, pokud to věřící učiní, je čeká ve svědomí těžký boj a rozloučení se s přijímáním svátostí. Tímto rozhodně nechceme dát volný průchod nevěře a rozvodům jako na běžícím páse. Chceme jen upozornit na úskalí vzniku neuróz spojených jednak s životem v konfliktním manželství a jednak s pocitem, že žijí jako rozvedená ve hříchu a že vše zlé, co mě potká, je Boží trest za to. „Nezbývá než se udiveně ptát, proč církev ztroskotané manžele trestá přísněji než třeba podvodníky a vrahy. Těmto hříšníkům je cesta k obrácení a odpuštění otevřená, zatímco pro manželské páry, jejichž spojení se zpřetrhalo, žádné smíření s církví neexistuje. Dokud věřící žijí v církevně neplatných manželstvích, zachází se s nimi jako s trvalými těžkými hříšníky. Jak se to slučuje s milosrdenstvím Božím ke všem hříšníkům?“ [4, str. 94] Na adresu přísné církevní morálky píše Drewermann: „Rád bych si přál, aby církev ve své péči o duše více využívala psychoanalýzu, že strachy zpravidla nevznikají v rovině současnosti, ale že mají dlouhou historii a že můžeme pochopit způsob, jak jednotlivec interpretuje současnou skutečnost subjektivně. Můžeme pochopit to, co ve svém světě postrádá, když vezmeme na zřetel rané dětství. Teprve potom by se mohlo naše mluvení o Bohu oprostit od úzkosti, kdyby se zjemnila přísná zákonitost církevního jazyka a mnohými formami hlásaná morálka odměny a trestu, přišli bychom kousek blíže Božímu obrazu, který nám Ježíš chtěl zprostředkovat, k obrazu otcovského dobrého Boha. Jen tak by se konečně nad strachem vyžrálo.“¹⁶

¹⁶[6, str. 31] Ich möchte mir wünschen, dass die Kirche in ihrer Seelsorge die reiche Erfahrung der Psychoanalyse mehr nutzen würde. Dass Ängste in aller Regel nicht auf der Ebene der Gegenwart in Wirklichkeit entstehen, sondern eine lange Geschichte haben, und dass wir gerade die Art, wie die gegenwärtige Wirklichkeit interpretiert wird, die Art der Bedeutungsverleihung subjektiv, die der einzelne seiner Welt zumisst, nur begreifen können, wenn wir die vorgegebenen Perspektiven auf den frühen Kindertagen mit berücksichtigen. Erst dann würde unser Sprechen von Gott ein Stück weiter aus dem ängstigenden Feld herausfiltern können, würde diese strenge Gesetzmäßigkeit der kirchlichen Sprache, diese Lohn- und Strafmoral vieler Verkündigungsformen abmildern und ein Stück dem Gottesbild näherkommen, das Jesus uns vermitteln wollte, des väterlichen gütigen Gottes. Nur so wäre der Angst letztlich beizukommen.

Choulostivou otázkou zůstává postavení homosexuálních jedinců v církvi. „Církevní termín pro sexuální styk mezi muži se nazývá sodomský hřích.“ [4, str.124] Jedná se podle učebnic morální teologie o hřích do nebe volající.

Málo křesťanů se ptá, jak se asi homosexuálové cítí, když je církev odsuzuje jako veřejné hříšníky. Zůstávají přes svou, pro mnohé nepochopitelnou a nepřírozenou sexuální orientaci stále lidmi, kteří touží po přijetí a lásce. Možná mají potíže přijmout sebe takové, jací jsou. My jim svým odsuzováním na jejich cestě nepomáháme. Nutno podotknout, že z šetření, které v roce 1977 ve Spolkové republice Německo provedl Wunibald Müller mezi 235 kněžími činnými v pastorační službě, z nichž však jen 111 vyplnilo dotazník, přineslo takřka jako vedlejší výsledek, že 15–20 % respondentů má výhradně, resp. přednostně, homosexuální orientaci.“ [4, str.130] Vycházíme-li z vlastního přesvědčení, nemůžeme homosexualitu chválit a jako křesťané nemůžeme církevně schvalovat manželství lidí stejného pohlaví, můžeme však přestat tyto lidi považovat za méněcenné. Vždyť podle Horneyové, psychoanalytičky, která se zabývala neurózou, je neurotická osobnost ovládána pocitem méněcennosti [23, str.280]. Musíme si dávat pozor, abychom naše bratry a sestry v Kristu nehnali do neurózy, kterou si mají šanci v katolickém prostředí vypěstovat, pokud zde budou žít v atmosféře trvalých konfliktů.

1.4.5 Svobodná vůle a její omezování vlivem sekt a závislostí

Každý křesťan je v první řadě člověk. Bůh dal nám lidem svobodnou vůli, abychom se mohli rozhodovat. Už od dětství touží člověk po nezávislosti. „Já sám!“ říkají děti už ve věku kolem tří let, v mnoha věcech však zůstávají závislé na rodičích. My dospělí zjišťujeme na kolika věcech a vztazích jsme závislí: od ranního šálku kávy, přes auto, kterým jezdíme do práce, přes mobil, bez kterého si už nedovedeme život ani představit, až po závislost na televizi, na počítačových a jiných (třeba i sexuálních) hrách, na slaných brambůrkách, na sladkostech. Už jsme si na to zkrátka zvykli. Existují však daleko nebezpečnější zlé návyky, například navozovat si lepší pocity kouřením cigaret, pitím alkoholu, nebo dokonce užíváním drog. Zvláště v posledním případě je nebezpečí vzniku závislosti více než pravděpodobné. „U někoho může závislost na alkoholu vzniknout jako reakce na nepříznivé životní okolnosti. Jindy se pacient, který trpí neurotickými potížemi, pokouší tyto potíže pomocí alkoholu svérázným způsobem léčit. Někdo nachází ve stavech deprese a při pocitech méněcennosti v alkoholu úlevu.“ [3, str.17]

Člověk je tvor myslící, a tak se rád nadchne pro myšlenku. Křesťan je člověk věřící, ten je citlivý na to, co se mu zdá být duchovní. Vstoupit do sekty je tak snadné, zvláště pro mladé lidi. Mít kolem sebe lidi, kteří vás přijímají, vůdce, který vám radí, a ušlechtilou myšlenku, která je od Boha. Tím pádem vše zaštiťuje vyšší autorita. V sektách, které mají v názvu slovo církev, je tou autoritou Bůh sám. Z takového prostředí je přece cítit mír a bezpečí. Já někam patřím. To jsme my, a co je za brambami našeho společenství, to je špatné a zlé a nedokonalé. Raději se s okolním světem příliš nestýkat, výjimku tvoří získávání nových duší – čím více, tím lépe [28, str.27]. S rodinou je lépe se nekontaktovat, odrazovali by mě od správné cesty. Stačí jen pl-

nit určité požadavky, které se časem zvyšují, poslouchat a dělat, co říká „guru“, nebo chcete-li „představený“, a mám spásu v kapse. Odpovědnost za svůj život neponesu sama, ale nese ho společenství, lépe řečeno – jeho vůdce. Tolik o sektě jen v hrubých rysech a „z rychlíku“. Podrobnější a „zasvěcenější“ výklad o sektách lze najít v některé z publikací od Z. Vojtíška, českého odborníka na sekty.

Dalším nebezpečím pro člověka je stát se workoholikem. „Pojem vytvořený z anglických slov *work* a *alcohol*, označující člověka, který je závislý na práci nebo který prahne po práci stejně tak jako alkoholik po alkoholu. Když nepracuje, něco mu chybí, připadá si prázdný a přebytečný. Příčiny workoholismu mohou být různé: přehnané potvrzování vlastní hodnoty, strach z přebytečnosti, neustálá snaha o stále nové úspěchy, zastřená nejistota, nutnost dokazovat ostatním svou zdatnost.“ [5, str. 63–64]

Neurotik je člověk, který má závislost uvedenou již v popisu své diagnózy, proto mu výše uvedená nebezpečí mohou hrozit. Jak se od závislosti oprostit a osvobodit? Bez cizí pomoci je to sotva možné. Kdo se stal závislým, potřebuje zakusit solidaritu, že je milován, takový jaký je. Rozhodnutí odvrátit se od toho, čemu podléhá, zůstává na dotyčném. Ve vztahu k Bohu to znamená od všeho se oprostit, plně se na něho spolehnout, svěřit se mu a prosit ho o pomoc. Podobenství o marnotratném synu ukazuje, že obrácení je možné, když se octneme úplně na dně [5, str. 68].

Další povzbuzení pro vymanění se ze závislosti nám dává Izaiáš 42,7. Člověk je vlivem závislosti jako ve vězení a potřebuje se dostat na svobodu. Hospodin přislíbil poslat toho, který vyvede vězněné ze žaláře. Tím spasitelem je Ježíš Kristus, Boží Syn.

Výčet závislostí samozřejmě není úplný. Vzpomeňme například závislost na vztazích, kdy žena trpící domácím násilím se vrací zpět za agresorem, aby od něj byla dále týrána. Zvláště křesťanská manželství jsou v nevýhodě, protože opustit partnera nebo partnerku, a dokonce se rozvést, je považováno v „dobrých křesťanských rodinách“ za potupu, za hřích. Málokdo je totiž znalý církevních zákonů, aby věděl, ve kterých případech je možné zneplatnění manželství.

1.4.6 Syndrom vyhoření

Psychologie nás učí, že tělesné a duševní jevy jsou ve vzájemné interakci, to znamená, že tělesné jevy působí na duševní život a naopak. To dokazují takové tělesné stavy, jako je únava, nemoci, různé anomálie v činnosti žláz s vnitřní sekrecí (hrubé narušení psychických funkcí způsobují např. poruchy činnosti štítné žlázy). Duševní život je ve vztahu k činnosti mozku, a tak různá poškození mozku úrazy mohou vést k různým, více či méně závažným, změnám v životě postiženého jedince [23, str. 47].

Lidé, kteří si zvolili povolání v pomáhajících profesích, jsou za určitých okolností a podmínek ohroženi syndromem vyhoření. Název pochází z anglického *burn-out*, doslova vyhořet. Jednoduše řečeno, člověk, který je nadšený a pro svou práci doslova hoří, se po jednou začne cítit unavený, vyčerpaný, přestává zvládat každodenní stres a pracovní vypětí spojené obvykle s velkou odpovědností, objevují se u něho různé psychické a sociální symptomy, jako poruchy spánku, vyhýbání se kontaktu s lidmi ap.

1.5 Léčebný vliv duchovního života

1.5.1 Modlitba a eucharistie

„Všichni věřící touží po modlitbě, touží obrátit se k Bohu a osobně se s Ním setkat. Modlitba je přístupná všem. Je to osobní styk s Bohem, je to pobývání v Boží přítomnosti. Všechno to snadné a zároveň hrozné úsilí, jež musíme při modlitbě vyvinout, spočívá v tom, abychom vytrvali ve víře a abychom s důvěrou setrvali v přítomnosti Boha, našeho Otce, a jeho Syna, Ježíše Krista.“ [25, str. 5] Tato slova vyšla z úst trapistického mnicha otce Jeronýma, který na adresu modlitby dále řekl: „Modlitba vnitřní je už to, když klečíme před Nejsvětější Svátostí nebo před sochou Panny Marie, aniž bychom k tomu byli nuceni.“ [25, str. 134] Vedle osobní modlitby rozeznáváme dále liturgickou modlitbu, tak jak ji my křesťané známe (například Otče náš) a jak se ji modlíme při mši svaté. Náročnější způsob modlitby je modlitba rozjímavá, kdy modlíci se při ní přemýšlí – zpravidla nad nějakým duchovním textem, např. z bible. Střelná modlitba je krátké zvolání k Bohu. Lze pěstovat i modlitbu kontemplativní, která by se dala popsat jako dívání se na Boha. Jedná se zde o milující vztah mezi člověkem a Bohem. Kontemplace je spojena s evangelní ctností lásky. „Uskutečňovat kontemplativní modlitbu znamená pozitivně milovat. Kontemplativní láska nicméně vyžaduje, abych při všem, co si myslím a co konám pro druhé i pro sebe, měl neustále na vědomí, že v první řadě je tady Bůh.“ [24, str. 142–143]

Hmatatelný plod, nebo chcete-li důkaz, lásky, kterou má Bůh k nám, je eucharistie. „Což není největším obohacením, které nám přátelství s Bohem přináší, právě eucharistie, dar Boží, dar, kterým je Bůh sám? Trochu se před svatostánkem zamysleme. Celou svou duší věřím ve velké tajemství naší víry: v Tělo a Krev, v duši a božství Ježíše Krista, Syna Božího, obětovaného, přijatého přítomného. Obětovaného v průběhu mše svaté, přijatého ve svatém přijímání, skutečně a trvale přítomného, aby mě připravil na věčný život, trvale přítomného pro přátelství a pro to, aby mi poskytl první pomoc.“ [24, str. 145]

1.5.2 Svatí přímluvci

Svatá Markéta bývá zobrazována s drakem u nohou. Můžeme se dovolávat její přímluvy, pokud trpíme potlačenou agresí a potlačenou sexualitou. Svátá Markéta integrovala svůj stín, draka. „Integrace toho, co je v nás temné, často vede k obnovení našeho života, jakož i ke znovuzrození. Drak už nám nebrání žít, nýbrž slouží onomu „dítěti v nás“, onomu nezfalšovanému obrazu Božímu v nás, aby se všechno, co v nás je, projevilo navenek.“ [9, str. 64]

Svatou Kateřinu můžeme spatřit s atributem zlomeného kola. Svátá Kateřina se přimlouvá za všechny, kterým se zhroutily jejich životní plány. „Zlomené kolo svaté Kateřiny nám připomíná rozbití našich životních plánů. Rozlámal je sám anděl Boží, abychom stále znovu plnili to, co od nás Bůh dnes žádá a co nám dnes slouží ke spáse.“ [9, str. 59]

Ti, kdo mají depresivní myšlenky, vražedné impulsy nebo destruktivní tendence,

mají se obracet ke svatému Jiří. Jiří bývá znázorňován, jak bojuje s drakem. „Drak symbolizuje zlo, tmu a stín v naší duši. Jung prohlašuje, že démonické obrazy z našeho kolektivního nevědomí je nutno zabít.“ [9, str. 54]

Svatý Erasmus bývá vzýván při nemocech žaludku a střev, při bolestech břicha. Na vyobrazeních lze spatřit svatého Erasma s cívkou, na kterou mu byly podle legendy natáčeny vnitřnosti. Pokud v sobě nosíme potlačenou agresi, přímluva Erasma nám může pomoci. V důsledku potlačené zlosti totiž můžeme posléze trpět na žaludeční vředy nebo naše nestrávená zlost bude jako balon, který nás nadýmá [9, str. 44].

Svatý Jiljí je představován jako poustevník, má vedle sebe laň, která ho živí svým mlékem. V pohádkách jsou zvířata vždycky symbolem vitality a sexuality, zastupují oblast přirozených pudů. Jiljí nás chce naučit smířit se s naší nemocí a ukázat, že Boží milost se dovršuje v naší slabosti [9, str. 16].

Když se bojíme nějaké nové etapy v našem životě, svou přímluvou nám napomůže svatý Kryštof. Bývá zobrazován ve vodě a nese na svých bedrech dítě, podle legendy to byl Ježíš Kristus. Kryštof nám pomáhá přemáhat strach před „prahem“, strach, který na nás padne v různých mezních situacích v našem životě a před započítím všeho nového [9, str. 31].

Svatý Cyriak je zobrazován jako jáhen se spoutaným démonem. Na jeho přímluvu jsme osvobozeni od úzkostlivosti a váhavosti, nutkavých představ.

1.5.3 Pomoc ze strany církve

„Posledním koncilem jsme se výslovně vrátili k důležitým pravdám o církvi, totiž že je putujícím Božím lidem a mystickým Kristovým tělem. Obraz putujícího lidu překonává mentalitu, která vidí jedny nahoře a druhé dole, a i když uznává autoritu danou Bohem, vidí ji podle slov Kristových jakožto autoritu danou ke službě, nikoli k panování. Obraz Kristova těla podtrhuje sounáležitost křesťanů mezi sebou, jak o ní mluví apoštol Pavel (Ř 12, 13–14)“ [20, str. 84–85] Domníváme se, že pomoc ze strany církve je v první řadě pomocí lidskou. Bratrovi nebo sestře v Kristu můžeme nabídnout přátelství, vyslechnout jejich těžkosti, můžeme požádat o radu kněze. Katolický kněz je navíc kompetentní posloužit věřícím udělováním svátostí. Existují poutní místa, kam se utíkají věřící s prosbami o uzdravení, a jsou i případy zázračných uzdravení. Jak je známo, Boží milost nejlépe spolupracuje s lidskou přirozeností. Přirozeně lidské je, že v případě nemoci vyhledáváme lékaře. Platí to samozřejmě i o psychických nemocech, kdy do role vstupují také psychologové. Bylo by někdy opovážlivé spoléhat se jen a pouze na Boží pomoc bez aktivní snahy s problémem hnout za pomoci lékaře či psychologa. K vlastní škodě musíme říci, že někteří kněží uklidňují věřící tím, že se za ně budou modlit, ať k psychiatrovi nechodí. Tento postup musíme s pokorou označit za neprofesionální. Na druhou stranu dlužno podotknout, že při některých farnostech či komunitách funguje psycholog a že kněží tuto psychologickou službu v případě potřeby doporučují.

1.5.4 Duchovní a terapeutická pomoc

Víra má v sobě vždycky dimenzi terapeutickou. Naším duchovním úkolem je naučit se umění naslouchat svému tělu a jeho hnutím, být bdělí vůči tělu jakožto výrazu duše. Nemoc, tedy i neuróza, se může stát důležitým zdrojem sebepoznání. K sebepoznání dochází, když nasloucháme svému tělu. „Náš duchovní život se nesmí vyvyšovat nad naše tělo. Tělo je důležitý partner na duchovní cestě.“ [11, str. 19 a 53] Předpokladem terapeutické spirituality je najít si prostor pro ticho, pro četbu Písma. Působnost Písma je uzdravující, zpěv žalmů zahání všechen smutek. „V biblických příbězích můžeme nalézt sebe samé se všemi propastmi našeho srdce, s našimi neukoženými potřebami a tužbami.“ [11, str. 65] Grün proto využívá terapeutický potenciál Písma svatého. Například text o přechodu Rudým mořem (Ex 13,17–14,31) rozebírá více psychologicky než teologicky. „Moře je obrazem bezvýchodnosti a bezmoci, ohrožení a smrti, zároveň však i nevědomí, které může člověka zaplavit, v jehož vlnách lze utonout. Bůh proměňuje moře v souš. K proměně dochází na mořském dně, na dně naší úzkosti a zoufalství – ne tam, kde se ještě z bezpečného břehu můžeme dívat na svou úzkost. Bůh poroučí Mojžíšovi, aby nad mořem držel svou hůl a svou ruku, aby se rozdělilo. I my často potřebujeme nějakého Mojžíše, který by svou ruku držel nad mořem naší úzkosti, našeho nevědomí, všeho toho, co jsme vytěsnili a co nás teď ohrožuje, abychom mohli tím mořem bezpečně projít. Při terapeutickém a spirituálním doprovodu se odvážíme pod něčí chránící a žehnající rukou vstoupit do moře našeho života. ... Sám Bůh drží v osobě Mojžíšově svou ruku nad naším mořem a proměňuje je v brod na druhý břeh, na břeh záchrany, na cestu do svobody, do vlastního a opravdového života.“ [10, str. 24–26]

Velkou sílu má modlitba. Existují i pokusy lékařů integrovat modlitbu do léčby psychiatrických onemocnění. Prostory pro modlitbu, zvláště kaple, dnes v době náboženské svobody nacházíme v naší republice při nemocnicích i psychiatrických a jiných léčebnách. Do kaple se pacienti mohou chodit modlit a v pravidelných intervalech zde bývá sloužena mše svatá.

