

Univerzita Pardubice
Fakulta filozofická

Význam starosti v lidském životě

Lukáš Novotný

Diplomová práce
2011

Prohlašuji:

Tuto práci jsem vypracoval samostatně. Veškeré literární prameny a informace, které jsem v práci využil, jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

Byl jsem seznámen s tím, že se na moji práci vztahují práva a povinnosti vyplývající ze zákona č. 121/2000 Sb., autorský zákon, zejména se skutečností, že Univerzita Pardubice má právo na uzavření licenční smlouvy o užití této práce jako školního díla podle § 60 odst. 1 autorského zákona, a s tím, že pokud dojde k užití této práce mnou nebo bude poskytnuta licence o užití jinému subjektu, je Univerzita Pardubice oprávněna ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložila, a to podle okolností až do jejich skutečné výše.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v Univerzitní knihovně.

V Pardubicích dne 30. 6. 2011

.....

Lukáš Novotný

Poděkování

Chtěl bych poděkovat panu Mgr. Miloslavu Průkovi, PhD. za ochotné vedení diplomové práce, prospěšné připomínky a snahu pomoci, díky kterým práce může vypadat tak, jak vypadá. Dále děkuji všem přátelům a blízkým, kteří mě při psaní a tvorbě diplomové práce jakýmkoli způsobem inspirovali.

Abstrakt

Diplomová práce se zaměřuje na starosti v lidském životě jak z pohledu psychologického, tak z pohledu filozofických teorií významných autorů. Práce se zaobírá problémy vycházejícími z běžných starostí každého z nás a postupně se soustředí na vyvrcholení celého systému starostí – problémy člověka v jeho pokračujícím věku, ve stáří.

Část práce je věnována také knihám s radami proti starostem, které se v posledních letech dočkaly mnohamilionových nákladů a světového úspěchu.

Závěrečná kapitola spojuje a porovnává filozofické teorie týkající se lidských starostí a lidské smrti.

Klíčová slova

starost, smrt, filozofie, stáří

Title

The Importance of Care in Human Life

Abstract

This thesis focuses on care and worry in human life in a mental way and as well as in philosophical theories written by significant philosophers. The thesis focalizes on common worries of our lives and gradually focuses on the head of the whole system of care and worries – human problems in old age.

Part of the thesis is devoted to books with advices against human worries which are very popular and heavily sold in the whole world.

The final chapter connects and confronts philosophical theories about human worries and death.

Key Words

Care, worry, death, philosophy, old age

| | |
|--|----|
| 2.7. Srovnání filozofických teorií | 52 |
| 2.7.1. Martin Buber – Problémy člověka | 52 |
| 2.7.2. Georg Scherer – Smrt jako filozofický problém | 59 |
| 2.7.3. Peter Wust – Nejistota a odhodlání | 64 |
| 3. Závěr | 70 |
| 4. Literatura | 71 |

1. Úvod

Když jsem si v loňském roce vybíral téma pro svou diplomovou práci, udeřilo mě nejvýrazněji do očí téma „Význam starosti v lidském životě“. Skoro se jednalo o menší akademickou lásku na první pohled. Od první chvíle jsem toto téma chtěl zpracovat, nakonec jsem si jej i zadal a nakonec vše dopadlo tak, že můžete v těchto chvílích číst první řádky jeho zpracování.

Pravdou zůstává, že se diplomová práce nerodila lehce, ale na cestě k jejímu dokončení se objevil jeden aspekt, který mi pomohl se s tématem poprat. Ať se mě kdokoli z rodiny, přátel či známých zeptal na to, jaké téma jsem si pro závěrečnou práci zvolil, zůstal tazatel po mé odpovědi jen překvapeně hledět, aby za chvíli s úsměvem řekl „To bych si hodně rád přečetl.“ Právě tento aspekt mě na cestě za dokončením dokázal tak hnát dopředu.

Těžko říct, zda-li se jim práce bude líbit ve chvíli, kdy se do ní začnou, ale mně nezbyvá doufat, že ano. Pravdou totiž zůstává, že se bude více zamlouvat těm, kteří budou při přečtení jejího názvu inklinovat spíše k filozofické interpretaci tématu. Nevyhýbám se sice psychologickým termínům a problémům, ale některé kapitoly jsou psané čistě jako příspěvek do filozofické teorie.

Nezbývá tedy než se pustit do čtení. Ať už čtenář čeká, že nalezne v práci cokoli, můžu jen doufat, že se mu to skutečně povede. Psal jsem totiž tuto práci nejen jako součást svého magisterského studia, ale také jako souhrn poznatků a teorií, o které bych se chtěl podělit.

