

## PSYCHOLOGIE A KŘEŠŤANSKÁ SPIRITUALITA – DVA POHLEDY NA ČLOVĚKA

Zkuste si představit nekonečno. Možná jste se jako děti dívali na hvězdy a dumali, jak si nekonečno vlastně představit. Pravděpodobně jste narazili na hranice představivosti a začali jste přemýšlet o něčem uchopitelnějším. To ale nic nemění na faktu, že jsme zasazeni do existence, která se tohoto nekonečna nějakým niterným způsobem dotýká a která pro nás představuje tajemství, jemuž se všemožně snažíme porozumět, i když ho pořád nedokážeme uchopit.

Latinský výraz pro vesmír (*universum*) obsahuje přesvědčení, že všechno směřuje k jednomu (*uni/versum*) a že všechno má svůj smysl právě ve vztahu k tomuto jednomu. Zároveň chceme všechno pochopit, takže se to snažíme popsat, analyzovat a zařadit do příhrádek. Celek skutečnosti rozdělujeme na lépe uchopitelné jednotlivosti a občas ho prostě přehlízíme.

Podobně je tomu s pohledem na člověka. Sami sebe prožíváme jako individuální já, proti kterému stojí okolní svět jako ne-já. Tímto vydělením se z celku se budeme více zabývat v části věnované vzniku a vývoji osobnosti, konkrétněji pak u popisu vzorců utvářejících naši osobnost. Samozřejmě že můžeme člověka *ad infinitum* dělit na jednotlivé aspekty, podle záliby v té či oné teorii, ale v posledku se stejně dostaneme k tomu, že jsme celek, který je víc než součet částí.

Popis jevů a jejich rozdělení na menší dílky může být velmi prospěšný a užitečný způsob porozumění. Pouze je dobré mít na paměti, že jde jen o způsob, jakým věci pojmenováváme, abychom se o nich mohli dorozumět a lépe je uchopit.

Podobně i my budeme lidskou celistvost uchopovat z různých úhlů pohledu. I když budeme v podstatě mluvit o tom samém, použijeme k tomu někdy víc jazyk psychologie a jindy spíše jazyk křesťanské spirituality a teologie. V teorii a praxi enneagramu se totiž oba tyto jazyky zvláštním způsobem prolínají.

Není to úplně lehké. Nechceme-li fenomén tak složitý a hluboký, jakým je vnitřní život člověka, redukovat jen na jeden z jeho aspektů, a tím jej ochudit a zkreslit, je prolínání obou zmíněných jazyků nutné a obohacující. Vyžaduje však zároveň bdělou pozornost, aby nedocházelo k matení pojmů a následným nedorozuměním. Pochopení vzorců prožívání, myšlení a chování může totiž mít velký vliv na proměnu kvality lidského života. Tento zisk pak z našeho pohledu převažuje nad potenciálními rozdíly v názorech a výkladech pojmů a následným nepochopením.

### **Enneagram a křesťanská spiritualita**

Už v názvu knihy jsme vědomě použili dva výrazy, které patří do oblasti křesťanské spirituality. Křesťanskou spiritualitou zde myslíme v širokém slova smyslu „to, co Bůh prostřednictvím Ducha koná v nás“<sup>2</sup> a zároveň

---

<sup>2</sup> V. Kohut (1999), 905.

i naši iniciativu, která je odpovědí na Boží působení v člověku.

*„Duchovní život je bezesporu ‚náš‘ (a to v plném slova smyslu, takže by bylo absurdní za něj činit odpovědným pouze Boha); na druhé straně však je ‚nejen náš‘ nebo ještě lépe ‚ne v první řadě náš, nýbrž Boží, Ducha svatého‘.“* V. KOHUT

Dynamika křesťanského duchovního rozvoje v sobě nezbytně zahrnuje rozvoj osobnosti.<sup>3</sup> Jinak řečeno: na cestě hledání Boha také nalézáme a odkrýváme vlastní lidskou identitu. Na duchovní a teologické rovině tím míníme to, že se (navzdory lidské křehkosti) dotýkáme našeho bytí Božím obrazem a že v našem nitru tento obraz a vědomí o něm pevně tkví. Na psychologické rovině rozvojem myslíme pozitivní postupnou proměnu na úrovni našeho prožívání, myšlení a jednání. Odpovídá to křesťanskému pojetí vztahu Boha a člověka, podle něhož tím, že Bůh v Ježíši Kristu přijal lidskou přirozenost, přichází k člověku lidskou cestou a lidství se pro člověka stává cestou k Bohu.