Bůh k nám promlouvá nejen při čtení Písma svatého, ale i nemocí nebo například snem. „V noci nás Bůh oslovuje ve snách. Zve nás, abychom se svěřili dítěti, tomu, co v nás je ryzí a nové, co se v nás touží projevit.“ [9, str. 34] V Písmu svatém se setkáváme s příběhy, kdy Bůh mluví k člověku ve snách. Namátkou vzpomeňme svatého Josefa, který je ve snu nabádán, aby uprchl do Egypta. Ve Starém zákoně například faraon hledá výklad svého snu a spravedlivý Josef mu pomáhá.

Jaschke popisuje, jak může z pastoračně terapeutického pohledu probíhat proces uzdravení věřícího člověka: „Musíme vědomě vejít do úzkosti, a ne se jí zuby nehty vzpírat. Pak se pokusím vydat svůj strach a svou vinu Božímu slitování, s nářkem a bédováním přenést před Boha svou úzkost a s vírou v Ježíše, který svou smrtelnou úzkostí protrpěl i mé úzkosti až k životu a vzkříšení, ji svěřit Bohu.“ (Mk, 14,34) [8, str. 157]

1.5.5 Vztah křesťana k tělu a k duši

Tělo v chápání Starého zákona znamenalo člověka. Tělo vyjadřovalo osobu člověka a ztotožňovalo se s touto osobou. Korec na tomto základě vysvětluje v knize Tajemství Ježíšova vzkříšení, že Ježíšovo tělo je Ježíš sám.

V hebrejském myšlení mělo slovo „duše“ také jiný význam, než jak ho chápe řecké myšlení. Zesnulý český biblista Jan Heller zjistil, že duše je podle tehdejšího chápání tělní dutina naplněná krví. Člověk jí dýchá a tráví. Zvláště zřetelně to ukazuje vazba v Gn 9,4, kde je v hebrejském znění doslova „krev v duši“, tedy jako v nádobě. Duše je tak původně nádoba na krev. Proto ji lze jako nádobu vylít (Ž 42,5), je napájena, sycena (Žalm 107,9, Př 10,3 aj.). Později se duše stala názvem pro individualizovaný život a tento význam si ponechává i v Novém zákoně, s výjimkou dvou míst, jak uvádí Heller (Zj 18,13 a Zj 20,4), kde již vidíme představu starých Řeků o duši, totiž duše jako záhrobní podoba existence člověka [13, str. 24]. Hebrejci nestavěli proti sobě tělo a ducha, tělo i duch člověka tvořily v jejich chápání jednotu. V žalmech se například mluví o touze člověka nalézt Boha: „Má duše po tobě žízní, mé tělo touhou po tobě hyne.“ (Ž 63,22) Výrazy tělo a duše jsou zde paralelní, téměř rovnocenné. Takovýmto způsobem vyjadřuje žalm myšlenku: „Já toužím.“

V Listě Korinťanům čteme: „Nevíte, že vaše tělo je chrám svatého Ducha, který je ve vás a kterého máte od Boha, a proto že už nepatříte sami sobě! Byli jste přece vykoupeni za vysokou cenu. Oslavujte tedy Boha ve svém těle.“ (1Kor 6, 19–20)

1.5.6 Tělesné vyjádření lásky

„Je nutno osvobodit se od tabuizace sexuality, která je častá v církevní tradici, vždyť sexuální energie je vždy energií života. Křesťan nesmí mít ze sexuality strach, nýbrž musí umět rozkoš vystupňovat a transformovat v život, v tělesnou vitalitu a v touhu po sjednocení s Bohem. Celibátník proměňuje sexualitu v eros, eros oplodňuje duchovní život.“ [11, str. 46–47]

My křesťané máme svou sexualitu plně prožívat až v manželství. Býváme při kázáních nabádáni, abychom si nemysleli, že láska je jenom sex, jsme upozorňováni na důležitost a význam křesťanské lásky, která se projevuje dobrými skutky, obětavostí a případně úplným odevzdáním v zasvěceném životě. Uvedme na tomto místě příklad života v panenství: „Zasvěcení ženy v panenství nelze správně pochopit, neodvoláme-li se na manželskou lásku. Neboť v takové lásce se jedna osoba stává darem pro druhou. [22, str. 50] Někdy můžeme mít pocit, že sexualita je něco podřadného, určeného jen k plození dětí. Z omylu nás vyvádí Jan Pavel II. Při jedné ze svých audiencí pronesl tato hluboká a moudrá slova: „Lidské tělo s jeho pohlavím a jeho mužstvím a ženstvím je z pohledu samotného tajemství stvoření nejen zdrojem plodnosti a plození, jak tomu je v celém ostatním přirozeném řádu, ale od počátku zahrnuje snubní vlastnost, totiž schopnost projevovat lásku – tu lásku, kterou se člověk-osoba stává darem a skrze tento dar uskutečňuje samotný smysl svého bytí a své existence.“ [26, str. 10] Také v knize Genézis je psáno: „Proto opustí muž svého otce i matku a přilne ke své ženě a stanou se jedním tělem“ (Gn 2,24). „V centru zde stojí naléhavé puzení dvou lidí k tělesnému

spojení, aniž by přitom musel být hned zohledněn aspekt plození dětí.“ [4, str. 16]

Úcta k životu v odříkání a v panictví se rozšířila ve středověku. „Život v panictví a panenství představoval ideální životní formu křesťana.“ [4, str. 31] Vlastně až do Druhého vatikánského koncilu zůstávala sexuální oblast života křesťana tabu, hodnota sexuality do té doby byla nedoceněná, a pokud i v manželství nebyla sexuální aktivita směřována k plození dětí, byla považována za lehký hřích. Rigorózní moralista sv. Alfons se domníval, že každé tělesné potěšení je těžký hřích.

Po Druhém vatikánském koncilu vystupují moralisté jako Häring, kteří se snaží hledat, co je v morálce proměnlivé a co je neměnné. Jistěže manželská nevěra zůstává i nadále nevěrou, postoj církevních představených k sexualitě však začíná být pozitivní.

1.5.7 Život křesťana podle pravdy

Pokoru bychom mohli charakterizovat jako pravdu o nás samých. Pokora je přijmout sebe samu takovou, jaká opravdu jsem. „Pokora ukazuje, že se určitý člověk setkal se sebou samým, že zakusil svou vlastní bezmocnost a v této bezmoci skutečnost milosti Boží.“ [11, str. 84] Svatý Benedikt svým bratřím zanechal mimo jiné i tuto radu: „Kdo se v báni Boží nevynáší pro své dobré chování, ale uznávají, že sami od sebe ho nejsou schopni, nýbrž jen skrze Pána, a Pána také, který v nich působí, spolu s prorokem velebí slovy: „Ne nám, Pane, ne nám, ale svému jménu dej slávu.“ Stejně tak ani apoštol Pavel si ze svého kázání nic nepřičítal, když říkal: „Milostí Boží jsem to, co jsem,“ a na jiném místě: „Kdo se chlubí, ať svou chloubu klade v Pána (Benediktýnská řehole, předmluva. 29–32) [5, str. 48] Pro Benedikta je pokora kritériem, podle něhož se rozpozná pravá spiritualita od nepravé.

Na člověka jsou dnes kladeny vysoké nároky v zaměstnání i v soukromém životě. Rizikové faktory dnešní doby podle Grüna jsou: vůle po dokonalosti, pracovní nasazení, snaha po perfektnosti, zabezpečení, po záruce zdraví a po zdařilém zvládnutí života. Když všechny tyto požadavky sečteme, zjišťujeme, že zde máme živnou půdu pro vznik neuróz. Abychom se uchránili neurotických vlivů, je zapotřebí znát svoje vlastní hranice, být asertivní a umět říci ne, pokud poznáváme, že například pracujeme na spánkový dluh a jsme dlouhodobě přepracovaní. To je jen lidská stránka věci. Ve vztahu k Bohu potřebujeme ušetřit čas na modlitbu, četbu Písma nebo jiné duchovní literatury, potřebujeme přijímat svátosti, které nám církev nabízí. Důležitým kritériem naší spirituality je, zda z nás vychází tichá radost [11, str. 61].

Je potřeba si pokorně přiznat naše sexuální touhy, které ne vždy smíme s čistým svědomím uskutečnit, a prosit Boha, aby je proměnil. Duchovní život se totiž netýká pouze duše [33, str. 20].

„Pochopení duchovního jako něčeho, co je odděleno od života, od hmotného a dějinného světa, budí podezření, že svět je chápán dualisticky. Dualistické pojetí duchovního života vede například k moralismu. Jestliže celý duchovní život je soustředěn do světa, který podle této mentality je světem duše, ale který podle toho, co hledá, je pouze světem psychickým, brzy se dostane do nesnesitelného napětí. Myslením a vůlí, které se nazývají „duší“, pokouší se řídit, bojovat a kontrolovat celou tělesnou skutečnost – pudy, vášně, touhy a potřeby. Napětí se stává stále silnější, téměř nesnesitelné. Protože

se snaží a namáhá, osoba cítí, že již nemůže dělat více a že dříve nebo později tato skutečnost nějakým způsobem vybuchne. Mezitím se duchovní život, chápáný jako praktikování modlitby, stává pouze vnitřním cvičením, askezí bez chuti, neschopným nabídnout pravé osvobození osobě uvězněné mezi intelektem a vášněmi. Kvůli zeslabení napětí se může stát, že začne přijímat kompromisy kvantitativní: půjdu až k tomu bodu, kdy budu moci. atd. Někdy se stane, že sklouzne ke skutečným patologiím, kde tento rigorózní postoj – ale ten je především postojem gnostickým a ne skutečně náboženským – dává růst podvědomému napětí, které již bylo skryto, a postupně je promění v neurózu [33, str. 20 a 24]. Od asketické spirituality, u níž šlo především o to, jak zvládnout problém chyb a slabostí, jak překonat vášně a potlačit zlé náklonnosti, odlišuje Grün spiritualitu proměnění. Ta vychází z toho, že v nás může existovat všechno, že všechno v nás má svůj hluboký smysl, že v nás může být proměněno všechno, i kdyby to zdánlivě bylo nevím jak temné a špatné, nemocné a slabé, že Boží světlo chce zazářit právě v našem trní, v našich slabostech a ranách. ... Bůh to je, kdo proměňuje nás i naše vášně, naše tělo i naši duši. Na nás je, abychom věřili Bohu [10, str. 82–83]. On promění tělo naší ubohosti v podobu těla své slávy – silou, kterou je mocen si podmanit všechno (Flp 3,21).

2. Praktická část

Požádali jsme o rozhovor věřící osoby, abychom zjistili jejich odpovědi na naše výzkumné otázky. Celkem jsme uskutečnili 14 rozhovorů, z nichž ten první byl zkušební. Zde se nejprve hledal způsob, jak předat informace o zkoumané osobě. Z 13 rozhovorů jsme dva rozhovory zaznamenali pomocí diktafonu, jeden rozhovor proběhl formou e-mailové pošty, jeden se uskutečnil papírovou formou a zbývajících devět rozhovorů je zaznamenáno do poznámkového bloku. Rozhovory byly polostrukturované. Předem připravené otázky byly kladeny v pořadí dle situace, u telefonního rozhovoru byly některé otázky z časových důvodů záměrně vypuštěny.

Respondenti si nepřáli, aby jejich jména byla v diplomové práci zveřejněna. U zkušebního rozhovoru bylo tedy jméno respondentky změněno a následující rozhovory jsme v záhlaví označili číslem a specifikovali pohlaví a rodinný stav účastníků rozhovoru.

2.1 Zkušební rozhovor – žena, 53 let, svobodná

Cítíte se někdy svázaná různými církevními předpisy nebo zákony? Doporučil vám někdo z církevních představených návštěvu psychiatra, když jste měla psychické problémy?

Shrnutí odpovědí: Petra je velmi citlivá žena ve středních letech. Strávila řadu let v klášteře jako řeholnice. Před několika málo lety jí byl udělen papežem dispens od slibů. Po odchodu z kláštera pracovala jako ošetřovatelka v jedné charitativní organizaci, nyní se stará o svoji starou nemocnou maminku.

Základním charakterovým rysem Petry je její obětavost – tolik příznačná pro řeholní sestry. Starat se o někoho, vcítit se do druhého člověka je Petře vlastní. Je proto docela možné, že se při práci hodně přemáhala a přepínala nad svoje síly, sáhla si možná až „na dno“.

Petrin zdravotní stav nebyl po odchodu z kláštera dobrý. Po roce, kdy se zdravotně necítěla dobře, nemohla se soustředit ani na modlitbu, jí kněz doporučil návštěvu psychiatra.

Od té doby bere antidepressiva. Připouští, že by mohla zčásti mít i únavový syndrom. Charakterizuje samu sebe jako ženu, která má poničené nervy, potřebuje klid, pravidelný režim a každý den také hodinu odpoledního spánku, aby si odpočinula. Má radost, když může někomu pomoci, posloužit, pak je unavená.

Petra je velmi pracovitá, nyní ji limituje její zdravotní stav – je v částečném invalidním důchodě. Cítí se často unavená. Všimla si na sobě zhoršení paměti, připisuje to lékům, které bere. Psychicky na ni nepůsobí dobře, jak její maminka, onkologicky nemocná paní, pomalu schází na těle. Velkou posilou je pro Petru účast na mši svaté, nemůže se však soustředit na modlitbu breviáře.

Před rokem se Petra seznámila s mužem. Teprve až přátelství přerostlo v lásku, zjistila Petra, že její partner je rozvedený a jeho manželství bylo uzavřeno církevně. V této chvíli se cítila svázaná církevními zákony. Kněz jí radil, ať muže nekontaktuje,

ona neposlechla. Zpětně se popisuje jako neposlušná Eva. Sebereflexí došla k názoru, že partnerský život by byl nad její síly – vzhledem k zdravotnímu stavu. Domnívá se, že svou přecitlivělost ve vztazích si přinesla z kláštera. Ve vztahu k tomuto muži si uvědomila, jak soucit k němu byl větší než láska k němu. Stále má toho muže ráda, ale vztah s ním ukončila. Nyní se s touto bolestnou situací vyrovnává.

2.1.1 Komentář ke zkušebnímu rozhovoru

Petriny psychické problémy se projevily během života v klášteře. Z dalších rozhovorů s Petrou víme, že v klášteře zjistila, že jejím povoláním není být řádovou sestrou. Její tělo o tom podalo prostřednictvím psychického onemocnění jasnou zprávu. Do řádu vstupovala v době komunistického režimu a neměla prostor, aby svoje povolání svobodně promyslela. Řím promluvil a věc se ukončila dispenzem od slibů. Další zkouška v dodržování církevních zákonů čekala Petru doma. I zde obstála podle církevního práva na jedničku, rozhodla se rozejít s rozvedeným mužem. Otázkou zůstává, jak dlouho bude trvat, než ji bolest z rozchodu přebolí. Petra je příkladem ženy, která žije svou vírou poctivě. Zakouší ze strany církevních předpisů dost omezení, víře v Boha však zůstává věrná a církev neopouští.

2.2 Rozhovor č. 1 – žena, 33 let, svobodná

Myslíš si, že křesťan by měl být kvalitnější člověk než nevěřící?

Víra by měla být na člověku vidět. Věřící dělají méně uvědomělého zla. Křesťan by měl dělat více dobra. Má chyby jako ostatní.

Jsi perfekcionista? Domníváš se, že bys měla usilovat jako správná křesťanka o dokonalost?

Člověk má přijmout svoje chyby, nemá je odmítat. Má být méně sobecký, dělat věci pro druhé lidi z toho přesvědčení, že dělá něco pro nejmenší, víc jim pomáhat a sloužit. Člověk by se měl přijmout takový, jaký je. Tak ho prostě Pán Bůh stvořil, i s chybami. Tak to má být. Nebýt našťvaná na sebe, že mám chybu a nemůžu se jí zbavit. Perfekcionismus nemá s křesťanstvím u mne nic společného. Já jsem prvorozená. Je to vlastnost člověka, který si určí, v čem chce být dokonalý.“

Je ti bližší duše, tělo, nebo obě stejně?

Duše a tělo musí být v souladu. Měla jsem období, kdy jsem rozlišovala duchovní a duševní, hodně jsem o tom přemýšlela. Řekla jsem si: Stop! Musím začít normálně žít, a ne jenom přemýšlet. Ideálem je pro mne harmonie. Nezasouvat tělo, to patří také k člověku. Když potlačuješ tělo, tak potlačuješ i psychiku. Církev zdůrazňuje duši a potlačovat tělo. Někomu to může vyhovovat. Někdo je víc duchovní, někdo je víc praktický. To chce tu svobodu.

Brala ti příslušnost k nějaké náboženské společnosti možnost svobodně se rozhodovat?
Ne. Já jsem byla ve společenství saleziánů a to mě zachránilo. Hodně jsem se v tom prostředí pohybovala, byla jsem v něm vychovávána. Chodila jsem do oratoře, jezdila jsem na chaloupky.

Pokud prožíváš nějaké těžké období v životě, máš pocit, že trpíš pro Krista? Co je pro tebe osvědčenou pomocí?

Sebedestruktivní sklony mám, ale neměla jsem to postavené na tom, že to dělám pro Krista a že se musím zničit. Motiv nebyl Kristus. Já si nemyslím, že Kristus to chce (abychom se ničili). Na koho se obrátím? Co je metoda? To teď hledám. Ještě jsem to pořádně nenašla. Teď jsem dostala k narozeninám žalmy – knížku. To mi vyhovuje – ne všechny. Hledala jsem u meditace, zkoušela jsem nějaká tělesná cvičení, jít se proběhnout, jít na hezkou výstavu obrazů, na koncert. Nestačí hledat jen v modlitbě. Samozřejmě v modlitbě taky. Ne vždycky modlitba pomůže, já si myslím, že to není automaticky. Když jsi hodně unavená nebo smutná, když máš lehké deprese, takové to klasické. Nestačí hledat jen v modlitbě.

Jsi tedy spíše samostatná. Nevyhledáváš kněze nebo psychologa?

Nemám jiné možnosti. Psychologa jsem vzdala. Trochu teď přemýšlím, jestli mám jít k jedné psycholožce, nebo ne. Uvidím. Chodila jsem ke katolickému psychologovi a ten mě našel. Nutí ti jakoby svůj pohled a svoji cestu. Já jsem od něho chodila zničenější, než jsem tam přišla. Říkala jsem si, že to takhle není možné a přestala jsem tam chodit. Nepotřebuju slyšet kecy, které mi vůbec nesedí. I když v některých věcech byl dobrý a něco mě naučil. A navíc mi přijde, že to hrne moc chlapsky. Ta ženská duše to potřebuje jinak. Chlapi ti nastříhnou řešení, které oni používají. Pak ti to hází a chtějí, abys to řešila taky tak. Myslím, že to tak vůbec nemusí být. To může být jinak. Pak, když jsem mu to řekla, tak na mne hleděl s údivem a pak trochu zmírnil. Tak to řeším sama, protože vnější lidi na to nemám. Samozřejmě ideální by bylo, kdybych měla za kým jít, povykládat si a tak. Hodně věcí dělám samostatně, tak nevím, jestli to nedělám až moc.

Jaký je Tvůj obraz Boha?

Autoritativní. To máme z rodiny a farář v kostele může říkat, co chce, a s tím nikdo nic nenadělá. To chce dlouhodobou práci, když si to chceš předělat. To máš stejné jak k Panně Marii. Když nemáš vřelý vztah k matce, tak nemůžeš mít vřelý vztah k Panně Marii.