2. Teoretická část

Starost = duševní neklid způsobený nesnázemi

Starost = péče o někoho podbarvená citovou složkou

2.1. Vstup do tematiky

Když mám mluvit o lidech a jejich starostech, musím hned na úvod charakterizovat, co vlastně *starost* je. Kromě dvou výše uvedených kratších definic je mi blízká teorie Lieberta a Morrise, podle které je starost popisována jako součást úzkosti. Další její složkou je pak emocionalita, citlivost, v tomto případě možná bude lepší použít dokonce termín *přecitlivělost*. Starost tak může být chápána buď jako psychická složka způsobující negativní autosugesci nebo jako starost o druhou osobu, o její stav či pohodlí.

V oblasti pojmů ohledně starostí je dalším důležitým termínem slovo *úzkost*. Tou se rozumí nepříjemný emoční stav, který má pro člověka ochranný význam. Její příčinu není možné přesně definovat. Může trvat krátce nebo (v případě generalizované úzkostné poruchy) dlouhodobě. Zpravidla je způsobována specifickou psychickou poruchou.

Další emocí, která s problematikou starostí bezprostředně souvisí, je *strach*. Tak nazýváme pocit, který vzniká jako reakce na bezprostředně hrozící nebezpečí. Ruku v ruce ho provázejí fyziologické jevy jako blednutí, zvýšení krevního tlaku nebo bušení srdce, které jedince připravují na útěk či obranu. Když neexistuje jiná možnost, mění se strach postupně až na agresi. Strach může být vrozený nebo naučený. Jako emoce je velice snadno přenosný a způsobuje tak například hromadnou paniku. Chorobnými druhy strachu jsou fobie.

Specifickou oblastí pak jsou *obavy*. Jedná se o negativní lidské emoce, které vznikají v důsledku strachu či pocitu nejistoty. V některých případech může být obava považována dokonce za intenzivnější druh strachu. Může mít mnoho podob, ale ve všech případech se jedná o jev, který bezprostředně předchází nějaké kritické události, která může, ale i nemusí nastat.

Jedním z nejdůležitějších termínů v této řadě je slovo *krize*. Když se budu řídit současnými psychologickými koncepcemi, představuje krize přechodný stav

vnitřní nerovnováhy způsobené kritickými událostmi nebo takovými životními událostmi, které vyžadují zásadní změny a řešení. Krize proto nutí člověka k jednání, i když mu mnohdy poskytuje jen velmi omezený čas a prostředky. „Vždy představuje určitý vyvíjející se stav, který je třeba chápat jako přechodný, protože následuje po stavu, který se (alespoň relativně) pokládá za normální. Krize může vygenerovat v katastrofu nebo vyústit v nějaké řešení a zanechat určité následky.“¹

Proto nemůžeme krizi i přes některé shodné symptomy zaměňovat s depresí. Krize totiž není nemoc, je to pouze normální reakce na nenormální situaci.

Jako poslední pak uvedu termín *stres*. Ten je definován jako nespecifická odpověď organismu na působení jakéhokoli činitele a na poškození či ohrožení organismu.

¹ ŠPATENKOVÁ, N., *Krize – Psychologický a sociologický fenomén*, str. 15.

2.2. Všední den a jeho krize

Starost jako dlouhodobý činitel v lidské psychice může způsobit pocit marnosti, pocit nepřekonatelné krize. Jakkoli ale naším životem nejvíce hýbou osobní tragédie či neúspěchy, člověk má tendenci poddávat se krizi nejčastěji z návalu banalit, rutinních životních maličkostí, starostí běžného dne. Člověk moderní doby totiž nechce jen žít a přežívat. Chce, aby jeho život byl kvalitní, chce žít „dobře, šťastně a úspěšně a za to platí daň v podobně úzkostných stavů, případně vlastním rozladěním na pozadí bázně, aby o svou realitu či fantazii o štěstí nepřišel.“²

Zde pak vyvstává otázka, co je oním šťastným životem. Často se totiž pohodový a klidný, šťastný život zaměňuje za život plný blaha a neomezených potěšení.

„Každého jedince uprostřed plného života tu a tam zachvacuje pocit prázdnoty, kdy ztrácí vědomí smysluplnosti. Víme, že pocit prázdnoty, nenaplněnosti zachvacuje lidi při jejich životním bilancování, což souvisí s naší smrtelností.“³

Kdybych měl šťastný život opatrně charakterizovat, dopracoval bych se k obvyklým touhám každého z nás. Spokojené rodinné zázemí, uspokojivé zaměstnání, dostatek času a prostoru k provozování a rozvíjení svých zálib. Pro mě samotného je tenhle kratičký souhrn významem všeho, o co se člověk v každodenním boji snaží. Samozřejmě existuje velká spousta dalších lidských cílů, vyšších cílů, ať už kariérních, životně-vztahových nebo i úplně jiných. Ale když mám zůstat u starostí nejběžnějších, které potkáváme každý den a které každý den chceme zdolat, absolvovat a vyhrát nad nimi, tak to jsou právě ty dny, kdy člověk vstane a chce, aby ho neporazilo nic - odted' až do chvíle, kdy večer zase ulehne. A právě až lidem, kteří tyto úspěšné a zdánlivě samozřejmé stránky běžného života postrádají a tyto překážky nepřekonávají, vyvstávají před očima *starosti* v pravém slova smyslu.