Křesťanská spiritualita a duchovní doprovázení, při němž jeden člověk pomáhá druhému v komunikaci a v rozvíjení vztahu s Bohem, pracuje s celkem lidského života: cílem je naučit se přistupovat k realitě tak, aby podporovala náš růst ve vztahu k Bohu, který je posledním zdrojem života, vlastním průvodcem i cílem každé autentické spirituality. Jestliže máme dospět

---

<sup>3</sup> K pojmu osobnost, jak jej používáme v této knížce, viz níže.

k celistvosti, potřebujeme objevit, kdo jsme (co spolu-vytváří naši identitu v duchovním i psychologickém smyslu) a jaké překážky nám brání růst.

V křesťanské spiritualitě a duchovním doprovázení se průběžně vrací základní otázky po tom, v čem konkrétně máme a můžeme zdravě lidsky i duchovně růst. Co máme udělat a co máme naopak nechat být? Kde můžeme víc „zabrat“ a kde konečně něco pustit z rukou a odevzdat? Co je vlastně v duchovním životě na nás a co máme nechat na Bohu?

Pro duchovní cvičení, při kterých využíváme enneagram, je typické, že se pokoušíme hledání větší autenticity ve vztahu s Bohem propojit s prohlubováním autenticity v prožívání vlastní identity. Velmi důležitou složkou těchto cvičení jsou klasické prvky exercicií, jako je mlčení, prostor pro modlitbu atd. Enneagram využíváme jako nástroj tam, kde zjišťujeme, že místo vztahu k Bohu vlastně stále řešíme hlavně sebe, že se v sobě možná ani moc nevyznáme a dlouho a stále dokola se moříme s tématy, u kterých tušíme, že bychom při jejich zvládnutí mohli s Bohem lépe spolupracovat, ale nevíme přesně jak.

Enneagram odkrývá naše neuvědomělé a zafixované způsoby myšlení a reakcí a používá při jejich popisu také tradiční křesťanskou terminologii tzv. hlavních hříchů, což jsou negativní sklony lidské povahy, v nichž má své kořeny mnoho konkrétních hříchů v myšlení, slovech a skutcích. A právě téma hříchu je důležitá kapitola křesťanské spirituality, kterou je velmi těžké uchopit v praxi tak, aby vedla k duchovní zkušenosti opravdového odpuštění a milosrdenství.

Mnoho lidí, kteří přichází např. na ignaciánské exercicie, ve chvíli, kdy mají medítovat o hříchu, uváznou na mrtvém bodě a nepostoupí dál. Jako by se nedokázali dostat až na dřeň, různě uhýbají a o hříchu spíš teoreticky spekulují, než aby se dotkli jeho kořenů, natož v souvislosti s vlastními životy. Také pak obvykle jen velmi málo z nich zakouší milost Božího odpuštění.

Zakoušeli by ji více, kdyby v meditaci dokázali odstoupit od sebe samých a opravdu se odevzdali Bohu. To je obvykle dost těžké, protože nám někdy není ani jasné, co vlastně máme Bohu svěřit. Boží milost si samozřejmě dokáže poradit i bez nás, ale duchovní cesta obvykle vyžaduje i naši spolupráci. A zde je nesmírně cennou pomůckou enneagram. Umožňuje nám předkládat Bohu nejen hříšné myšlenky, slova, skutky a zanedbání, ale také jejich kořeny, naše typické negativní sklony, aby nám pomáhal vědomě přijímat jejich existenci, ovládat jejich působení a kultivovat tak celý náš život po duchovní i psychologické stránce.