Zažila jsi někdy syndrom vyhoření, stav úplného vyčerpání?

Vyhoření ne, ale pocit beznaděje ano.

Jaký způsob modlitby ti vyhovuje?

Před deseti roky to byly žalmy. Je určitě dobrá vlastní modlitba, vyjádřit vlastní pocity, vztek a tak. Myslet to vážně, prostě co ti vnitřně sedne. Ne odříkávat, i když to odříkávání může být někdy taky dobré. Rozhodně ne takové to drmolání a dlouhodobě.

Jak často prožíváš pozitivní a negativní pocity a dokážeš vyjadřovat negativní a pozitivní pocity?

S projevy pocitů mám problémy a někdy i s tím jejich uvědomováním. Prožívám dost často nějaké, spíš negativní. Jsem taková, že pocity spíš projevují dovnitř, což je blbý.

Potlačovala jsi někdy vlastní pocity s tím, že Pánu Bohu uděláš radost?

To určitě – ke svým rodičům, protože musíš ctít své rodiče, to je přikázání. Ale že ti

ublížili a jsou takoví a makoví, to prostě nikoho nezajímá. Musíš je ctít, přes to nejede vlak.

Jak dává tvoje tělo najevo nespokojenost ?

To je různé. Bolest hlavy, bolest v krku, celkově nepříjemné pocity, které se nedají někdy vydržet, bolest v páteři – docela. Třeba, že špatně vidím a musím hodně zaostřovat, abych něco viděla. Nebo třeba jsou různé vyrážky.

Zažíváš někdy ve snu, že jsi pronásledována, vězněna, někdo tě chce zabít ?

Když se mi začnou zdát špatné sny, tak si říkám : Aha, něco se děje. Jeden sen by mi tak nevadil, ale když jsou tři, čtyři, tak je to varovné.

Jaký je tvůj postoj k vlastní sexualitě ? Vnímáš ji spíš negativně, nebo pozitivně ?

Mě ovlivňují postoje z rodiny, a to dost negativně. Snažím se to rozhodně brát tak, že je to něco normálního. Já se spíš v tomhle chlapů bojím. Ale nechtěla bych to tak mít. Já mám pocit, že se mi to na základě některých událostí posunuje k pozitivnímu.

Míváš z něčeho pocit viny ?

Kdybych třeba nechtěně neplánovaně otěhotněla, tak bych si řekla, že je to trest za to, že jsem ten sex měla. Víím, že to tak není. Ale mám ten pocit dost silně, takže to mě dost ovlivňuje a s tím bych něco dělat chtěla, protože si myslím, že spousta dětí se narodí, i když ta ženská nechce, a dítě se narodí, tak to tak má být. Ale na druhou stranu je potřeba mít zdravý rozum, protože to dítě potřebuje rodinu. Takže sex je špatný – tak to mám u sebe.

Odražoval tě někdo z církve od úmyslu navštívit psychologa nebo psychiatra ?

Takhle vyloženě ne. Ale víím, že jsou lidi, třeba tatínek jedné kamarádky trvá na tom, že prostě psycholog není potřeba a že když člověk chodí ke svátostem, tak to stačí. A pak jsem chodila k jedné psycholožce, která byla jakoby farní, a taky z toho neměla dobré pocity, protože kněží nebyli nadšení z toho, že ona tam je. Oni měli pocit, že to není potřeba. Takže spíš mám zkušenosti takto přenesené. Že by mě někdo odražoval, ale ani že by mě někdo doporučil k psychologovi. Myslím si, že by to kněží měli doporučovat a nehrát si na psychology.

Jak se stavíš k vlastnímu utrpení ? Dokázala bys odejít z prostředí, kde je to pro tebe těžké ?

To není vůbec jednoduchá otázka, tam je hodně faktorů. Třeba teď trpím v práci a hledám – ve vztahu. Mám zkušenost, že jsem nedokázala odejít ze vztahu, kde jsem trpěla. Není to jednoduché. Někdo řekne : Ta je blbá, že s ním je. Rozumově víš, že musíš jít pryč, že je to nutné, že ta budoucnost je blbá s tím člověkem a nečeká tě nic hezkého, čekají tě spíš negativní věci, ale nedokážeš odejít.

Z práce bys dokázala odejít ?

Já mám spíš problém, že pořád odněkud utíkám. Teď už jsem rozumnější, takže bych dala výpověď hned, ale nemám novou práci. Před čtyřmi lety jsem to udělala. Dala jsem v práci výpověď a neměla jsem novou. V té práci to není dobré. Přitom jsem tam přes rok. Spousta lidí by řeklo, já tady nebudu. Nebudu dělat poskoka.

Jsi jako křesťanka asertivní ?

Neumím být asertivní.

Je to spojené s tím, že jsi křesťanka ?

Ne. Myslím, že jsou to čistě psychologické otázky.

Kolik je ti roků ?

33.

Máš nějaké zdravotní potíže ?

Se zády.

Jaký je tvůj spánek ? Budíš se uprostřed noci, vstáváš předčasně, nebo nemůžeš večer usnout ?

Usnout můžu, ale budím se většinou tak po páté hodině bez budíku. A v noci, když se třeba vzbudím a jdu třeba na záchod, tak pak nemůžu usnout. To mám teď, dlouho.

Jak se k tomu stavíš ?

Vím, že to není dobré. Já jsem teď celkově v krizi, v takovém přerodu. Nejsem teď spokojená se svým životem, vůbec ne, jakoby v hodně směrech. Někdo je třeba spokojený v rodině, a má to špatné v práci, tak se upne na rodinu a nějak to zvládá. Nebo obráceně. Třeba se rozvádí, ale v práci to má dobré. Já žiju sama, v práci je to na houby.

Bude přerod ? Já nevím, k čemu se dopracuju.

Zrovna včera jsem si řkala, jaký má smysl, že spousta lidí žije v utrpení celý život, nebo třeba ta různá traumata z druhé světové války, z holocaustu, z koncentráku. Ti lidé tím trpěli celý život, přenášejí to na své další generace. Jaký to má smysl, že někdo se toho nezbaví celý život ? Já jsem zrovna včera nad tím přemýšlela, že nějaký smysl to má. Já to mám napojené na Pána Boha.

Pro spásu, pro vykoupení, všechno zlé je k něčemu dobré.

Ne, to mi nepodsouvej. To nevím, jaký to má smysl, ale věřím, že nějaký jo.

Tak to je dobře, že nejsi v beznaději.

Možná, protože ti nic jiného nezbude, protože když vidíš, že někdo je celý život ponořený v nějakém traumatu, nedokáže se toho zbavit. Ne každý může chodit k psychologovi, který ho toho zbaví.

Ne každý má peníze, aby platil za každé sezení.

To zaprvé, zadruhé časově, zatřetí nejsou ti psychologové. Tam v nějakých vesnicích, myslíš, že můžou někde jezdit ? Nebo když si říkám, cizinci, když tady jsou. Tak jak to musí být těžké pro ně. Ti Rusi a já nevím, kdo všechno. Ti lidé taky trpí psychickými problémy, jsou odtrženi od rodiny a nemůžou si dovolit ten luxus chodit k nějakému psychologovi. Tak jaký to má pak smysl ? Tak nad tím jsem přemýšlela.

Takže utrpení má podle tebe smysl ?

Vždyť ti říkám, že musí mít smysl. Nehledám ho. Já si myslím, že to nemůžu najít, že je to tak celosvětové, celoobsažné. To nemůžu prostě zjistit, proč zrovna tady ten

člověk trpí. Třeba proto, že na druhém konci světa se má někdo líp. Já nevím. To jsou věci, které nejsou jednoduché a na které asi nikdy nepřijdeme nebo přijdeme až potom, někdy.

Ty neřešíš, proč trpíš, ale snažíš se to protrpět, aby bylo líp ?

Jsou věci, o kterých víš, proč trpíš, které jsou jasné příčiny a následky. Když nebudeš dávat přednost na silnici, tak se nediv, že se vybouráš a zůstaneš na vozíku. Když budeš na lidi zlá, tak oni budou na tebe taky zlí a tobě to taky nedělá dobře. Pak jsou věci, za které nikdo nemůže. Nemůže někdo za to, že do něho někdo vrazí autem. Nebo že dítě je znásilňované svými rodiči. Tyhle věci. Nevinný člověk a něco negativního se mu stane. Jaký tohle má smysl? To si myslím, že na to ani nemůžeme přijít. To jsou tajemné věci. Ty se máš špatně, protože někde jinde se má někdo jiný dobře. Nebo obráceně. To není tvoje věc, ani to nemůžeš ovlivnit. To jsou věci, které jsou tak zařízené.

Jaké nároky na tebe klade křesťanská víra ?

Jak je člověk vychovaný, to má vliv. Nároky ve smyslu dodržovat ty rituály, chození na mši, k přijímání, pravidelně ke zpovědi, nehřešit a modlit se pravidelně, zpytovat svědomí. Ted' se to snažím pochopit vnitřně, nějak postojově. Nejsi automaticky lepším člověkem, když chodíš v neděli do kostela nebo když se každý den ráno pomodlíš Otče náš. Ale samozřejmě věřím, že to nějak působí. Působit to musí. Také jde o to, kam chodíš, jak to tam vypadá.

Ted' ty nároky nemáš ?

Nemám. Možná se snažím najít, v čem to vlastně je, ta víra. V čem se to má v životě odrážet, když to není ve vnějším dodržování nějakých příkazů, zákazů. Jak říká Marek Eben, že víra je taková optika, kterou se dívá na svět. Věřím tomu, že utrpení má nějaký nadpřirozený smysl, který ví jen Bůh. To je třeba jedna ta část. Já se snažím víru oddělovat od přirozených věcí, protože spousta věcí jsou normální přirozené, i ty psychologické typu city – tam ta v uvozovkách víra nemá co dělat. Když jsem našťvaná, tak jsem našťvaná. Nebo respektive má víra dělat opak, než co dělala. Nemáme to potlačovat, ale možná opravdu žít ten ryzí přirozený život. Protože, když se člověk nenaštve, tak se to třeba obrací proti tobě. Takhle to je, to je život.

Tak ty se ted' snažíš žít život ?

Ten žiju pořád. Snažím se ted' život vnímat jinak nebo prožívat jinak. Ale ne, že předtím jsem nežila život, byla jsem spoutaná. Prostě život člověk žije furt.

Já jsem si myslela, že život je něco těžkého, a když jedu na výlet, tak mám pocit, že se ulívám ze života.

Ale to máš v sobě zafixované od rodičů, ale to s vírou nemá nic společného, tu víru si na to nasadíš a máš pak o to více ty výčitky. Tohle je život. Já jsem se včera nudila a říkala jsem si, ještě se mi nechce spát, co budu dělat? Tak jsem si řekla, že se prostě nudím a že to vydržím. To je taky život. Taky jsem moje dvacátá léta, před třicítkou, po výšce měla pocit, že v práci dobré, ale osobní život taky nijaký. A taky jsem měla pocit, že se nudím, ale holt jsem tak žila. Člověk si musí říct, proč to tak bylo, jestli to tak chce dál, nebo nechce. A když nechce, tak něco s tím udělat. Já se snažím všechno

vnímat psychologicky všechno. Nevím právě, jestli to moc netlačím na tu stranu silou, nevím.

Myslím si, že je důležité vyrůst z toho dětského vnímání Boha. Asi je to o tom, že se člověk nedostane k nějakému rozhledu, zůstane mu ta dětská víra. Jak to vídávám na těch vesnicích, jak lidi od malička chodí do kostela, chodí pak se svými dětmi. Nebo víru ztratíš, protože ti ty dětské botičky nevyhovují, ale nedokážeš najít ty druhé boty, ty dospělácké. Nebo prostě se to povede a přerodíš se. Já mám pocit, že teď opravdu hledám. Pořád se snažím a prostě nevím, jestli ta dospělácká víra ke mně přijde, já prostě nevím. Jak já si potom budu moct dávat výčitky. Prostě jsem se snažila a nedostala jsem ji. Já nemůžu přece za to, že jsem se narodila do katolické rodiny, že mě tak vychovali. Třeba jsem zase za to ráda, protože ty duchovní věci ti pomáhají i v normálním životě, nebo jsi vzdělanější, máš větší rozhled, víc se orientuješ, ale jestli budu mít tu dospěláckou víru, to já nevím. Nebo třeba nevím, jestli na to nejdu špatnými cestami, přestože se snažím. Všechno je takové otevřené. Není to musíš, musíš, musíš, a když tu víru nemáš, tak je to tvoje chyba. Někdo se snaží. Buď to se snaží blbě, nebo se snaží a nedospěje k ní. Jako znám takové starší lidi, vysokoškolské profesory, jim ten dar nebyl daný.

2.2.1 Komentář k rozhovoru číslo 1

1. Mladá žena potlačovala negativní pocity ke svým rodičům, aby splnila přikázání úcty k rodičům. Hledá, jak se postavit ke křesťanským povinnostem (jako je účast na mši svaté) a pravidlům, aby vycházely z vnitřních postojů, a ne z tradice, jak bylo zvykem v její rodině.
2. Je si vědoma toho, že když potlačuje tělo, má to vliv na její psychiku. Svoje pocity navenek neprojevuje, projevuje je dovnitř. Její postoj k sexualitě je spíše negativní, ovlivněn rodinou.
3. Respondentka se nepovažuje za perfekcionistku. Pokud má nějaké sebedestruktivní sklony, nejsou motivovány potřebou podobat se Kristu v jeho utrpení.
4. Nemá zkušenost se ztrátou svobody v katolickém společenství.
5. Pomoc modlitby uznává, není to pro ni pomoc jediná. Tato žena dává přednost modlitbě vlastními slovy a modlitbě žalmů. Nemá ráda bezmyslenkovité odříkávání modliteb.

Celková situace ženy, se kterou jsme vedli rozhovor, je situace v krizi. Není spokojená ani v zaměstnání ani v soukromém životě. Odráží se to na jejím spánku – budí se příliš brzy, aniž by chtěla. Ví, že utrpení ve světě určitě smysl má. V současné době hledá „dospělou“ víru.

2.3 Rozhovor č. 2 – žena, 22 let, svobodná

Jsi křesťanka? Kolik máš roků a jaké máš vzdělání?

Jsem nepraktikující křesťanka (pozn. autorky: Církev československá husitská). Mám 22 roků, mám středoškolské vzdělání.

Jak často prožíváš pozitivní pocity ?

Po těžce negativních pocitech vždy. Třeba, když se něco povede.

Dokážeš vyjadřovat pozitivní pocity ?

Úplně hysterickým smíchem. Extrémně.

Jak často prožíváš negativní pocity ?

V našem ženském období. Když mne někdo zklame.

Dokážeš vyjadřovat negativní pocity ?

Lépe než pozitivní.

Máš nějaké zdravotní potíže. Pokud ano, jaké ?

Nevím. Určitě mám. Možná úzkostnou neurózu v dětství.

Jaký je tvůj obraz Boha ?

Bůh je nevyzpytatelný.

Klade na tebe v životě nároky křesťanská víra ?

Ne.

Míváš z něčeho pocit viny ? Například, když myslíš víc na sebe než na druhé ?

Ani ne.

Jak prožíváš, když uděláš závažnou chybu ?

Přiznám se k tomu. Napřed si to snažím nepřiznat. Když se člověk za to sám nepotrestá, tak se mu to vrací. Je to ve svědomí.

Pokud prožíváš těžké období v životě, co je tvojí osvědčenou pomocí ?

Zapomenu, podvědomě. Vyřvat se z toho, vykřičet.

Jsi perfekcionistka ?

Ne, flegmoš.

Myslíš si, že máš jako správná křesťanka usilovat o dokonalost ?

Spíš o dobro, ne o dokonalost.

Zažíváš někdy ve snu, že jsi pronásledována, vězněna, někdo tě chce zabít ?

Zrovna dneska. Před někým utíkám, někdo mne chce zabít, když chci utéct, mám těžké nohy.

Jak se stavíš k vlastnímu utrpení ? Dokázala bys odejít z prostředí, kde je to pro tebe těžké ?

Odešla bych.

Můžeš říct, že jsi někdy potlačovala vlastní pocity s cílem udělat Bohu nebo bližnímu radost ?

Ve svědomí, u starých lidí. Víra, abys dělala dobro, to ve mně je. Je mi líto všech, např. hlavně starých lidí. Často. Je to smysl. Je to přirozené.

Jaký je tvůj postoj k vlastní sexualitě ? Vnímáš ji spíše negativně, nebo pozitivně ?

Neutrální.

Je ti bližší duše, tělo, nebo obě stejně ?

Já jsem duše. Tělo je důležité a duše je nejdůležitější. Tělo se lépe ovládá. Duše a tělo patří k sobě.

Dává tvoje tělo najevo nespokojenost ? Pokud ano, popiš to.

Určitě. Tělo nespolupracuje, je unavené, bolí. Věkem více zlobí.

Myslíš si, že křesťan by měl být dokonalejší člověk než nevěřící ?

Ne.

Dohnala tě někdy snaha být dokonalá až na hranici, že to bylo pro tebe nesnesitelné ?

Chtěla bych, aby se mi to stalo.

Cítila ses někdy svázaná církevními předpisy a zákony ?

Nemívala jsem to, protože jsem nevybočila. Nejde o to, jak je to napsané, ale jak to člověk pochopí. Např. není napsané, že si muslimové mají přivázat kolem pasu výbušniny, přesto to někteří dělají.

Brala ti příslušnost k nějaké náboženské společnosti možnost svobodně se rozhodovat ?

Ne.

Byla ti někdy ze strany církve nabídnuta psychologická pomoc. Odrazoval tě někdo z církve od tvého úmyslu navštívit psychologa nebo psychiatra ?

Ne, ne.

Jaký je tvůj spánek ? Budíš se uprostřed noci, vstáváš předčasně, nebo nemůžeš večer usnout ?

Sem tam nemůžu usnout. Když se na něco hodně těším. Kdybych měla depku, tak nemůžu usnout. Uprostřed noci se nebudím. Mluvím ze spaní. Jednou jsem řvala sprosté nadávky a ráno jsem o tom nevěděla. Málokdy se vzbudím brzo.

Pokud prožíváš nějaké těžkosti v životě, jaký způsob modlitby ti vyhovuje ?

To bych se napřed musela modlit. Vlastně se modlím : Andělíčku, můj strážníčku – nebo jen zvolám – Bože ! To je spíš, co by se dělat nemělo.

2.3.1 Komentář k rozhovoru číslo 2

Rozhovor nám poskytla čerstvá maturantka, která byla jako dítě pokřtěná v Církvi československé husitské. Původ její neurózy je v dětství, občas má potíže s usínáním.

1. Necítila se svazována křesťanskými předpisy.
2. Studentka nám sdělila, že duše je pro ni důležitější než tělo, tělo se dá lépe ovládat. Její postoj k sexualitě je neutrální. Emoce potlačuje, když se jedná o staré lidi.
3. Neusiluje o to být perfektní, říká, že křesťan má usilovat o dobro, ne o dokonalost.
4. Svoboda jí v křesťanském společenství vzata nebyla.
5. S využitím modlitby jako léčebného prostředku nemá zkušenost. Její víra je hluboko uložená a vyplývá na povrch nejen mimoděk ve formě zvolání či jako naučená modlitba z dětství, ale hlavně jako vůle činit dobro. To je její smysl a to vidí tato mladá dívka, dnes už studentka VŠ, jako přirozené.

2.4 Rozhovor č. 3 – muž, cca 38 let, ženatý

Rozhovor byl poskytnut telefonicky. Respondenta jsme poznali na setkání s papežem v roce 2009 ve Staré Boleslavi.

Co můžeš říct ze své zkušenosti na téma křesťan a neuróza?