V tuto chvíli totiž přechází starosti do krize.

² EIS, Z., *Krize všedního dne*, str. 13.

³ EIS, Z., *Krize všedního dne*, str. 16.

2.2.1. Starosti vyvstávající z krize

„Starost provázají obavy, které jsou do značné míry výrazem našeho emočního světa. Obvykle jsou téměř nerozlišitelně spojeny právě se starostmi. V lidském běhu života dochází k soužití obav a starostí.“⁴

Starosti ale náleží k nám všem. Může za to vztah mezi životními událostmi a právě starostmi. Některé životní události totiž vedou ke starostem a jiné ne. Ty, které vedou ke krizovým stavům začínají jako klesání mysli a lehké psychické oslabení. V závislosti na tom se dostávají množící se starosti. Zneklidňující podněty jsou někdy smyšlené, někdy reálné, možné.

„Starost tvoří vlastně část našeho duševního neklidu způsobeného nesnázemi. Zneklidňovat se, znamená dělat si starosti a opačně. Starost je stav lidské psychiky mezi rozkolísanou duševní rovnováhou a její víceméně hrozící úplnou ztrátou. Je provázána ztrátou jistoty. Bývá v této podobě často pohlcující, nebezpečná a ničivá tím, čím hrozí, tedy psychickou rozkolísaností a případně i ztrátou duševní rovnováhy.“⁵

Vhodné je určitě i zmínit myšlenku, že člověk trpící krizovým stavem je určitým způsobem „infekční“ a ohrožuje tak tímto jevem i ostatní. Okolí ho vnímá jako uzavřeného a úzkostného až do té chvíle než se pokusí krizovou situaci řešit. „Pojem infekčnosti zmíněného druhu je plně na místě, protože pro infekce platí to samé: šíření, případné lavinovité rozšiřování infekce z „nakažených“ na „zdravé“ a dosud nákazou nedotčené.“⁶

Psychické rozpory a starosti mají v mnoha případech společného činitele – rozpor společenský. Protože je každý jedinec začleněn do určitého kolektivu, může pokus o jakési „osvobození se“ být nárazem do ustáleného cyklu. Od dětství jsme usměřováni k tomu, abychom prosadili svoji individualitu, ale zároveň udržovali svou loajalitu ke kolektivu. Právě z takového rozporu mohou vzniknout neurózy, člověk zakolísá a oslabí tak svou odolnost. Takové rozpory a jejich síla mohou přerůst v závažnější problém a co je horší, v našem podvědomí zůstávají jako jakási tajná zbraň a mají onu nešťastnou tendenci přihlásit se o slovo v tu nejnevhodnější chvíli. Takové negativní aspekty pak mohou způsobit další krizi již ke krizi

⁴ EIS, Z., *Krize všedního dne*, str. 19.

⁵ EIS, Z., *Krize všedního dne*, str. 20.

⁶ EIS, Z., *Krize všedního dne*, str. 52.

současné a jedinec se tak ocitá v začarovaném kruhu. Jedná se totiž o takzvanou Kumulovanou krizi, kdy je jedná traumatická událost již podvědomím polozapomenuta a odsunuta někam do pozadí jako dávná vzpomínka. Odtud ji ale nečekaně vytáhne právě jiná, podobná věc, která se člověku stane v současnosti a vzpomínka na ztrátu či škodu minulou se promítá do aktuálního prožívání a tím pádem i do celého současného bytí.

Určitě neřeknu nic nového, když napíšu, že starost se pasivitou či rezignací nezmenšuje, ale naopak prohlubuje. Přesto v okamžiku, kdy krize nastane, má člověk velmi výraznou tendenci k bezradnosti. Přepadne ho naprostá rezignace, oslabení, případně pak osobní zmatek nebo ztráta orientace. Bezmocnost. Taková nejistota představuje i naši vnitřní rozkolísanost. „Nejedná se jen o rozhodování v rovině rozumu, o vybrat si mezi možnostmi. Nejistota vede k tomu, že se více zdáme, než jsme, že se více jevíme, než reálně existujeme. Zkrátka ztrácíme orientaci v tom, co je pro nás reálné a co nikoli. Nejistota v nás pramení z mnoha zdrojů vědomých, ale hlavně nevědomých, o nichž zpravidla člověk nic neví.“⁷