### **Enneagram a kontemplativní modlitba**

Sebezpoznaní zpětně podporuje kontemplativní pohled na realitu. Podobně můžeme říci, že chceme „vidět Boha“, porozumět mu, slyšet ho – ale předtím se většínou nutně setkáme s tím, kdo jsme a co spoluutváří naši osobnost. Dokud se s tím nějak nevyrovnáme, obvykle se nám úplně nedaří zažít živého Boha. Bez kontaktu s vnitřním životem může naše modlitba být

jenom sled různých zbožných myšlenek a pocitů. A když zrovna nejsou, jaké bychom si přáli, tak často také vodopád výčitek, že se modlíme špatně.

Naše duchovní tradice (autoři, jako je Terezie Avilská, Jan od Kříže, Ignác z Loyoly a další) učí, že modlitba je mnohem více než říkat nebo myslet si nějaká slova a obrazy. Modlitba je i víc než pouhá introspekce a zaměření na svět našeho ega. Ovšem například podle Terezie by bylo výborné už i jen to, kdybychom se alespoň přestali bát vnitřního života a modlitby a s odvahou se vydali na cestu, která nás přivede do velkých hloubek nás samých a zároveň povede k naplňujícímu spojení s Bohem.

Právě v modlitbě můžeme ostřeji zahlédnout, co nám brání a překáží v tom, abychom žili. Aby modlitba byla prostorem chvály a díky za život, musí si všímat toho, co náš život utváří. Pak máme co odevzdat a nechat spočinout v Boží náruči, v hluboké důvěře v Dárce a Udržovatele života, který žehná všemu, co stvořil a láskou vykoupil. Takhle odevzdaná modlitba se pak stává tichým přebýváním v Boží přítomnosti, které nabývá odstínu vděčnosti, důvěrné prosby radosti, lásky... podle situací, které přináší život. Může se také stávat jakýmsi „pracovním setkáváním“ s Bohem, během něhož se kultivuje a přetváří náš život více k Božímu obrazu a ve kterém rozlišujeme vnitřní hnutí a hledáme a nacházíme Boží vůli a Boží cesty.

Otcové pouště i karmelitánští mystikové nás také učí, že zdravá mystika vyžaduje životní realismus. Extáze a levitace pro ně zdaleka nejsou vrcholem, ale spíš překážkou na duchovní cestě. Za velký pokrok zato

považují, když se adeptu duchovního života daří nahlédnout stinné stránky své osobnosti, přiznat si své myšlenky, slova, skutky a zanedbání. Ještě větším pokrokem je dokázat si všimnout také svých citových hnutí a svých navyklých způsobů lpění a nasměrování životní energie.

Stejně jako současní psychologové i křesťanští mniši prvních staletí či barokních časů věděli, že nejde o to citová hnutí a vášně potlačovat, ale kultivovat. Jan od Kříže ve své instruktážní knize pro ty, kdo chtějí rychle dospět ke spojení s Bohem<sup>4</sup>, přímo zmiňuje, že z nekultivovaných vášní vznikají neřesti (špatné návyky a sklony), pokud je ale budeme kultivovat, budou z nich ctnosti (dobré návyky a kvality).

Mystikové samozřejmě dobře vědí, že tato vnitřní práce není zcela v našich rukou. Dříve nebo později prostě narazíme na určitou mez svých upřímných snah. Velmi pravděpodobně však i na milost, která dokáže překročit všechny naše bariéry a hranice.

Bůh nás ale nezbavuje odpovědnosti za život, který žijeme. Jestli chceme dospět k autentické lásce a porozumět tomu, co myslí křesťanští mystikové tím, když mluví o dynamice vydávající se a přijímající lásky, která se dokáže otvírat novému, překonat strach z jinakosti druhého, být skutečně schopný milovat i přijímat lásku, pak stojí za to vydat se na cestu, kde se setkáme nejen s Bohem, ale také s niternými motivacemi našeho jednání a prožívání.

---

<sup>4</sup> Máme na mysli jeho spis *Výstup na horu Karmel* a obsa-hově blízký text *Temná noc*.