Hodně lidí to má. Takové věci nepovažuji za nemoc. Já jsem konvertita, uvěřil jsem až v 17 letech.

Jsi perfekcionista?

Mám to dost od táty. Byl to náročný táta. Vyžadoval ode mne dost, když jsem něco udělal špatně, tak mě i sepsul. Moc vlídná slova pro mne neměl. To máš tak, když budeš k sobě náročná, stejně vždycky najdeš někoho lepšího, než jsi ty.

Jaký je tvůj obraz Boha?

My chlapi vidíme Boha jako tátu. Tak Bůh je pro mne policajt. Myšlenkově to mám zpracované, ale je těžké s tím pohnout. Dost mi pomáhá křesťanské chlapské společenství. Zde jsem se ze zkušeností a chyb druhých poučil, že není důležité, jaký bych měl být před Bohem, že stejně lepší nebudu, ale že Bůh mě má rád takového, jaký jsem.

Svazují tě v církvi věci týkající se sexuality?

Ano, svazuje to. Člověk se to snaží ukočírovat, aby se nedostal do hříchu. I kněží a řádové sestry jsou sexuální bytosti, každý a každá s tím nějak žije. Někdo to řeší i tak, že se dostane do hříchu. To je v církvi tabu. Existuje tu zpověď a odpouštějící Bůh.

Jsem moc rád, že jsem v katolické církvi, církve si vážím. Potkávám zde lidi, třeba kněze, kteří by nemuseli mít vždy pravdu. Je těžké najít dobrého zpovědníka. Neraď chodím ke zpovědi v kostele, tam je to jak na běžícím pásu. Potřebuji klid a individuální přístup. Ze zpovědnice mám fobie. Můj zpovědník bydlí tak daleko, že k němu jezdím jednou za čtvrt roku nebo za rok.

Co je tvou osvědčenou pomocí, když malomyslníš?

Když mne napadají myšlenky, že nic neumím, nic nedokážu, nikdo mi nepomůže, tak vím, že je to našeptávání od zlého. Jeho cíl je snížit sebevědomí. Je to duchovní boj. Bůh nerezignuje. Teď používám takovou svou terapii: pozitivně se snažím ty myšlenky vyvrátit a říkat si: Jsem dobrej. Učím se to taky říkat před lidmi, že jsem dobrej. Boží dary má každý člověk, to, že je používá, je výraz díků Bohu.

2.4.1 Komentář k rozhovoru číslo 3

Respondent je otec rodiny. Svoje neurotické postoje nepovažuje za nemoc.

1. Svazují ho některé křesťanské předpisy týkající se sexuality, také má fobii ze zpovědnice.
2. Snaží se ovládat, aby se nedostal do hříchu.
3. Nároky, které na sebe má, pocházejí z přísné výchovy otce. Neurotickým příznakům vyhlásil boj, svěřuje se při něm Bohu, který nerezignuje, a sám se snaží získat větší důvěru v sebe, ve svoje schopnosti.

4. Nezjištěno.
5. Velkou pomocí je pro tohoto mladého muže křesťanské společenství mužů.

2.5 Rozhovor č. 4 – žena, 35 let, svobodná

Jste křesťanka ?

Jsem nepokřtěná „křesťanka“ (anonymní křesťanka – poznámka respondentky). Ani jedna z církví mi nevyhovuje. Mám zkušenost s pravoslavnou církví.

Cítila jste se někdy svázána církevními předpisy a zákony ?

Životní úkoly – do toho mne tlačili, striktní názor na život.

Brala vám příslušnost k nějaké náboženské společnosti možnost svobodně se rozhodovat ?

V katolickém pěveckém sboru jsem byla 10 let, účastnila jsem se liturgií. Sbor byl složený i z nevěřících, byla tam evangelička, někteří byli vlažnější. Zpívala jsem taky v Moravském cherubínském sboru. Křesťanské společenství mi víru nepředalo. Jeden kněz chtěl, abych šla do kláštera. Pak jsem zase zaznamenala manipulaci k tomu, abych zakládala rodinu.

Kolik je vám let a jaké máte vzdělání ?

Je mi 35 let, mám vysokoškolské vzdělání, studuji postgraduální studium.

Jaký je Váš zdravotní stav ?

Moje nemoc se jmenuje úzkostně-depresivní porucha, beru antidepresiva, nárazově neurol-anxiolitikum, trpěla jsem strachem o život. Dále mi byla diagnostikována neuralgie horního hrtanového nervu. Mám neurózu včetně fyzických projevů.

Co to je a jak se projevovala ta neuralgie ?

Jedná se o poškození nervu nebo vedení nervu. Stalo se mi to po viróze. Kvůli bolestem v krku jsem nemohla usnout, budila jsem se. Léky proti bolesti nezabíraly. Další příznaky mého onemocnění byly: nechutenství (po léčích), třes, neschopnost dojít na záchod, pořád jsem ležela. Protože jsem se bála nastoupit do autobusu, chodila jsem pěšky. Psychoterapii jsem prodělala půl roku – marně, když se to zhoršilo, pak dalšího půl roku. Poznala jsem meze našeho zdravotnictví. Žádný doktor mi nechtěl napsat neschopenku. Pomohla mi až paní doktorka na psychiatrii, léčí se u ní také můj otec, máme dispozice v rodině. Díky paní doktorce mohu dnes chodit normálně do práce. Snažím se pracovní nepřetěžovat.

Zažíváte někdy ve snu, že jste pronásledovaná, vězněná, někdo vás chce zabít ?

Někdy mě někdo honí, někdy mě honí zločinci, někdy jsem já zločinec. Plavu ve špinavé vodě, jdu přes potopený most, bojím se a vzbudím se. Zdálo se mi, že budu mít svatbu s kolegou, o kterého jsem nikdy nestála. Zdálo se mi, že nebudu mít kytici, věděla jsem, že ke svatbě nedojde. Zpívám ve snu nebo jezdím na koni – vrací se mi touha, kterou nemůžu naplnit v reálném životě – vzhledem k onemocnění mám zakázáno zpívat.

Jak často prožíváte pozitivní pocity ? Dokážete je vyjadřovat ?

Radost prožívám s přáteli nebo se synovci a s neteřinkou, při hudbě, při myšlenkách na to, co si přečtu, při tom, když pracuji na chalupě.

Jak často prožíváte negativní pocity ? Dokážete je vyjadřovat ?

Když je mi hodně zle, tak pláču. Umřela učitelka, nemocná maminka. Je to na mně poznat z výrazu tváře. Umím se i rozčítit, to se nestává často. Vztek prožívám vnitřně. Když mám menses, tak je mi zle. Po léčích mi některé věci nestojí za vztek.

Jste perfekcionista ? Domníváte se, že máte usilovat jako správný křesťan o dokonalost ?

Přehnaný perfekcionista nejsem. Když píšu vědecký článek, tak mám snahu, aby byl korektní. V úklidu perfekcionista nejsem. Cizí chyby mi nevadí. Nerozrušuje mne, když například laborantka udělá chybu.

Domníváte se, že máte usilovat jako správný křesťan o dokonalost ?

To si nemyslím. Jsem ovlivněna četbou. Mám ráda Halíka a Grüna. Je psáno, že i spravedlivý sedmkrát za den zhřeší. Myšlenka, že člověk je hříšný, je osvobozující. Pokud se hříchu vyvaruji, je to milost.

Míváte z něčeho pocity viny ?

Pocit viny mívám, když se pohádám s mámou. Cítím se provinile, když mám změnit lékaře, když zaspím, i když za to nemůžu – беру silné léky na spaní, když nejdu dělat hned povinnost.

Je vám bližší duše, nebo tělo, nebo obě stejně ?

Obě stejně. Popírat tělo je blbost. Tělo tě živí, je to dar od Boha, člověk by se měl o něho starat.

Jaký je váš postoj k vlastní sexualitě ? Vnímáte ji spíše pozitivně, nebo negativně ?

Pozitivní. To, co pohoršuje některé křesťany, mě ne. Vnucovali mi mít hodně dětí. Duševní činnost mne drží.

Klade na vás v životě nároky křesťanská víra ? Je něco, co vás na křesťanské víře zúzkostňuje ?

Klade. Miluj bližního svého – u některých je to těžké. Nevím.

Ztratila jsem strach ze smrti. Toho, co bude po smrti, se nebojím. To je tajemství. Nechci si nechat vnutit některá pravidla a postoje, protože mám jiný názor. Mystické tělo Kristovo: nikdo neví, kde začíná a kde končí. Nechci se nechat ovlivnit lidmi ani z církve, ani ostatními. Nedbám na módu, nedívám se na fotbal, mám jiný vkus.

Pokud prožíváte nějaké těžké období v životě, co je pro vás osvědčenou pomocí ?

Když je mi zle, bez léků se to neobejde. Pomáhá mi modlitba osamotě, v duchu, například ve vlaku růženec, většinou bolestné tajemství. Když nemůžu usnout, tak se modlím za někoho. Pomáhá mi hudba, umění, práce duševní, okopat zahrádku. Práce – to je pro mne.

Byla vám někdy ze strany církve nabídnuta psychologická pomoc, nebo vás naopak někdo z církve odrazoval od návštěvy psychologa nebo psychiatra ?

Chtěla jsem vyhledat faráře, ale pak z toho sešlo. Možná ho někdy vyhledám. Názory v křesťanském společenství jsou podle mne nedůvěra k psychologům.

Jak se stavíte k vlastnímu utrpení ? Dokázala byste například odejít z prostředí, kde je to pro vás těžké ?

Z práce jsem odejít nedokázala. Někteří lidé jsou konfliktní. Podmínky jsem si upravila. Nehrdinsky. Obtěžuju lékaře, ať využijí nové metody. Nikomu bych tu svou nemoc nepřála.

Můžete říci, že jste někdy potlačovala vlastní pocity s cílem udělat Bohu nebo bližnímu radost ?

Hodně často kvůli práci jsem potlačovala pocity. Archeologie je práce na stavbě a ve špinavém prostředí. Potlačovala jsem pocity kvůli práci s některými osobami, při soužití se svou sestrou a jejím manželem, kteří se hádají.

Jak dává vaše tělo najevo nespokojenost ?

Únavou, nevolností. Nevstanu z postele.

Myslíte si, že by křesťan měla být kvalitnější člověk než nevěřící ?

Víra zavazuje, každý by se měl snažit.

Dohnala vás někdy snaha být dokonalou až na hranici, že to pro vás bylo nesnesitelné ?

Je to utopie. Hříšný bude tak jako tak. Církev neumí pracovat s lidským selháním. Nemusí to být lidská vina, za vším může být Bůh. Někdy Bůh ukáže, že se člověk vydal na špatnou cestu. Někdy je člověk za to trestán. Může dojít k obnově vitálních možností. Mělo by se lidem odpouštět. Nepřemáhat se.

2.5.1 Komentář k rozhovoru číslo 4

Je až s podivem, jak tato nepokřtěná žena žije svoji můžeme říci křesťanskou víru. Leckterý křesťan by se za takové vědomosti o Bohu nemusel stydět.

1. Křesťanské společenství, kterého tato vědecká pracovnice byla členkou, ji nutilo zvolit si jedno z povolání: buď zasvěcený život, nebo manželství. Mělo striktní názory na život.
2. Žena se v tomto společenství cítila manipulována.
3. Velmi často potlačuje svoje pocity, když pracuje s lidmi ve svém zaměstnání nebo i doma, když je svědkem konfliktu v rodině. Často musí také přemáhat trvalou bolest, která provází její onemocnění, totiž neuralgii horního hrtanového nervu.
4. Podobat se Kristu v jeho dokonalosti považuje za utopii Archeoložka dále tvrdí, že církev neumí pracovat s lidským selháním.
5. Nemocné pomáhá modlitba osamotě, v duchu, modlí se i za druhé lidi, hlavně růženec.

2.6 Rozhovor č. 5 – muž, 60 let, svobodný

Kolik je vám let a jaké máte vzdělání?

Šedesát a půl, vzdělání mám vysokoškolské.

Jaký je váš obraz Boha?

Bůh je Otec, Láska, Bůh je obrovský, přesahující. Milosrdný Bůh. Můj obraz je kristocentrický, obrazem Boha je Kristus.

Jaké na vás v životě klade nároky vaše křesťanská víra?

Nároky evangelia: vidět v bližním Krista, sloužit v Kristu druhým. Každý den začínám znovu. Nárok v lásce, ve které chybuji, nárok, který se nedá splnit vlastní silou, jedine s Boží pomocí.

Cítil jste se někdy svázán církevními předpisy a zákony?

Ano. Poslušnost, vytváření mikrosvěta, v němž dochází k ponižování lidské důstojnosti. Zneužití autority v církvi, mlčení před představenými ve strachu. Duchovní demagogie – nést svůj kříž. Pokoncilní poslušnost znamená spolupracovat. Aktivita, ne slepá vydanost.

Míváte z něčeho pocit viny? (Například když myslíte více na sebe než na druhé?) Jak prožíváte, když uděláte závažnou chybu?

Úzkost mám, zpověď působí osvobozujícím. Můj osten mě znepokojuje, vede mě k výčitkám svědomí.

Pokud prožíváte nějaké těžké období v životě, co je pro vás osvědčenou pomocí?

Modlitba. Hledám člověka. Nemám problém sdělit, co mě trápí. Nebýt sám.

Jste perfekcionista? Domníváte se, že máte usilovat jako správný křesťan o dokonalost?

Nejsem workoholik, nemám rád odbyté věci, šlendriánské. Rozlišuji: v něčem jsem dobrý, v něčem podávám průměrný výkon. Mám trému.

Zažíváte někdy ve snu, že jste pronásledován, vězněn, někdo vás chce zabít?

Až tak už to není. Ve snu se mně něčeho nedostává, nemohu najít věc, kterou nutně potřebuji např. ke mši. Neschopnost dokonat.

Jaký je váš postoj k vlastní sexualitě?

Pozitivní. (Později tázaný zhodnotil tuto otázku slovy: To je prudérní, jak se ptáte. Měla byste mít k tomuto tématu více otázek.)

Jak se stavíte k vlastnímu utrpení? Dokázal byste například odejít z prostředí, kde je to pro vás těžké?

Ano, to jsem odešel. Hodnotím to pozitivně. U mě není nic z masochismu. Mě na kříži nemůže fascinovat utrpení. Rozumím oběti. Hledat primárně utrpení není dobré. Život není pořád těžký. Dneska jsem nenesl kříž. Když je mi dobře, zavolám někomu, kdo je na tom špatně. Harmonie života -bez utrpení to nelze, láska bez oběti není.

Můžete říci, že jste někdy potlačoval vlastní pocity s cílem udělat Bohu nebo bližnímu radost ?

Ano, vysloveně je mi to vlastní. Altruismus. Mám za sebou syndrom vyhoření. Dal jsem si mantinely, umím říct ne. Poučil jsem se.

Je vám bližší duše, tělo, nebo obě stejně ?

Obě stejně. Nedá se oddělit od sebe. Mnoho věcí se mi líbí.

Dává vaše tělo najevo nespokojenost ? Pokud ano, popište to.

Únava, pocení, bušení srdce, rozladěnost.

Myslíte si, že křesťan by měl být kvalitnější člověk než nevěřící ?

Měl by být vzorem. Integrovaný humanismus, křesťanství směřuje k plnosti lidství.

Dohnala vás někdy snaha být dokonalý až na hranici, že to bylo pro vás nesnesitelné ?

Ne. To mě obtěžovalo, někteří mě k tomu hnali. Potřebuji pocit být milován, domov, ukotvení. Nedostatky mě mrzely v životě. To mě nikdy nesvádělo.

Jaký je váš spánek ?

Nemůžu usnout, trpím nespavostí.

Byla vám někdy ze strany církve nabídnuta psychologická pomoc ? Odrazoval vás někdo z církve od vašeho úmyslu navštívit psychologa či psychiatra ?

Neodrazoval mě nikdo.

Pokud prožíváte těžkosti ve svém životě, jaký způsob modlitby vám vyhovuje ?

Modlitba jako jednoduché opakování jména Ježíš včetně růžence.

Máte nějaké zdravotní potíže ? Pokud ano, jaké ?

Ano. Měl jsem syndrom vyhoření, boreliózu. Mám hypertenzi a poruchy metabolismu.

Jak často prožíváte pozitivní pocity ?

Díky Bohu dost často. Jsem vychutnávač života, hedonik – člověk, který si dovede užít maličkosti, raduji se z ukotvení v rodině, domov je pro mne hodnota.

Dokážete vyjadřovat pozitivní pocity ?

Ano, rád. Potřebuji někoho, abych mohl sdílet s ním.

Jak často prožíváte negativní pocity ?

Taky často. Snažím se nenechat je působit. Nejsem snílek, žiji v realitě. Optimismus mi dává víru.

Dokážete vyjadřovat negativní pocity ?

Dovedu i nadávat. Včetně vulgarismů. Neberu Boží jméno nadarmo.

2.6.1 Komentář k rozhovoru číslo 5

Při svátosti smíření jsem sdělila knězi, že mám neurózu, načež on reagoval, že ji má taky. Zde vznikl nápad poprosit zpovědníka o rozhovor. Překvapilo mě, jak otevřeně tento kněz odpovídal na kladené otázky.

K výzkumným otázkám :

1. Cítí se svázán, pokud se v církvi používá duchovní demagogie – tj. povinnost nést kříž, který je lidsky nedůstojný.
2. Nemá potíže s vyjadřováním kladných i negativních pocitů. Umí však potlačit svoje emoce s motivem, aby udělal bližnímu nebo Bohu radost. Je altruista.
3. Přiznává, že byl hnán k dokonalosti, že si však více cení hodnot jako je láska – být milován a ukotvení v rodině. Prošel syndrom vyhoření, byl tedy v určitém období svého života přetížený a vyčerpaný. Dnes už si umí chránit svoje hranice, naučil se říkat ne. Není fascinován Kristovým utrpením na kříži, utrpení chápe jako součást života, ne jako prioritu, chápe hodnotu oběti pro lásku.
4. Má špatnou zkušenost se slepou poslušností k představeným podle předkoncilních zásad. Dovolává se Druhého vatikánského koncilu, kde byla zdůrazněna aktivní poslušnost a spolupráce s představeným.
5. Nejúčinnější modlitbou je pro tohoto kněze vzývání jména Ježíš a modlitba růžence.

2.7 Rozhovor č. 6 – žena, 33 let, vdaná

Jaký je tvůj obraz Boha ?

Bůh se nedá popsat. Mluví ke mně skrze znamení: události, setkání.

Je něco, co v tobě vyvolává na křesťanské víře úzkost ?

Mám úzkost z Krista na kříži. Mám dojem, že to má u mne vyvolat pocity viny.

Míváš z něčeho pocit viny ?

Když udělám chybu, mívám špatné svědomí. Trvá mi dlouho, než se z toho dostanu.

Pokud prožíváš nějaké těžké období v životě, co je pro tebe osvědčenou pomocí ?

Osvědčenou pomocí je četba, taky uklízení, žehlení.

Jsi perfekcionista ?

Myslím si, že nejsem. Úsilí o dokonalost v sobě mám. Byla jsem vychovávána v křesťanské rodině.

Zažíváš někdy ve snu, že tě někdo pronásleduje, jsi ve vězení nebo tě chce někdo zabít ?

Dříve jsem měla sen, jak se se mnou utrhl výtah nebo jak jsem se převrátila v autobuse.

Dokázala bys odejít z prostředí, kde je to pro tebe těžké ?

Myslím, že bych dokázala odejít.

Můžeš říct, že jsi někdy potlačovala vlastní pocity s cílem udělat Bohu nebo bližnímu radost ?

Ne, já to tak nemám.

Jaký je tvůj postoj k vlastní sexualitě ?

Hlavní roli hrají hormony.

Je ti bližší duše, tělo, nebo obě stejně ?

Asi duše. Já na tělo docela kašlu. Kašlu na svůj vzhled, ale o zdraví dbám. Chodím cvičit, běhat . . .

Jakým způsobem dává tvoje tělo najevo nespokojenost ?

Únavou.

Zažila už jsi někdy stav úplného vyčerpání, kdy ses cítila úplně na dně ? Když ano, popiš ho, prosím.

Vyčerpání jsem zažila, už si nepamatuji přesně okolnosti. Netrvalo to několik týdnů nebo měsíců.

Myslíš si, že křesťan by měl být kvalitnější člověk než nevěřící ?

Především by měl být dobrý člověk a pak dobrý křesťan.

Dohnala tě někdy snaha být dokonalá až na hranici, že to bylo pro tebe nesnesitelné ?

To ne.

Cítila ses někdy svázaná církevními předpisy a zákony ?

Dvakrát jsem odcházela od zpovědi v horším stavu, než jsem tam přišla.

Brala ti příslušnost k nějaké náboženské společnosti možnost svobodně se rozhodovat ?

Ne. Například jóga mi pomohla najít to důležité v křesťanství.

Jaký je tvůj spánek ? Budíš se uprostřed noci, vstáváš předčasně, nebo nemůžeš usnout ?

Nemám potíže se spánkem.

Byla ti někdy ze strany církve nabídnuta psychologická pomoc ? Odrazoval tě někdo z církve od tvého úmyslu navštívit psychologa nebo psychiatra ?

Kněze jsem o pomoc nežádala.

Jsi muž, nebo žena ? Kolik je ti let a jaké máš vzdělání ?

Žena, 33 let, vzdělání vysokoškolské.

Máš nějaké zdravotní potíže ? Když ano, jaké ?

Migrény, když se rozčílím. Krční oblast.

Jak často prožíváš pozitivní pocity ?

Každý den. Někdy celý den prožiji pozitivně, někdy to jde od desíti k pěti. Ale docela často mám pozitivní pocity.

Dokážeš vyjadřovat pozitivní pocity ?

Když mám pozitivní pocity, tak je dávám najevo. Spíš když mám negativní, tak se je snažím najevo nedávat.

Jak často prožíváš negativní pocity ?

Málokdy. Maximálně jedenkrát za 14 dní. Tak dvakrát do měsíce.

Dokážeš vyjadřovat negativní pocity ?

Spíš mi dělá problém udělat si pořádek sama v sobě, proč se cítím špatně a jestli mně s tím druhý může nebo nemůže pomoci. Někdy mám špatnou náladu a snažím se, abych druhým nenadávala za všechno, co se mi zdá i si myslím, že je jejich chyba, když

je to způsobeno mou špatnou náladou. Obecně tomu můžeme říkat hřích. Je špatné, když obtěžuju druhé lidi se svými problémy. Třeba se špatně vyspím a pak jsem druhý den protivná, všem nadávám a je to můj problém, ne jejich. To se snažím nedělat. Ne vždycky se to daří.

2.7.1 Komentář k rozhovoru číslo 6

Mladá maminka dvou malých dětí, která žije ve spokojeném manželství, se vyjádřila k tomu, co v křesťanském prostředí u ní budí úzkost.

K výzkumným otázkám :

1. Pohled na Kristův kříž v ní vyvolává pocit viny. Pokud udělá nějakou chybu, mívá také pocity viny. Stalo se jí dvakrát, že zpovědí se jí neulevilo, naopak přitížilo.
2. Negativní pocity se snaží nedávat příliš najevo a pátrá po jejich příčinách. Nerada přenáší svoje problémy na druhé lidi. Jedná se o velmi pěknou ženu, která o svůj vzhled příliš nedbá, je jí bližší spíše duše.
3. Úsilí o dokonalost v sobě má, protože byla vychována v křesťanské rodině. Domnívá se, že křesťan by měl být na prvním místě dobrý člověk.
4. Pomohla jí zkušenost se cvičením jógy.
5. Osvědčenou pomocí při životních těžkostech je četba a činnosti jako uklízení a žehlení.

2.8 Rozhovor č. 7 – žena, 36 let, svobodná

Jaký je tvůj obraz Boha ?

Bůh je pro mne někdo, koho se bojím zklamat. Trochu policajt, který vidí každou moji chybu.

Jaké na tebe klade nároky tvoje křesťanská víra ? Je něco, co tě na křesťanské víře zúzkostňuje ?

Víra na mne klade vysoké nároky. Snažím se plnit Boží vůli a zúzkostňuje mne, že ji neznám. Bojím se udělat chybu, protože jako křesťanka bych měla jít příkladem.

Máš z něčeho pocit viny (například když myslíš více na sebe než na druhé) ? Jak prožíváš, když uděláš závažnou chybu ?

Pocity viny mívám často. Když třeba nejsem na někoho milá, jak bych měla, když mne napadají myšlenky, které nechci, aby mne napadaly. Cítím se provinile, když udělám nějakou chybu. Když myslím víc na sebe než na druhé, tak si trochu připadám jako sobec. V poslední době, hlavně díky intenzivní psychoterapii se to lepší a přestávám se bát myslet na sebe nebo udělat něco dobrého pro sebe.

Pokud prožíváš nějaké těžké období v životě, co je pro tebe osvědčenou pomocí ?

Když mám nějaké těžké období, tak se snažím co nejrychleji spojit s knězem, s mým duchovním průvodcem. Jako druhá pomoc mne napadá zavolat kamarádce, pak rada psychologa. Nevěřím si, že bych nějakou věc mohla řešit sama. O samostatnost se snažím, občas mi to v menších věcech začíná jít.

Jsi perfekcionista ?

Myslím si, že jsem perfekcionista, taková puntičkářka. Často si dávám vysokou laťku a usiluji dělat věci svědomitě a vůbec být svatá.

Jak se stavíš k vlastnímu utrpení ? Dokázala bys například odejít z prostředí, kde je to pro tebe těžké ?

K vlastnímu utrpení jsem se stavěla s vědomím, že je to Boží vůle. Z prostředí, kde to bylo pro mne těžké, jsem několikrát nedokázala odejít. Mám na mysli změnu zaměstnání.

Potlačovala jsi někdy vlastní pocity s cílem udělat Bohu nebo bližnímu radost ?

Často jsem potlačovala vlastní pocity. Když jsem se cítila mizerně a bylo mi úzko, nebo když jsem byla naštvaná, stále jsem se snažila usmívat.

Jaký je tvůj postoj k vlastní sexualitě ? Vnímáš ji spíše pozitivně, nebo negativně ?

Svoji sexualitu vnímám spíše negativně, jako takovou přítěž, raději bych byla někdy andělem, abych se nemusela svým tělem zaobírat. V minulosti jsem si svoji sexualitu neuvědomovala, považovala jsem ji za materiální a neduchovní, pro mě, svobodnou ženu, to byl téměř jako nástroj hříchu. Už v dětství jsem měla sklony k masturbaci, v dospívání jsem pod vlivem konverze ke katolictví s tímto návykem, tzv. hříchem, díky svátosti smíření skoncovala. V období mladšího školního věku se mi dostaly do rukou pornografické fotografie, ty nasměrovaly negativně můj pohled na pohlavní akt

Je ti bližší duše, tělo, nebo obě stejně ?

Chtěla bych, aby moje duše a tělo byly v rovnováze. Teď mám trochu pocit, že jde tělo dopředu.

Jakým způsobem dává tvoje tělo najevo nespokojenost ?

Buší mi srdce, mám pocity na omdlení, jsem nervózní.

Myslíš si, že křesťan by měl být kvalitnější člověk než nevěřící ?

To si myslím.

Dohnala tě snaha být dokonalou až na hranici, že to bylo pro Tebe nesnesitelné ?

Ano, dělala jsem v práci vše tak úzkostlivě pečlivě a měla jsem strach udělat chybu. Bylo mi z toho všeho moc smutno a cítila jsem se špatně.

Cítila ses někdy svázaná církevními předpisy ?

Myslím, že jsem se necítila svázaná.

Brala ti příslušnost k nějaké náboženské společnosti možnost svobodně se rozhodovat ?

Ano. Měla jsem absolutní důvěru k jednomu knězi a dělala jsem vždy do puntíku to, co mi řekl, nebo co jsem si myslela, že by mi řekl. Byl pro mne zosobněnou Boží vůlí. Vložila jsem zodpovědnost za svůj život do jeho rukou. Neuměla jsem se sama rozhodovat, na vše jsem si žádala o dovolení a považovala jsem to za poslušnost. Myslím, že jsem se pomalu odnaučila myslet sama za sebe. Ptala jsem se ho dokonce i na své zdravotní problémy a jestli si myslí, že mám jít k odbornému lékaři, když mi to praktický lékař doporučil.

Byla ti někdy ze strany církve nabídnuta psychologická pomoc? Odrazoval tě někdo z církve od tvého úmyslu navštívit psychologa či psychiatra?

Ze strany hierarchické církve mi nebyla nabídnuta psychologická pomoc. Jeden kněz mne dokonce odrazoval od návštěvy psychiatra s odůvodněním, že se za mne bude modlit.

Pokud prožíváš těžkosti ve svém životě, jaký způsob modlitby ti vyhovuje?

Když mi bylo nejhůře, osvědčila se mi modlitba růžence, korunky k Božímu milosrdenství a pak zvolání: Pane, smiluj se nebo Pane Ježíši, miluji tě.

Jsi muž, nebo žena? Kolik je ti let a jaké je tvoje vzdělání?

Jsem žena, mám 35 let. Vzdělání mám vysokoškolské.

Máš nějaké zdravotní potíže? Pokud ano, jaké?

Mám sníženou funkci štítné žlázy a generalizovanou úzkostnou poruchu.

Jak často prožíváš pozitivní pocity? Dokážeš je vyjadřovat?

Pozitivní pocity prožívám docela často, ale neumím je vyjadřovat. Snažím se o to.

Jak často prožíváš negativní pocity? Dokážeš je vyjadřovat?

Negativní pocity prožívám taky často, hlavně mě trápí nutkavé myšlenky, které jsou spojeny s úzkostnou poruchou. V poslední době prožívám častěji hněv, a dokonce je to na mně i vidět, takže negativní pocity se mi vyjadřují lépe.

2.8.1 Komentář k rozhovoru číslo 7

Jedná se o sebereflexi autorky této práce.

K výzkumným otázkám:

1. Pisatelka se snaží úzkostlivě dodržovat křesťanská pravidla.
2. Neumí vyjadřovat svoje pocity, umí je však potlačovat.
3. Snaží se o dokonalost.
4. Má špatnou zkušenost s poslušností vůči knězi v křesťanském společenství.
5. Při úzkostech byla zvyklá používat modlitbu Koruny k Božímu milosrdenství, růženec a taky vzývání jména Ježíš.

2.9 Rozhovor č. 8 – muž, 38 let, svobodný

Kolik máš roků a jaké máš vzdělání?

Mám 38 let, studuji dálkově vysokou školu.

Jsi křesťan?

Snažím se být křesťan. Jsem konvertita.

Jaký je tvůj obraz Boha?

Miluju tě, že bych tě nejraději zabil. Spoustu rozporů a vše, co k tomu patří. Vnitřní pochyby tu taky jsou. Bůh mne nutí nad sebou přemýšlet.

Je něco, co tě v církvi úzkostňuje ?

Práce v církvi. Faráři dělají to, na co nemají. Farářům neříkám otče. Když jsem za někým přišel s problémem, tak mi kněz nepomohl. Člověk má pak pocit, že je v tom sám. U mne úzkost přejde v agresi.

Doporučil ti někdo v církvi návštěvu psychologa ?

Doporučili mi psychologa. Já jsem ranař, házím věci za hlavu. Mám dobrého zpovědníka.

Brala ti příslušnost k nějaké náboženské společnosti možnost svobodně se rozhodovat ?

Byl jsem u jehovistů i u Církve apoštolské. Když jsem byl někam tlačén, rozloučil jsem se. Jsem už od dětství těžce ovladatelný, míval jsem ve škole i dvojky z chování. Moje vlastnost je upřímnost.

Dokázal bys odejít z prostředí, kde je to pro tebe nesnesitelné ?

Ano, dokázal. Udělal jsem to několikrát. Po zkušenostech bych odešel mnohem rychleji než dřív.

Potlačoval jsi někdy vlastní pocity s cílem udělat bližnímu nebo Pánu Bohu radost ?

Na začátku konverze jsem potlačoval svoje emoce. To pak působíš jako mrtvola, když potlačuješ emoce. Stoický klid, žádná emoce z tebe nevychází ani do tebe nevchází. Jako krásně uklizený byt, ve kterém nikdo nebydlí.

Umíš vyjadřovat svoje negativní a pozitivní pocity ?

Umím vyjadřovat svoje negativní a pozitivní pocity.

Jak často prožíváš negativní a pozitivní pocity ?

To je zajímavá otázka. Pozoruji u sebe vjem, že když někdo cítí úzkost, tak to prožívám spolu s ním. Normálně jsem veselý člověk. Když člověk nenajde radost v sobě, tak ji nedostane při smutcích.

Jsi perfekcionista ?

Mám rád, když jsou věci hodně dobré, ale dokážu udělat i krok zpět.

Myslíš si, že křesťan má být dokonalejší člověk než nevěřící ?

Křesťan nemůže být dokonalejší než druhý člověk. My jsme lepší z milosti Boží. Čím člověk sebe více poznává, tím více vidí nedokonalosti.

Co je ti bližší tělo, duše, nebo obě stejně ?

Tělo je mi bližší v tuto chvíli.

Jak dává tvoje tělo najevo nespokojenost ?

Únavou.

Máš nějaké zdravotní problémy ?

Syndrom vyhoření před tři čtvrtě rokem.

Měl jsi potíže usnout, nebo ses budil předčasně ?

To jsem pořád spal.

Jaký je tvůj postoj k sexualitě ?

Kladný. Budujeme kolem sebe puritánství. Sexualita není hřích.

Nesvazovaly tě křesťanské zásady týkající se sexuality, např. masturbace je hřích ?

Nesvazovalo mě to po konverzi. Kladné je na tom to, že člověk má berličku, díky které může jít, záporný je ten pocit vůči něčemu, vytvoří se z toho tabu. Bůh odpustí. Největší hřích je proti Duchu svatému – nevěřit v odpuštění. Já jsem měl vždycky štěstí na dobré zpovědníky.

Když máš nějaké utrpení, co ti nejvíce pomáhá ?

Nadávám.

Jaký způsob modlitby ti nejvíce vyhovuje, když prožíváš nějakou těžkost ve svém životě ?

Nadávám. Mně se líbí film Dědictví, tam hraje Bolek Polívka. Ten bych doporučil. Musí se na něj dívat nezaujatě a s nadhledem.

Jakou literaturu bys doporučil k tématu neuróza ?

S. Peck: Nevyšlapanou cestou.

2.9.1 Komentář k rozhovoru číslo 8

Tento mladý člověk pracoval pro církev a prodělal syndrom vyhoření.

Shrnutí k výzkumným otázkám :

1. Práce v církvi způsobuje o tohoto muže úzkost. Křesťanské zásady, co se týká sexuálního života, ho nesvazovaly.
2. Na začátku konverze potlačoval svoje pocity. Takový člověk bez emocí působí podle něj jako mrtvola.
3. Nemyslí si, že křesťan by měl být dokonalejší člověk než nevěřící. Hraje zde velkou roli také Boží milost.
4. Byl nějaký čas členem sekty, ale dokázal správně rozpoznat, kdy je manipulován, a závčas odešel.
5. V současné době ještě doznívá syndrom vyhoření. O léčebných účincích modlitby nemluví, spíše se nadáváním snaží ventilovat emoce.

2.10 Rozhovor č. 9 – žena, 46 let, vdaná

Otázky k rozhovoru byly po předchozí domluvě zaslány e-mailem a zodpovězeny také tímto způsobem, jelikož respondentka bydlí v Německu. Obě jsme se sice setkaly osobně, ale neměly jsme na sebe odpovídající časový prostor. Respondentka slyšela otázky při osobním setkání, cítila potřebu se nad nimi více zamyslet a sama navrhla tento písemný způsob odpovědí. Otázky a odpovědi jsou v německém jazyce. Zde je jejich překlad.

Jaký je tvůj obraz Boha ?

Oproti dětství, kdy mi bylo řečeno, že Bůh vše vidí a potrestá mne, když budu zlá, se dnes můj obraz Boha velmi změnil. Věřím v milujícího a milosrdného Boha, který dává člověku svobodu k rozhodnutí, ale když člověk udělá chybu, může se také obrátit a začít znovu. Tak mám jistě pokoru před Bohem, ale už ne tak mnoho strachu.

Jaké nároky klade tvoje víra na tvůj život? Je něco, co ti v křesťanské víře nahání strach?

Nárok, který klade na můj život víra, je, že se snažím sdílet svůj život s Ježíšem. Pokouším se představit si, jak by v mé situaci, ve které se nacházím, jednal Ježíš. Zaměřuji se na to, co říká Písmo svaté. Strach ve víře mám z obrazu Boha, tak jak ho vidí starší lidé, totiž že Bůh je v první řadě ten, který trestá naše hříchy.

Máš pocity viny, například když myslíš více na sebe než na druhé?

To je velmi rozdílné. Jistě mám někdy takové pocity, ale když jsem prošla dlouhou cestou mé nemoci, musela jsem se naučit myslet více na sebe a udělat si také volno. Jinak by moje duše nebyla v stavu udržet si to dnešní životní tempo.

Co se ti osvědčilo, když prožíváš v životě těžkosti?

Pomoc jsem často našla u rodiny a ve víře. Byly ale doby, kdy jsem se cítila opuštěná od lidí, ale i od Boha. Této dlouhotrvající Boží vzdálenosti jsem nerozuměla a dosud jí ještě nerozumím. Od určité doby mám velmi citlivého duchovního přítele a taky moje rodina, zejména moje sestra, kteří mi v obtížných situacích stojí po boku v modlitbě a mohu si s nimi popovídat.

Jsi perfekcionistka? Domníváš se, že bys měla jako správná křesťanka usilovat o dokonalost?

Ano, domnívám se, že mám potřebu být perfektní a snažím se také jako křesťanka usilovat o dokonalost. Ale kvůli mé závislosti na perfekcionismu jsem také onemocněla. Jednou to moje tělo už nevydrželo. Být perfektní staví člověka pod tlak. Myslím si, že patří k životu dělat chyby, neboť z toho se člověk vždy znovu učí. Moje nároky na sebe jsou stále dosud vysoké, ale umím si mezitím svoje chyby odpustit a umím také druhým odpustit. Ale to je také proces, který se musel v mém životě vyvinout. Pokouším se s lidmi, kteří mne duševně zranili, přesto znovu opět začínat. Důležité v mém životě pro mne je také zlaté pravidlo z Písma svatého: Co chceš, aby lidé činili tobě, to čin ty jim. A na konci života budeš tázaná, kolik jsi milovala. Obzvláště ta poslední věta obsahuje pro mne také, že nemusím být vždy perfektní, nýbrž že když druhé lidi budu přijímat v křesťanské lásce a svůj život podle této lásky zařídím, potom můžu také žít s menšími nedokonalostmi. Jsme na cestě k dokonalosti.

Zažíváš někdy ve snu, že tě někdo pronásleduje, že jsi vězněná, nebo tě chce někdo zabít?

Ne, vlastně ne. Mám sny z přepracování, například že musím splnit nějaký termín a věčně nevycházím z domu, protože mám ještě tolik práce.

Jak se stavíš k vlastnímu utrpení? Dokázala bys například odejít ze zaměstnání, kde by to bylo pro Tebe příliš těžké?

V naší oblasti je téměř nemožné opustit práci kvůli tomu, že je to tam těžké. Máme největší nezaměstnanost v Německu. Každý, kdo má práci, se jí pevně drží. Proto jsem také tak dlouho pracovala, dokud jsem už vůbec nemohla dál. To byla jistě velká chyba, ale hrálo zde roli více faktorů. Můj muž měl špatně placenou práci a byli jsme již závislí na druhém příjmu. Neboť máme nemocnou dceru, museli jsme sami zaplatit

mnoho terapií, které pojišťovna nehradila. Momentálně беру důchod a jsem proto doma. Z toho důvodu můžu během dne mnoho obstarat, zůstanou mi také přestávky, které nutně potřebuji.

Potlačovala jsi své pocity s cílem udělat Bohu nebo lidem radost ?

Ano, dokonce velmi často. Staráme se o mou těžce nemocnou tetu, která je úplně ležící. Mnoho věcí u ní mne stojí přemáhání, tj. v tomto případě musím svoje pocity potlačit a dělat věci, jako obstarat její otevřené rány na kůži. Ale když tyto věci přesto dělám, sloužím tím své tetě a nakonec také Bohu.

Jaký je tvůj postoj k sexualitě, pozitivní nebo negativní ? Má církev v této věci na tebe vliv ?

To je těžká otázka. Byla jsem velmi přísně vychovávána v tomto směru. Mnoho let mne to tížilo, také dnes nejsem úplně oprostěná od negativních pocitů. Učení církve mělo jistě na mne velký vliv. Dnes si myslím, že je to přirozený proces, patří to prostě k životu, ale jsou zde jistě rámcové podmínky. Bůh stvořil lidi podle svého obrazu, napětí mezi mužem a ženou pochází od Boha.

Co je ti bližší, tělo, duše, nebo obě stejně ?

Zatím jsou obě na stejném místě.

Jakým způsobem dává tvoje tělo najevo nespokojenost ?

Jsem unavená, mám bolesti, zvláště v oblasti žaludku a břicha, problémy se srdcem, tluče velmi prudce a rychle, když jsem v absolutním klidu, potom dostanu smrtelnou úzkost, bez důvodu mne zaplaví velký smutek a často mám pocit, že se mi roztrhnou nervy, když mám přespříliš problémů.

Zažila jsi někdy stav úplného vyčerpání ? Pokud ano, prosím, popiš ho.

Tento stav jsem zažívala dlouhou dobu. Diagnóza mého onemocnění se nazývá deprese z vyčerpání. Tento stav vyčerpání byl masivní a táhl se po několik let. Mnoho let jsem nedávala pozor na signály svého těla. Při jednom pobytu v nemocnici mi injekčně podali nějaký prostředek, který jsem nesnesla, a úplně jsem se zhroutila. Měla jsem poruchy srdečního rytmu a byla jsem v několika nemocnicích. Když se po roce můj stav nezlepšil, ocitla jsem se na psychiatrické klinice. V tomto roce jsem skoro pořád ležela, byla jsem slabá na to, abych se postavila na nohy, nemohla jsem už jíst a spát, stáhla jsem se do sebe. Na psychiatrii jsem dostala psychofarmaka, potom jsem mohla opět jíst a spát, ale stavy vyčerpání trvaly ještě dlouhou dobu. Trvalo to roky, než jsem mohla znovu žít normální život.

Myslíš si, že křesťan by měl být dokonalejší člověk než nevěřící ?

Každý člověk si zařizuje život podle určitých měřítek. My křesťané chceme náš život zařídit podle učení Ježíše Krista. Také nevěřící lidé mohou žít plnohodnotný život.

Byla tvoje snaha být dokonalá taková, že jsi to nemohla snést ?

Snaha o dokonalost mě často dostala pod tlak, který mne velmi zatěžoval.

Cítila ses někdy svázána církevními předpisy a zákony ?

Ano, zvláště v dětství jsem měla z některých církevních předpisů strach. Když člověk

vyrůstá jako já, dalo by se říci v diaspoře, kde je málo katolíků, tak je to náročnější, protože člověk bojuje sám a přátelé mnoha věcem nerozumí. V mém dětství mi naháněl strach obraz Boha, který mi byl zprostředkován. Jednalo se o obraz trestajícího Boha. Při každém selhání jsem měla strach z trestu Božího.

Brala ti příslušnost k nějaké náboženské skupině možnost svobodně se rozhodovat ?

Moje rozhodnutí byla ovlivněna tím, že jsem křesťanka, ale svoboda mi vzata nebyla.

Jaký je tvůj spánek ?

To je různé. Ráno mívám velké problémy vstát z postele, v zásadě potřebuji hodně spánku.

Byla ti ze strany církve nabídnuta psychologická pomoc ?

Ne. Od jisté doby mám duchovního průvodce.

Jaký způsob modlitby ti vyhovuje, pokud prožíváš těžkosti ve svém životě ?

Modlím se nejraději volně, vlastními slovy a kombinuji to s modlitbou Otče náš a Zdrávas Maria.

Máš nějaké zdravotní problémy ?

Depresi z vyčerpání, lupénka, zánět štítné žlázy.

Jak často prožíváš pozitivní pocity ?

To se nedá udat v číslech. Každopádně mívám častěji pozitivní pocity.

Umíš je vyjádřit navenek ?

Ano, to umím velmi dobře. Umím dát najevo radost.

Jak často prožíváš negativní pocity ?

Zvláště když se mi po zdravotní stránce nedaří dobře, mám negativní pocity, ale také když jsem duševně zraněna.

Umíš negativní pocity vyjádřit navenek ?

Moje okolí, hlavně moje rodina, to pochopí, že se mi nedaří dobře.

Kolik máš roků a jaké je tvoje vzdělání ?

Mám 44 roků, jsem diplomovaná sociální pedagožka. Momentálně jsem ze zdravotních důvodů v důchodu.

2.10.1 Komentář k rozhovoru číslo 9

S precizností Němcům vlastní odpověděla tato paní na moje otázky. Uvedla, že její onemocnění se nazývá Erschöpfungsdepressionen, což jsem přeložila jako deprese z vyčerpání.

K výzkumným otázkám :

1. V dětství byl této paní vštěpován obraz trestajícího Boha.
2. Stará se o nemocnou ležící příbuznou a musí se často přemáhat.
3. Snaha být perfektní přivedla tuto paní, povoláním sociální pedagožku, do úplného vyčerpání.

4. Nemá zkušenost, že by jí křesťanské společenství vzalo svobodu. Má duchovního průvodce, kterému důvěřuje.
5. Nejraději se modlí vlastními slovy nebo Otče náš a Zdravas Maria.

2.11 Rozhovor č. 10 – muž, 59 let, svobodný

Jak často prožíváte pozitivní pocity ?

Každý druhý den.

Dokážete ty dobré pocity vyjadřovat ?

Moc, takže to okolí nesnáší.

Jak často prožíváte negativní pocity ?

Každý druhý den. Paní doktorka (psychiatricka) říkala, že by bylo potřeba vzít vál na silnici a vyválcovat to, aby to bylo vyrovnané. „Vyrovnejte mi stezky,“ říká Jan Křtitel. Já tu paní doktorku moc nemusím.

Dokážete vyjadřovat negativní pocity ?

Taky.

Máte nějaké zdravotní potíže ? Pokud ano, jaké ?

S nohou. Já jsem se narodil s vykloubenou nohou. Potom mi to asi ve čtyřech letech operovali, v červenci. To si právě pamatuju, protože to byl silný zážitek pro mne. Potom mi to operovali 2005 nebo 2006, já nevím.

Jste muž, nebo žena ? Tak to víme – muž.

Nejsem. Ani žena ani muž. Až tak.

Kolik je vám let a jaké je vaše vzdělání ?

59 let, ekonomické – střední škola, vysokoškolské teologické.

Jaký je váš spánek ? Budíte se uprostřed noci ?

Špatný. Jenom na půl úvazku. Jeden den spím a druhý den spím špatně. A je to asi tím, že jsem se naučil brát ty prášky na spaní. Jeden den spím a druhý den ne, teda málo. Včera jsem se probudil ve 23.45. Usnu dobře a budím se brzo. To asi dělá ten letní čas, že se s tím neumím srovnat.

Byla vám někdy ze strany církve nabídnuta psychologická pomoc ? Odrazoval vás někdo z církve od vašeho úmyslu navštívit psychologa nebo psychiatra ?

Vůbec mě neodrazovali. Bylo to zajímavé, když jsem začal mít ty problémy, tak mě zavedli k jakémusi psychiatrovi a ten si psal poznámky, to bylo nějak v tom roce 1995. Ten psychiatr prostě napsal asi 22 stran, možná i víc. Protože já jsem měl takový všechno pomletý. Já jsem měl havárii s autem. Opil jsem se a málem jsem uhořel v autě, víte ?

Tak to je hrozný.

To nebylo hrozný, mně to bylo fuk. On mě zachránil tam jeden náš rodák – on mě vytáhl z auta. Dokonce byl asi pokřtěný, ale do kostela nechodí, nebo možná jednou za několik let, nebo jednou za rok, nebo já nevím, jak to má.

Brala vám příslušnost k nějaké náboženské společnosti možnost svobodně se rozhodovat ?
Ne.

Když se řekne Bůh, tak co se vám prvně představí jako obraz ?
Bůh se přece nemůže představit, protože Bůh je ten nekonečně dokonalý. Já si nepředstavuji dědečka na obláčku.

Já vím, třeba jsem myslela obraz Boha jako policajta, který vidí každý můj hřích.
Dřív jsem měl takové představy. Teď ne, teď vím, že Bůh je milosrdenství. Třeba včera jsem se modlil litanii k Božímu milosrdenství.

Jaké na vás v životě klade nároky vaše křesťanská víra ? Je něco, co vás na křesťanské víře zúzkostňuje ?

Mám z Boha strach a z Pána Ježíše. Pána Ježíše mám rád, ale bojím se ho. Není to ta bázeň, ale strach. Protože se nechovám vždycky, jak bych měl.

Máte z něčeho pocit viny ? Například když myslíte více na sebe než na druhé ?
Já se snažím myslet na druhé, ale ne vždycky se mi to podaří. No mám výčitky.

Když prožíváte nějaké těžké období ve svém životě, co je vaší osvědčenou pomocí ?
Tak na tuto otázku neumím odpovědět. Vy ano ?

„Já mám pocit, jestli vy to neléčíte tím alkoholem,“ říká jeho známá, která poslouchala rozhovor také.

No jistě, tady je ta nevyrovnanost, víte ? To je možný.

Jste perfekcionista ?
Ne.

Domníváte se, že máte jako správný křesťan usilovat o dokonalost ?
To bych měl. Jenomže mě to děsí, je to dost těžký, ty oběti. I když často беру rád třetí eucharistickou modlitbu, jak je tam o oběti.

Myslíte si, že křesťan by měl být kvalitnější člověk než nevěřící ?
To by měl, ale není. Někdy je, když se to povede, tak ano, když se to nepovede, tak není.

Dohnala vás někdy snaha být dokonalý až tak, že by to pro vás bylo nesnesitelné ?
Ano. V sedmnácti, to jsem měl strašný skrupule, to jsem si myslel, že když se podívám trochu křivě, tak že mám těžký hřích.

Cítil jste se někdy svázán církevními předpisy a zákony ?
V těch sedmnácti. Teď teda taky trochu, ale spíš jako mne to mrzí, že nejsem lepší, že to neplním, tak jak bych měl. Říká Pán Ježíš : Buďte dokonalí jako je dokonalý váš nebeský otec (Mt 5,48). Nejsme otcové, jsme jen pozemští hříšníci.

Jak se stavíte k vlastnímu utrpení ? Dokázal byste například odejít z prostředí, třeba z práce, kde je to pro vás těžké, nebo raději byste tam zůstal a trpěl ?

Byl jsem na ulici. Dokonce nějaký homosexuál mě tam našel, jak jsem spal, a říkal : „Dávej si bacha, ať tě neokradou.“ Taky mě okradli, jenomže jsem neměl žádné peníze.

Ten známý mi všechno ukradl. (*Smích.*) Vždycky když jsem dostal důchod, tak byl se mnou nejlepší kámoš, a pak mě měsíc neviděl.

Popsal byste stav úplného vyčerpání, kdy jste se cítil úplně na dně? Tak to bylo asi tam, když jste byl na té lavičce, ne?

Ne, to bylo ještě doma. Já jsem si chtěl zachránit důchod, tak jsem spolykal co nejvíc tabletek, ale ne tolik, abych se usmrtil.

To bylo 2004?

Ne, to bylo později trošku. 2005 nebo 2006 tak nějak.

Ještě zpět k té otázce o utrpení.

(*Listuje v Písmu svatém.*) Lukáš je dobřej, já ho mám strašně rád, ale Matouš je důkladnější. Napsal jsem si na primiční obrázek tento citát: Kdo chce jít za mnou, zřekni se sám sebe, vezmi svůj kříž a následuj mě, neboť kdo by si chtěl život zachránit, ztratí ho, kdo však ztratí svůj život pro mne, nalezne ho (Mt 16,24–25).

Takže jste si přímo ten text o utrpení zvolil jako citát.

Že budu trpět jako sviňa.

Dokázal byste odejít z prostředí, kde by to pro vás bylo nesnesitelné?

To jsem slabej právě. Někdy dokázal a někdy nedokázal.

Můžete říct, že jste někdy potlačoval vlastní pocity kvůli tomu, abyste udělal Bohu nebo bližnímu radost? Že jste ten kříž vzal tak radikálně na sebe, že jste uškodil sobě?

Proč by mně Bůh škodil? Nechá mě dělat, co chci. Já vždycky se modlím ráno, když se probudím. Udělám kříž na čele, na ústech a na hrudi a řeknu: Všechno, co budu myslet, mluvit, jednat, ať je ke Tvé cti a chvále. A taky říkám modlitbu za Svatého otce a na jeho úmysly a na úmysly Panny Marie a pak udělám kříž. No není to tak ideální. Jenomže dělám opačně. Místo abych se modlil, tak si jdu zapálit.

Tak třeba to potřebujete.

Já jsem takový nevyrovnaný, psychicky.

Je vám bližší duše, tělo, nebo obě stejně? Já jsem si vždycky myslela, že duše je víc než tělo.

Vše je potřeba. Duše je celá v těle.

Jakým způsobem dává vaše tělo najevo nespokojenost? Jestli vás něco bolí, nebo jestli se vám udělá vyrážka?

Většinou mě nic nebolí, akorát se mi dělají vyrážky. To je možná, že..., ale já nejím tak ostré jídlo.

Chcete ještě popsat nějak stav toho vyčerpání, jak jste si vzal ty léky?

Jo, ještě jsem se do toho opil, odvezli mě do nemocnice, tam jsem to možná dolil ještě nějakou vodkou nebo rumem nebo já nevím čím. Oni si se mnou nevěděli rady, tak mne odvezli na psychiatrickou JIP. Tam jsem byl magor úplně vygumovanej, nevěděl jsem, co je za den. Já jsem se toho nacpal pořádně, abych zachránil plný důchod, víte. Protože oni mně dali jeden čas ten částečný důchod a to je strašně málo.

Je postoj k vaší sexualitě spíše negativní, nebo pozitivní?

Negativní. To není, že bych sexualitu neměl rád. To já ji mám rád až moc. Jenomže se nemůžu vyrovnat s tím, jaký jsem, víte? Asi ve mně vyzrává a uzrává ten postoj. Taký to není nic moc, ale snažím se.

Jak se vyvíjela vaše sexualita v dětství? Měl jste podobnou zkušenost jako já, že vám kvůli masturbaci rodiče hrozili, nebo vás dokonce trestali? Neměl jste také takový problém?

Něco podobného. Říká se, že ženy nemají takový úzký vztah k sexualitě, tak asi taky mají. Mně rodiče neřekli o sexualitě a pohlavním životě vůbec nic. Ted' je přeseexualizovaná doba. Možná to trochu ochablo, jak začal AIDS. To víte, že muž i žena mohou být obojetní, že jsou zaměřeni na obě pohlaví, že jsou bisexuální? To jsme právě řešili, my jsme měli takovou velmi zajímavou paní doktorku v psychiatrické léčebně v oddělení pro léčbu závislostí, ona byla nejen zubařka, ale i psychiatrická a sexuoložka a ona byla ze začátku u řádových sester.

2.11.1 Komentář k rozhovoru č. 10

Tento rozhovor byl nejnáročnější k naslouchání. Bylo mi líto těžkého údělu tohoto muže, který o sobě říká, že je psychicky nevyrovnaný. Má potíže se svým sexuálním obrazem, svou sexualitou.

K výzkumným otázkám:

1. V 17 letech byl tento muž úzkostlivý, ve všem viděl hřích. Stále se bojí Boha a Pána Ježíše Krista, protože se nechová vždycky, jak by měl.
2. Musí potlačovat svoji sexualitu. Neví, zda je muž, nebo žena.
3. Tento kněz si myslí, že by měl jako křesťan usilovat o dokonalost. Ve svém životě prožil dost utrpení, přiznává, že přinášet oběti je pro něho těžké.
4. Svobodné rozhodování je narušeno závislostí na alkoholu.
5. Tento kněz spoléhá na Boha, uvědomuje si svou lidskou hříšnost, obrací se k Božímu milosrdenství.

2.12 Rozhovor č. 11 – žena, 35 let, svobodná

Jaký je tvůj obraz Boha? Bůh je...

Neskonale moudrá, hodná a láskyplná Existence – nehmatatelná, ale cítíš Boží lásku. Když jsem uviděla svoje miminko poprvé, tak jsem se rozbrečela. Největší láska, kterou člověk může zažít. Třeba tento pejsek. Jsem strašně ráda, že ji mám.

Jaké nároky klade na tvůj život křesťanská víra? Je něco, z čeho máš úzkost?

Úzkost, že se víc nevěnuju Pánu Ježíši. Nestačím se pomodlit. Z toho mám velkou vinu. Měla bych častěji chodit ke zpovědi. Chtěla bych dělat víc pro lidi. jsem ve třetím rádu. Mrzí mne, že na to nemám čas.

Máš pocity viny ? Např. když myslíš více na sebe než na druhé ?

Hrozně. Mám úzkost. Pořád na to musím myslet. Třeba v práci. Snažím se to napravit až křečovitě.

Co se ti osvědčilo, když prožíváš těžkosti v životě ?

Nejdřív spánek, potom prosím Pána Ježíše, aby mi pomohl to překonat. Snažím se mluvit s rodinou nebo přáteli. Když mi umřel taťka, tak mi pomohl přítel, brácha. Někdo tě vyslechne. Střelné modlitby : Pane Ježíši, pomoz mi to zvládnout. Dej mi sílu, abych to přenesla.

Jsi perfekcionista ? Domníváš se, že bys jako správná křesťanka měla usilovat o dokonalost ?

Těžká otázka. V byrokratických úkonech a při učení na zkoušky se snažím obsáhnout všechno. Ve vztahu k víře někdy zanedbávám modlitbu, měla bych mít lepší. Dokonalý je jen Pán Ježíš. Přiblížit ano, spíš bychom měli usilovat být blízko k Bohu. Ale usilovat o dokonalost – to je hloupost, člověk je nabubřelý a myslí si, že je lepší než ostatní.

Jak se stavíš k vlastnímu utrpení ? Dokázala bys např. odejít z prostředí, kde je to pro tebe těžké ?

Jo. To jsem předvedla před Vánocemi. Dokázala jsem odejít z prostředí. Odešla jsem z kanceláře, kde nebyly dobré kolegiální vztahy a přestěhovala jsem se do jiné kanceláře. Vydřela jsem tam dva a tři čtvrtě roku. Bylo to těžké.

Můžeš říci, že jsi někdy potlačovala vlastní pocity s cílem udělat Bohu nebo bližnímu radost ?

Ne pocit, ale touha, ale spíš přání a touhy jsem potlačovala a snažila jsem se potlačit své já, takže moje já (ego) bylo někým jiným.

Jaký je tvůj postoj k vlastní sexualitě ? Vnímáš ji spíš pozitivně, nebo negativně ?

Bůh stvořil člověka a všechno je normální. Sexualita je přirozená věc. Sex by měl být až po svatbě. Patří to k tomu, aby byl člověk spokojený. Pokud základní potřeby nejsou uspokojeny, tak nemůže fungovat, aniž by ho trápily úzkosti.

Je ti bližší duše, tělo, nebo obě stejně ?

To je těžké. Samozřejmě duše, když je zdravá duše, tak je zdravé i tělo.

Jakým způsobem dává tvoje tělo najevo nespokojenost ?

Tlak v těle, přetlak, bolela mě hlava, snažila jsem se distancovat od objektu, který ve mně vzbuzoval nespokojenost, nemohla jsem jíst, měla jsem stažený žaludek. Nemohla jsem spát.

Zažila jsi už stav úplného vyčerpání, kdy ses cítila úplně na dně ? Když ano, popiš ho.
Smrt taťky. To mi úplně zešedivěly vlasy. Když mi zemřel tatínek, to se dá označit za nejtěžší a psychicky nejnáročnější období mého života. To bylo otřesné. Takový žal a taková bolest. Přes všechno jsem ho měla ráda. To bylo odtržení mého já. Víím, že mě měl rád a byl hodný. Udělal všechno, co udělat mohl. Nejhorší je, že jsem se s ním nemohla rozloučit. Nedovolili mi to. Patolog mi řekl, že to nebyl dobrý nápad kvůli posmrtným změnám.

Myslíš si, že křesťan by měl být kvalitnější člověk než nevěřící?

Asi jo. Podle Božích zásad. Měl by je dodržovat. Ve víře jsou zásady, nevěřící nemají takové zásady. To z toho vyplývá. Je to dar. Člověk to nesmí brát jako samozřejmost. Nevěřící neřeší tolik věcí. Křesťan by měl Pánu Bohu oplácet. Určitě kvalitnější by měl být.

Dohnala tě někdy snaha být dokonalá až na hranici, že to bylo pro tebe nesnesitelné?

Spíš lidé mi řekli, že nemám být detailista. Ať už je to při vaření nebo když vidím nějaké zrníčko. Někdo dává důraz na formu, někdo na obojí. Já na obojí. Za hranici snesitelnosti ne.

Cítila ses někdy svázána církevními předpisy a zákony?

Ehm. To bylo období v jedné části mého života. Ted' tolik ne.

Brala ti příslušnost k nějaké náboženské společnosti možnost svobodně se rozhodovat?

Ano. To bych mohla říct. Nechci jmenovat, člověk byl zmanipulovaný, že si to ani neuvědomoval.

Jaký je tvůj spánek? Budíš se uprostřed noci, vstáváš předčasně nebo nemůžeš večer usnout?

Spánek byl vždycky perfektní. Ted', když jsem těhotná, tak nespím. Ve dvě se vzbudím a nemůžu spát. Hormony rozbouří celý organismus. Rušivé vlivy, když někdo dělá kravál, tak mě to vzbudí.

Byla ti někdy ze strany církve nabídnuta psychologická pomoc? Odrazoval tě někdo z církve od tvého úmyslu navštívit psychologa nebo psychiatra?

Nikdo mě neodrazoval. Spíš mi bylo doporučeno, abych psychologa navštívila.

Pokud prožíváš těžkosti v životě, jaký způsob modlitby ti vyhovuje?

Střelné modlitby: Pane Ježíši, pomoz mi to zvládnout. Dej mi sílu, abych to přenesla.

Jsi muž nebo žena? Kolik je ti let a jaké je tvé vzdělání?

Žena, 35 let, vysokoškolské vzdělání.

Máš nějaké zdravotní potíže? Pokud ano, jaké?

Svého času jsem měla bulimii, trvalo to šest let. Myslím si, že bez Boží pomoci bych to nezvládla. Bylo to obtížné období mého života, protože jsem na tom byla špatně fyzicky i psychicky. Chtěla jsem hubnout. Člověk byl pořád v napětí, že když něco sní, tak přibere. Těhotenství není nemoc. Ted' se cítím dobře. Zvracím, nemůžu spát, to jsou normální průvodní jevy těhotenství.

Jak často prožíváš pozitivní pocity?

Z maličkostí se raduji. Skoro každý den.

Dokážeš je vyjadřovat?

Zasměji se, ale když se nemůžu zasmát, třeba je tam vedoucí, tak mám radost vnitřně.

Jak často prožíváš negativní pocity?

To je těžké. Ted' jsem je měla kvůli práci.

Dokážeš je vyjadřovat ?

Když jsem v práci a někdo mě naštvě, tak si řeknu : To je blbec. Co se týká asertivity, s mou kolegyní v práci to nejde. Za kolegou jdu hned, řeknu mu to. S lidmi se snažím vycházet dobře. Oni se ke mně chovají dobře. Jedna kamarádka mě pozvala. Chytla jsem se s bráchou. Byla jsem naštvaná. Co se týká příbuzných, tak s tím nemám problém to říct.

2.12.1 Komentář k rozhovoru č. 11

Tato vysokoškolačka pracuje ve stresovém prostředí, kde se musí často při komunikaci přemáhat a potlačovat svoje emoce. V dospívání prodělala bulimii.

K výzkumným otázkám :

1. Tato nastávající maminka pociťuje úzkost, když nemá čas na modlitbu. Trpí často pocity viny. V minulosti se cítila svázána církevními předpisy.
2. Snažila se potlačovat svoje přání a touhy a své já, takže její já bylo někým jiným.
3. Je si vědoma, že dokonalý je jen Pán Ježíš. Člověk být dokonalý nemůže.
4. Cítila se v jednom společenství manipulovaná.
5. Modlitba této ženě pomáhá v těžkých životních situacích. Prosí vlastními slovy o pomoc Ježíše Krista.

2.13 Rozhovor č. 12 – muž, 41 let, ženatý

Jaký je tvůj obraz Boha ? Bůh je . . .

Výjimečně náročný, sadistický.

Jaké nároky klade na tvůj život křesťanská víra ? Je něco, z čeho máš úzkost ?

Velké nároky.

Máš pocity viny ? Např. když myslíš více na sebe než na druhé ?

Míval jsem.

Co se ti osvědčilo, když prožíváš těžkosti v životě ?

Samota.

Jsi perfekcionista ? Domníváš se, že bys jako správný křesťan měl usilovat o dokonalost ?

To tak bylo.

Zažíváš někdy ve snu, že jsi pronásledován, vězněn, někdo tě chce zabít ?

Spíše ne.

Jak se staviš k vlastnímu utrpení ? Dokázal bys např. odejít z prostředí, kde je to pro tebe těžké ?

Odcházet umím. Určitě.

Můžeš říci, že jsi někdy potlačoval vlastní pocity s cílem udělat Bohu nebo bližnímu radost ?

Rozhodně, často.

Jaký je tvůj postoj k vlastní sexualitě ? Vnímáš ji spíš pozitivně, nebo negativně ?

Pozitivně. Sex je problém pro každého. (Úsměv.)

Je ti bližší duše, tělo, nebo obě stejně ?

Stejně.

Jakým způsobem dává tvoje tělo najevo nespokojenost ?

Mnoha způsoby : pocity nepohodlí.

Zažil jsi už stav úplného vyčerpání, kdy ses cítil úplně na dně ? Když ano, popiš ho.

Určitě. Ležel jsem na posteli a nebyl jsem schopen se zvednout. Osobní krize. Hodinu to trvalo. Absolutní bezmocnost.

Myslíš si, že křesťan by měl být kvalitnější člověk než nevěřící ?

Už ne.

Dohnala tě někdy snaha být dokonalý až na hranici, že to bylo pro tebe nesnesitelné ?

Taky.

Cítil ses někdy svázán církevními předpisy a zákony ?

Mnohokrát.

Brala ti příslušnost k nějaké náboženské společnosti možnost svobodně se rozhodovat ?

Ano. O vnitřní svobodě. Více jsem dal na tu organizaci, ona za to nemohla. Já jsem si to vězení vyrobil sám.

Jaký je tvůj spánek ? Budíš se uprostřed noci, vstáváš předčasně nebo nemůžeš večer usnout ?

Dobrý.

Byla ti někdy ze strany církve nabídnuta psychologická pomoc ? Odrážel tě někdo z církve od tvého úmyslu navštívit psychologa nebo psychiatra ?

Obojí. Zažil jsem „barevnou“ církev.

Pokud prožíváš těžkosti v životě, jaký způsob modlitby ti vyhovuje ?

Žádný. Jenom meditace. Jsem „v“. Bez kecání. Uvnitř existence samotné, nepotřebuji nic žvanit dál.

Jsi muž nebo žena ? Kolik je ti let a jaké je tvé vzdělání ?

Muž, 41, střední vzdělání.

Máš nějaké zdravotní potíže ? Pokud ano, jaké ?

Nemám.

Jak často prožíváš pozitivní pocity ?

Půl na půl.

Dokážeš je vyjadřovat ?

Asi ano.

Jak často prožíváš negativní pocity ?

Půl na půl.

Dokážeš je vyjadřovat ?

To určitě.

V čem jsi s církví ve při ?

Ve všem. Církev nás po revoluci nekultivovala, ale spíš utvrdila v sektářství, v neuróze. Čekali jsme pomoc od církve, ale ona byla po komunistech ještě v troskách.

2.13.1 Komentář k rozhovoru č. 12

K výzkumným otázkám :

1. K církvi se staví tento katolík velmi kriticky. Mnohokrát se cítil svázaný církevními předpisy.
2. Často potlačoval svoje pocity kvůli bližním a kvůli Bohu.
3. Dříve si myslel, že křesťan má být dokonalejší než nevěřící, byl perfekcionista, snaha o dokonalost ho přivedla k vyčerpání.
4. Tento muž byl členem společenství, ve kterém si sám utvořil vězení a ztratil vnitřní svobodu.
5. Způsob modlitby, který využívá, je meditace.

2.14 Rozhovor č. 13 – žena, 49 let, vdova

Tuto hluboce věřící ženu jsem kontaktovala pomocí dopisu. Nejenže odpověděla na všechny moje otázky, ale napsala také svůj životopis :

Jmenuji se N. N., před 20 lety jsem onemocněla na duševní nemoc, která se nazývá manio-depresivní psychóza. Když vypuklo toto onemocnění, byla jsem jako člověk v úplně nejtěžší fázi svého života, tragicky mi zemřel čtyřletý syn, žila jsem v té době na samotě se svými třemi malými dětmi, v domku jsme neměli pitnou vodu a topili jen do kamen. Žila jsem tam sama, otec se o rodinu dávno nestaral, byl to těžký alkoholik. V té době jsem čekala narození dalšího dítěte. V té těžké době nám pomáhal jeden kněz svojí pomocí, svojí vírou a modlitbou. V té době jsem rychle ztrácela všechny síly, utrpení bylo víc než dost. A když se narodil další syn, vyčerpala jsem všechny síly, už jsem nikoho nepoznávala, zkoušeli dlouho elektrické šoky. Sice mě probrali, ale to už jsem nebyla já, chodící loutka bez života, nic jsem si nepamatovala, jak se dělá. V té době jsem neměla sílu na modlitbu, sílu na život. Jen jsem viděla to zoufalství těch kolem mě. Trvalo to rok. Všichni se za mě modlili. Ale já stále chodila bez života, bez paměti. Jen každou noc hlas našeptával: skonči to, skonči to. Nakonec jsem vyskočila z okna – zlomená páteř ve dvou obratlích a rozdrčená noha v kloubu. Bůh nedovolil, abych zemřela. V té době mně mohl pomoci jen blízký člověk, který měl odvahu a sílu

navrátit mě k životu. Byl to můj druhý muž, narodily se nám dvě děti. Vím, že při tomto onemocnění mně hodně pomáhalo chodit do přírody a mít vedle sebe blízkého člověka, o kterého jsem se mohla opřít. Za pět let můj druhý muž zemřel na rakovinu plic. Dívám se smrti do očí a ptám se – proč? Zase se vrátily hodně těžké psychické stavy. Zůstala jsem s šesti malými dětmi sama, nejmladším byly 3 a 4 roky. V té době jsem si vedle kříže v bytě napsala, že Bohu svěřuji svůj život i životy všech svých dětí, že prosím o ochranu, protože sama z lidského hlediska na vše nemám síly. A Bůh mě vzal do náruče jako stokrát potom a zůstal se mnou, s námi. Ten kříž jsem nesla dál, bylo to někdy hodně těžké, přišlo mnoho těžkých nemocí, mnoho pádů, ale Ježíš byl nablízku, aby mi znovu pomohl vstát a jít dál. A od té doby mně nejvíce pomáhají modlitby růžence. V současné době jsem přidala Otcův růženec. Růženec je jedna z nejsilnějších modliteb, která mění svět k dobrému. Jsem na spoustě léků do konce života. Nikdy nevím, kdy mě zaskočí zhoršení zdravotního stavu, protože jednou je lépe, a pak přijde prudký pád do hlubiny.

Jaký je váš obraz Boha? Bůh je...

Bůh je to nejdůležitější v mém životě. Dává smysl mému životu.

Jaké na vás v životě klade nároky vaše křesťanská víra? Je něco, co vás na křesťanské víře zúzkostňuje?

Křesťanská víra je všechno dobré, co mi nabízí. Neomezuje, ale dává mi svobodu.

Máte z něčeho pocit viny (např. když myslíte více na sebe než na druhé)?

Pocit viny mám hlavně z toho, když někomu něco slíbím, později si na danou situaci udělám jiný názor a nemohu dodržet to, co jsem slíbila. Proto si myslím, že bych neměla slibovat to, na co nestačím.

Pokud prožíváte nějaké těžké období v životě, co je pro vás osvědčenou pomocí?

Když prožívám těžké období ve svém životě, tak nejlepší pomocí pro mě je dobrý přítel, který je ochoten mi naslouchat. Velkou posilou je účast na mši a svaté přijímání.

Pokud prožíváte těžkosti ve svém životě, jaký způsob modlitby vám vyhovuje?

V těžkostech svého života se obracím na modlitbu růžence a také vlastními slovy hovořím s Bohem.

Jste perfekcionista?

Nesnažím se usilovat o dokonalost, protože stále víc si uvědomuji, že jsem jen člověk, se svými chybami a nedokonalostmi. Jediný dokonalý je Bůh. Já se přijímám taková, jaká jsem, se svými prohrami, nemocemi, zraněními i nepřijetím.

Zažíváte někdy ve snu, že jste pronásledována, vězněna, někdo vás chce zabít?

Pronásledování s cílem zabití jsem prožívala před mnoha lety, nebylo to jen ve snu, ale odehrávalo se to v mém životě naživo. Později jsem pochopila, že vše bylo důsledkem mé duševní nemoci.

Jak se stavíte k vlastnímu utrpení? Dokázala byste například odejít z prostředí, kde je to pro vás těžké?

Utrpení chápu jako součást svého života. Já neodcházím, kde je to těžké, protože Bůh

mě sám do té situace postavil, aby se přesvědčil o mé věrnosti k němu, ale i k těm, kteří mě potřebují. Rozhodně si pro sebe nevybírám žádné výhody.

Můžete říci, že jste někdy potlačovala vlastní pocity s cílem udělat Bohu nebo bližnímu radost ?

Když je mi smutno, tak se nemohu radovat.

Jaký je váš postoj k vlastní sexualitě ? Vnímáte ji spíše negativně, nebo pozitivně ?

Nevím, jsem většinu života sama. Spíš ji vnímám negativně, protože těsná blízkost muže a ženy s sebou nese nebezpečí, alespoň pro mě dost hlubokých duševních zranění.

Je vám bližší duše, tělo, nebo obě stejně ?

Vždy hledám duši člověka, jeho nitro, lidské hodnoty, schopnost obětovat se a darovat pro Boha, pro člověka.

Jakým způsobem dává vaše tělo najevo nespokojenost ?

Když mě něco trápí, jsem nespokojená s danou situací, doléhá na mě smutek, zvláště, když dlouho neexistuje řešení.

Zažila jste už stav úplného vyčerpání, stav, kdy jste se cítila úplně na dně ? Když ano, popište ho.

Úplné vyčerpání jsem zažila víckrát v životě. Byla to taková obrovská únava, jako bych se ocitla v úplné temnotě, bylo kolem mě takové podivné mrtvo. Prospala jsem týdny, dny i noci. V té době jsem byla obvykle na injekcích.

Myslíte si, že křesťan by měl být kvalitnější člověk než nevěřící ?

Křesťan by určitě měl být dobrým příkladem pro nevěřící, ale jestli bude jako člověk v jádru lepší než nevěřící, to není někdy rozhodující. Ale určitě by se křesťan o to měl snažit, aby nedával špatný příklad. Každý musíme na sobě pracovat.

Dohnala vás někdy snaha být dokonalými až na hranici, že to bylo pro vás nesnesitelné ? Nesnažím se o dokonalost.

Cítila jste se někdy svázána církevními předpisy a zákony ?

Církevní předpisy mě nijak nesvazují, spíše mi ukazují cestu k vnitřní svobodě.

Brala vám příslušnost k nějaké náboženské společnosti možnost svobodně se rozhodovat ?

Vždy se snažím o svobodné rozhodnutí, snažím se naslouchat Bohu, hodně skrze modlitbu.

Jaký je váš spánek ? Budíte se uprostřed noci, vstáváte předčasně nebo nemůžete večer usnout ?

Užívám na noc léky, kromě toho jsou některé i na spánek. Už spoustu let. Když jsem si někdy zapomněla vzít lék na noc, spala jsem maximálně dvě hodiny.

Byla vám někdy ze strany církve nabídnuta psychologická pomoc ? Odrazoval vás někdo z církve od vašeho úmyslu navštívit psychologa či psychiatra ?

Ze strany církve mě nebyla nabídnuta psychologická pomoc ani mě nikdo neodrazoval od návštěvy psychologa nebo psychiatra. Jsem v plném invalidním důchodu kvůli této

duševní nemoci, musím chodit na pravidelné kontroly k psychiatrovi. Vícekrát byla nutná hospitalizace.

Jste muž, nebo žena ? Kolik je vám let a jaké je vaše vzdělání ?

Jsem žena, je mi 49 let, vzdělání středoškolské s maturitou (střední průmyslová škola stavební).

Máte nějaké zdravotní potíže ? Když ano, jaké ?

Zdravotních potíží je více, hlavně opotřebování organismu. V posledních letech – únava z života, všelijaké tělesné bolesti, zánětlivá onemocnění kloubů, potíže se srdcem, opakující se kolapsy celého organismu na základě zánětů okostice, už před 13 lety nutnost oboustranné protézy, ledvinové problémy atd. – neradostné výhledy do budoucna.

Jak často prožíváte pozitivní pocity ?

Vždy každý den se najde něco pozitivního. Nic není černé ani bílé, je to něco mezi tím. A to už je schůdná cesta.

Dokážete vyjadřovat pozitivní pocity ?

Pozitivní pocity nedokážu vyjádřit, protože mám obavu, že kolem mě jen tak chvíli procházejí, ale dlouho nezůstanou.

Jak často prožíváte negativní pocity ?

Negativní pocity určitě prožívám víc než ty pozitivní, protože žiji v této době, mám velmi omezené možnosti, hlavně jsme omezeni nízkými finančními prostředky. A je to čím dál horší.

Dokážete vyjadřovat negativní pocity ?

Spíš dokážu vyjadřovat negativní pocity, protože ty obvykle přetrvávají déle než pozitivní pocity. Většinou se z těch negativních pocitů chci nějak dostat, protože jsem moc ráda, když si s někým mohu o tom promluvit. Člověk potřebuje ze sebe negaci dostat, jinak by ho to zadusilo. A dýchat se musí, když ne kvůli sobě, tak alespoň kvůli těm, kteří mně důvěřují, kteří mě potřebují. A kdybych jednou zůstala úplně sama, tak je tu Bůh, který se mnou zůstane navždy a promění tmu ve světlo, hlavně v mé duši.

2.14.1 Komentář k rozhovoru č. 13

Velmi si vážím sdílnosti, kterou tato žena projevila.

K výzkumným otázkám :

1. Tato žena se necítí být křesťanskými pravidly omezována.
2. Potýká se s nedostatkem finančních prostředků, žije skromně, ve vyjadřování svých emocí je pravdivá.
3. Přijímá se taková, jaká je, neusiluje o dokonalost.
4. Snaží se rozhodovat svobodně po předchozí modlitbě.
5. Nejvíce si cení modlitby růžence.

2.15 Závěrečné shrnutí

Cílem výzkumu bylo formou rozhovoru s křesťany a s křesťankami zjistit, zda mají ve svých představách o Bohu, ve svých motivech, v projevování citů, ve svém vztahu k sexualitě a ve svém životě neurotické reakce nebo sklony. Pokud ano, tak zjistit, jak tyto neurotické vzorce chování nebo myšlení souvisí s tím, jak dotázaní chápou a praktikují svou křesťanskou víru. Zvolila jsem tyto výzkumné otázky :

1. Může mít úzkostlivé dodržování křesťanských pravidel podíl na vzniku úzkosti ?
2. Může mít asketické potlačování vlastní vůle a potřeb neblahý vliv na psychiku člověka ?
3. Má perfekcionista snaha podobat se Kristu v jeho nasazení pro spásu světa za následek stav tělesného a duševního vyčerpání ?
4. Může slepé odevzdání se do poslušnosti člověku ve svém důsledku narušit svobodné rozhodování a vést až k manipulaci ?
5. Je modlitba prostředek při léčbě neurózy ?

První otázka měla ukázat, jak se respondenty a respondenti staví k dodržování křesťanských pravidel. Ve zkušebním rozhovoru se ukázalo, jak bylo pro respondentku těžké dodržet křesťanské pravidlo nedovolující sňatek s rozvedeným křesťanem. Ve vlastním výzkumu z celkového počtu 13 zkoumaných osob pouze 2 se vyjádřily (rozhovor č. 2 a rozhovor č. 13), že necítily úzkost z dodržování církevních předpisů, 1 osoba je ovlivněna představou, že Kristus na kříži má v ní vyvolávat pocit viny (rozhovor č. 6), 1 osoba uvedla, že některé předpisy ji zúzkostňují, jiné nikoli (rozhovor č. 8). Zbývajících 9 osob (rozhovory č. 1, 3, 4, 5, 7, 9, 10, 11, 12,) nějakou zkušenost s úzkostí při dodržování křesťanských pravidel mělo. Z toho v pěti případech (u více než poloviny) se jednalo o úzkost související s hříchem (rozhovory č. 1, 7, 9, 10, 11), z toho v jednom případě (rozhovor č. 9) se jednalo o falešný obraz trestajícího Boha.

Z druhé výzkumné otázky mělo vyplynout, jak askeze, přemáhání se, potlačování vůle, potřeb a emocí nepůsobí dobře na psychiku člověka. Bylo zjištěno, že svoje emoce nepotlačují pouze 2 respondenti (č. 6 a č. 13), z toho jedna respondentka trpí manio-depresivní psychózou. Ze zbylých 11 respondentů pouze jedna respondentka uvedla potlačení svého já (č. 11), ostatních deset se vyjádřilo, že potlačují své emoce. Z těchto deseti má 7 lidí, tj. 70 %, psychické onemocnění : úzkostnou neurózu v dětství (rozhovor č. 2), úzkostnou neurózu v dospělosti (rozhovor č. 7), neurózu dle vlastního vyjádření (rozhovor č. 5), úzkostně-depresivní poruchu (rozhovor č. 4) ve dvou případech syndrom vyhoření (rozhovor č. 8 a č. 9) a závislost na alkoholu (rozhovor č. 10). Z našeho výzkumu vyplynula souvislost mezi potlačováním pocitů a neurotickou psychickou poruchou.

Třetí otázka měla zjistit, zda respondenti usilují o perfekcionismus a zda je k tomu motivuje dokonalost předepsaná slovy samotného Krista : Buďte dokonalí jako je dokonalý váš nebeský otec. Devět osob z našeho výzkumu odpovědělo, že usilují o to být perfektní (rozhovory 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12), 4 osoby odpověděly záporně. Pouze

tři zkoumané osoby (rozhovor č. 7, 10, 12) jsou motivovány křesťanskou snahou o dokonalost, a sice vnitřním diktátem: měl bych. Tím se nepotvrdilo, že by na většinu dotázaných kladla křesťanská víra vysoké nároky.

Čtvrtá otázka se týkala zjišťování, zda poslušnost vůči člověku např. v nějakém společenství vedla u dotázaných ke ztrátě svobody. 5 respondentů má zkušenost s manipulací ve společenství věřících, 1 respondent má špatnou zkušenost se slepou poslušností vůči představeným. Ze 13 osob potvrdilo celkem 7 osob (rozhovor 4, 5, 7, 8, 10, 11, 12), že jejich svoboda byla omezována, tj. 53,8 % respondentů s neurotickými rysy má sklon k určitému druhu závislosti: ať už na přízni společenství, na úzkostlivé poslušnosti či na alkoholu.

Pátá výzkumná otázka se zaměřovala na to, jak respondenti využívají modlitbu, když je trápí v životě těžkosti. V 8 případech (rozhovor číslo 1, 4, 5, 7, 9, 10, 11, 13) se dotázaní v těžkostech modlí, 1 dotázaný (rozhovor číslo 12) medituje. Zbývající čtyři zkoumané osoby o modlitbě přímo nemluví. Pokud prožívají těžkosti, není modlitba na prvním místě v pořadníku osvědčených metod, které jim pomáhají. Používají spíše prostředky k odreagování jako je pracovní činnost (rozhovor číslo 6), ventilování negativních emocí (rozhovor číslo 8) nebo opakují slova povzbuzení, aby si dodali sebedůvěru (rozhovor číslo 3).

Závěr

Diplomová práce „Neuróza v životě křesťana“ se zabývá neurotickými onemocněními u křesťanů. Neuróza je zde chápána v užším pojetí jako úzkost. Cílem této diplomové práce bylo ověřit teoretické poznatky o neuróze pomocí rozhovorů s věřícími lidmi a zjistit, zda tito lidé pociťují ve svém životě úzkost, z čeho pramení, jak s ní bojují, zda se léčí a jak jim v jejich situaci pomáhá jejich duchovní život, popřípadě církev. Úkolem bylo také zjistit, zda je možné získat neurózu tím, jak člověk úzkostlivě chápe svůj život podle víry a ve své církvi.

Při studiu odborné literatury z oboru psychologie a spirituální teologie byly nalezeny možné příčiny vzniku neuróz u křesťanů. Počínaje přísnou výchovou v rodině, kdy dětem byl zprostředkován obraz trestajícího Boha, pokračující potlačováním vlastních pocitů a potřeb formou takzvané negativní askeze a konče ztrátou zodpovědnosti za svůj život například vstoupením do společenství nebo dokonce do sekty, které člověka manipulují a okrádají o jeho svobodu. Někteří nemocní neurózou se pokoušejí zapomenout na životní strasti a nepříjemnosti pomocí pití alkoholu, čímž získávají návyk a později se stávají na alkoholu závislími. Podpurný vliv při léčbě úzkosti má nejen psychoterapie, ale i životní styl, kde nechybí vedle práce a odpočinku také modlitba a společenství, ať už je to terapeutická skupina nebo křesťanské společenství, kterým je církev.

Souběžně se studiem odborné literatury probíhal také výzkum pomocí rozhovorů, které jsou představeny v praktické části diplomové práce. Celkem bylo osloveno 13 osob, které souhlasily s tím, aby s nimi byl proveden rozhovor pro diplomovou práci. Jednalo se o 8 žen a 5 mužů, ve věkovém rozmezí od 22 do 60 let. Respondenti pocházejí z Moravy, Čech a Německa, jsou vyznáním římskokatolíci, jedna členka Církve československé husitské a jedna nepokřtěná, ale v Boha věřící žena. Nebyli vybíráni náhodně, ale výběr byl zacílen na ty z nich, kteří v určitém období svého života prožívali těžkosti, jež vyústily buď v úzkostné stavy nebo jiné psychické poruchy či onemocnění. Někteří, s nimiž byl veden rozhovor, udali přímo svou diagnózu: generalizovaná úzkostná porucha, úzkostně-depresivní porucha, syndrom vyhoření, bulimie, manio-depresivní psychóza. Někteří respondenti se za neurotiky označili sami, aniž by o tom měli lékařské vyjádření. Jeden respondent ví o svém falešném obrazu Boha, tak jak si ho přinesl z dětství, a snaží se za pomoci křesťanského společenství pracovat na změně tohoto falešného obrazu. Naopak u jiného respondenta by se dalo hovořit o eklesiogenní neuróze, kdy dotyčný vykazuje ve vztahu k církvi četné neurotické reakce.

Z teoretické a praktické části vyplynulo, že křesťané se ve svém životě setkávají s neurózou v podobě falešného obrazu Boha, podle kterého řídí svůj život v úzkosti, že budou potrestáni za hřích. Dalším nebezpečím je přílišná obětavost a připravenost křesťanů usilovat o perfektnost a dokonalost. Mnozí z nich, zvláště neurotici, neumějí odmítnout, pokud jsou požádáni o pomoc, neumějí zkrátka říci ne. Za touhou obětovat se pro druhé, se však může skrývat jejich touha po ocenění, přijetí a uznání druhými lidmi. Křesťanské náboženství je život ve svobodě dítek Božích, kde nejsou důležité

vnitřní diktáty, jak si je neurotici před sebe sami sobě staví. Ježíš přece říká: Milosrdenství chci, a ne obět', poznání Boha je nad zápalý (Oz 6,6). Se znalostí Boha souvisí i vlastní sebepoznání, ve kterém nabízí pomoc a doprovázení rozličné druhy psychoterapií. Z dotázaných využívaly tuto pomoc dvě osoby. Kladný vliv na zvládání životních obtíží a tedy i neuróz má modlitba, což potvrzují i naše rozhovory s věřícími, kteří trpí neurózou. „Volali tedy k Pánu v úzkostech, a on je z jejich bídy vysvobodil. Z těch temnot smrtelných je vyvedl, přelomil jejich okovy a strhl. Ať chválí Pána za slitování a divy, které k dobru lidí konal.“ (Ž 106,13–15) [32, str. 208] Pomocnou ruku podává věřícím i církev svými prostředky: společenstvím při modlitbě a vytvářením menších křesťanských společenství mimo liturgii. V případě vážnějších psychických problémů je věřícím nabídnuta, jak zjištěno z rozhovoru, odborná pomoc psychiatra. Z rozhovoru vyplynulo, že případy, kdy byli věřící odrazováni od návštěv psychologa či psychiatra a odkazování pouze na pomoc modlitby, jsou ojedinělé – tento případ se vyskytl pouze u dvou respondentek, z nichž jedna má zkušenost vlastní a druhá zprostředkovanou.

Summary

The name of this work is „Neurosis in a Christian's life“. It is focused on neurotic disease especially in a life of Christian's patients. The neurosis means anxiety. The reason for this work is to find if something might make neurotic causes in the Church or in the faith and to verify if the Christin's life can help to live with the neurosis or to be recovered, for example a prayer or a Christian community – Church. There are two parts in the thesis. The first theoretic part studies a psychological and a psychiatric view of the neurosis and the possibilities how to treat this deficiency. The other part consists of interviews with 13 people who believe in God (11 persons of them are Catholic, 1 person is Protestant, 1 person is not in any Church) and who has sometimes felt anxiety.

One man of the 13 asked Christians has got a false picture of God, 2 persons have got a burn-out syndrome, one woman has got anxiety, one woman suffers anxiety and depression, one woman suffers psychosis. One woman suffered bulimia some years ago. One person is addicted to alcohol, one man has got a neurotic relation to Church. One woman had the neurosis in her childhood, one young woman has been in a crisis, she has searched for her adult's Christian faith. The other 2 persons mean they are neurotic in their own opinion without a medical diagnosis.

It was found a result that there are some possibilities how the Christians can get the neurosis: They are afraid of God, of His punishment because of their false picture of God. Some of them do not like rules in the Church. Some Christians are very helpful and they are not able to say no when they are very tired to work more. The neurotic persons want to be perfect, accepted from other people and to be loved and appreciated. The Church can offer prayer, sacraments and friendly community for the believers. The majority of believers use some prayers when feeling bad. We found out, that the Church has offered a psychiatric help, if necessary.

Literatura

- [1] BERNDT, FRANK H. *30 Minuten gegen Burn-out*. Offenbach : GABAL Verlag GmbH, 2008. 79 s. ISBN 978-3-89749-872-3.
- [2] *Bible : Písmo svaté Starého a Nového zákona (včetně deuterokanonických knih)*. 9. vyd. Praha : Česká biblická společnost, 2002. 283 s. ISBN 80-85810-30-1.
- [3] BURDOVÁ, ILONA. *Křesťan a normalita : křesťan a duševní nemoc*. Brno : Karmelitánské vydavatelství, 2009. 252 s. ISBN 978-80-86953-49-6.
- [4] DENZLER, GEORG. *Zakázaná slast : dva tisíce let křesťanské sexuální morálky*. Brno : CDK, 1999. 248 s. ISBN 80-85959-48-8.
- [5] DOPPELFELD, BASILIUS. *Odpoutanost*. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství s. r. o., 2002. 102 s. ISBN 80-7192-583-7.
- [6] DREWERMANN, EUGEN ; JEZIOROWSKI, JÜRGEN. *Gespräche über die Angst*. Gütersloh : Gütersloher Verlagshaus Mohn, 1991. ISBN 3-579-01296-7.
- [7] DVOŘÁKOVÁ, PETRA. *Proměněné sny : deset rozhovorů o iluzích a deziluzích, které přináší víra*. 1. vyd. Brno : Host, 2006. 163 s. ISBN 80-7294-187-9.
- [8] FRIELINGS DORF, KARL. *Falešné představy o Bohu*. 2. vyd. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 2010. 191 s. ISBN 978-80-7195-393-7.
- [9] GRÜN, ANSELM. *Duchovní terapie a křesťanská tradice : čtrnáct svatých pomocníků*. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 2000. 79 s. ISBN 80-7192-425-3.
- [10] GRÜN, ANSELM. *Obrazy proměnění*. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 2001. 84 s. ISBN 80-7192-492-X.
- [11] GRÜN, ANSELM ; DUFNER, MEINRAD. *Zdraví jako duchovní úkol*. 2. vyd. Svítav : Trinitas, 2001. 88 s. ISBN 80-86036-54-5.
- [12] GRÜN, ANSELM. *Proměň svůj strach : cesta k nové chuti do života*. 1. vyd. Praha : Paulínky, 2008. 135 s. ISBN 978-80-86949-55-0.
- [13] HELLER, JAN ; PRUDKÝ, MARTIN. *Obtížné oddíly knih Mojžíšových*. 2. vyd. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 2007. 182 s. ISBN 978-80-7195-186-5.
- [14] HONZÁK, RADKIN ET AL. *Úzkostný pacient*. Praha : Galén, cca 2005. 180 s. ISBN 80-7262-367-2.
- [15] HORNEYOVÁ, KAREN. *Neuróza a lidský růst*. Triton, 2000
- [16] HORNEYOVÁ, KAREN. *Neurotická osobnost naší doby*. 1. vyd. Praha : Portál, 2007. 182 s. ISBN 978-80-7367-219-5.

- [17] JANÍČEK, JERONÝM. *Když úzkost bolí*. 1. vyd. Praha: Portál, 2008. 203 s. ISBN 978-80-7367-366-6.
- [18] KENNERLEYOVÁ, HELEN. *Jak zvládat úzkostné stavy*. Praha: Portál, 1998.
- [19] KRATOCHVÍL, STANISLAV. *Jak žít s neurózou*. Praha: Portál, 2000. 191 s. ISBN 80-7178-478-8.
- [20] LACHMANOVÁ, KATEŘINA. *Laická spiritualita Madeleine Delbrellové s Kateřinou Lachmanovou*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2004. 89 s. ISBN 80-7192-870-4.
- [21] MOORE, ROBERT L. C. G. *Jung a křesťanská spiritualita: sborník reflexí teologů, psychologů a religionistů*. 1. vyd. Praha: Portál, 1998. 194 s. ISBN 80-7178-195-9.
- [22] *Mulieris dignitatem: O důstojnosti a povolání ženy*. Praha: České katolické nakladatelství, 1992. 73 s. ISBN 80-7113-053-2.
- [23] NAKONEČNÝ, MILAN. *Psychologie téměř pro každého*. Praha: Academia, 2004. 318 s. ISBN 80-200-1198-6.
- [24] OTEC JERONÝM. *Protože navždy trvá dlouho*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1993. 178 s. ISBN 80-85527-36-7.
- [25] OTEC JERONÝM. *Umění naslouchat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1995. 136 s. ISBN 80-85527-72-3.
- [26] Papežská rada pro rodinu. *Lidská sexualita: pravda a význam*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2000. 74 s. ISBN 80-7192-495-4.
- [27] PECK, SCOTT M. *Nevyšlapanou cestou*. Praha: ARGO, 2002. 274 s. ISBN 80-7203-036-1.
- [28] PETR. Byl jsem žákem východního „mistra“. *Milujte se – časopis pro novou evangelizaci*. Č. 15. Praha: Res claritatis. S. 26–28 ISSN 1802-4327.
- [29] PRAŠKO, JÁN; PRAŠKOVÁ, HANA. *Asertivitou proti stresu*. Havlíčkův Brod: Grada Publishing, 1996. 181 s. ISBN 80-7169-334-0.
- [30] PRAŠKO, JÁN; PRAŠKOVÁ, HANA; PRAŠKOVÁ, JANA. *Specifické fóbie*. Praha: Portál, 2008.
- [31] PRAŠKO, JÁN; VYSKOČILOVÁ, JANA; PRAŠKOVÁ, HANA. *Úzkost a obavy: jak je překonat*. 2. vyd. Praha: Portál, 2008. 226 s. ISBN 978-80-7367-410-6.
- [32] RENČ, VÁCLAV. *Hlas Páně tříští cedry: žalmy v překladu Václava Renče*. 1. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakl., 2010. 287 s. ISBN 978-80-7195-419-4.
- [33] RUPNIK, MARKO IVAN. *Uvedení do duchovního života*. Olomouc-Velehrad: Centrum Aletti, 2003. 68 s. ISBN 80-86715-09-4.

- [34] TAVEL, PETER. *Smysl života podle Viktora Emanuela Frankla*. Praha-Kroměříž : Triton, 2007. 303 s. ISBN 80-7254-915-4.
- [35] VELLA, ELIAS. *Ježíš-lékař těla i duše*. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 2006. 351 s. ISBN 80-7192-851-8.
- [36] WOLOYOVÁ, M. ELEANORA. *Pes a lidská duše*. Brno : Nakladatelství Tomáše Janečka, 2005. 94 s. ISBN 80-85880-42-3.
- [37] WOODMANOVÁ, MARION. *Těhotná panna : proces psychologické proměny*. 1. vyd. Brno : Emitos : Nakladatelství Tomáše Janečka, 2009. 249 s. ISBN 978-80-87171-07-3.