Když zkusím shrnout starosti na základě krize, na základě běžného dne, vychází mi ze všeho jedna konkrétní podskupina, kterou nazýváme krizemi situačními. Jsou to totiž právě ony krize vyvstávající z událostí, které se mohou objevit kdykoli a kdekoli a vůbec nezáleží na tom, v jakém vývojovém stádiu právě jedinec je. Tyto události člověka překvapí uprostřed toho nejobyčejnějšího dne a přesto, nebo právě proto, ho hluboce zasáhnou. Abych se dostal ke konkrétním událostem, použiji tabulku, kterou v roce 1967 sestavili Thomas Holmes a Richard Rahe. Vysvětlení „bodového“ ohodnocení jednotlivých událostí se nachází pod tabulkou.

| | |
|-----------------------------|-----|
| Úmrtí partnera | 100 |
| Rozvod | 73 |
| Rozvrat manželství | 65 |
| Uvěznění | 63 |
| Úmrtí blízkého člena rodiny | 63 |
| Úraz nebo vážné onemocnění | 53 |

⁷ EIS, Z., *Krize všedního dne*, str. 65.

| | |
|--|----|
| Sňatek | 50 |
| Ztráta zaměstnání | 47 |
| Usmíření a přebudování manželství | 45 |
| Odchod do důchodu | 45 |
| Změna zdravotního stavu člena rodiny | 44 |
| Těhotenství | 40 |
| Sexuální obtíže | 39 |
| Přírůstek nového člena rodiny | 39 |
| Změna zaměstnání | 39 |
| Změna finančního stavu | 38 |
| Úmrtí blízkého přítele | 37 |
| Přeřazení na jinou práci | 36 |
| Závažné neshody s partnerem | 35 |
| Půjčka vyšší než 50.000 Kč | 31 |
| Splatnost půjčky | 30 |
| Změna odpovědnosti v zaměstnání | 29 |
| Syn nebo dcera opouští domov | 29 |
| Konflikty s tchánem, tchyní, zetěm, snachou | 29 |
| Mimořádný osobní čin nebo výkon | 28 |
| Manžel/ka nastupuje do zaměstnání nebo v něm končí | 26 |
| Vstup do školy nebo její ukončení | 26 |
| Změna životních podmínek | 25 |
| Změna životních zvyklostí | 24 |
| Problémy a konflikty s nadřízeným | 23 |
| Změna pracovní doby nebo podmínek | 20 |
| Změna bydliště | 20 |
| Změna školy | 20 |
| Změna rekreačních aktivit | 19 |
| Změna církve nebo politické strany | 19 |
| Změna sociálních aktivit | 18 |

| | |
|-------------------------------------|----|
| Půjčka menší než 50.000 Kč | 17 |
| Změna spánkových zvyklostí a režimu | 16 |
| Změny v širší rodině (úmrť, sňatky) | 15 |
| Změny stravovacích zvyklostí | 15 |
| Dovolená | 13 |
| Vánoce | 12 |
| Přestupek a jeho projednávání | 11 |

A jaký je smysl této tabulky a její klíč? Pokud se jedinci během posledních dvanácti po sobě jdoucích měsíců stalo tolik událostí, že jejich sečtené bodové ohodnocení přesáhne číslo 250, dostává se takový člověk do rizikové kategorie. Pokud součet překročí dokonce číslovku 350, je pro jedince už charakteristické reálné ohrožení psychickou chorobou nebo psychosomatickým onemocněním, v některých případech i onemocněním, které ani za psychosomatické považováno není. V tomto případě je řeč o nádorovém či autoimunitním onemocnění.

Chci touto vsuvkou říct, že v dnešní době, která je charakteristická svou uspěchaností a stresujícím nádechem, není nic nečekaného, když se člověku počet starostí zvedne ze zvládnutelného čísla přes onu sotva znatelnou hranici zvladatelnosti a to i bez toho faktoru, že by tuto skutečnost jedinec vůbec stihl zaregistrovat.

Očekávaným typem chování, charakteristického pro boj se starostmi a krizí, je chování *obranné*. Lidé, kteří takový postoj zastávají, odpovídají na všechno jedním velkým „nesouhlasem“, který v důsledku představuje specifickou duševní sebeobranu. Citová stránka protestu v tomto případě převažuje stránku rozumovou. Při vyslovení negace totiž rozum nehraje prakticky žádnou roli. Nejvyšší mírou všeho se stává protest. Lidé s tímto postojem v krizové situaci nechápou, že nezvládají sami sebe, svůj život a že svým chováním poškozují i ostatní, které přitom vůbec neměli v úmyslu poškodit.

Obecně vzato ideální cestou, jak starost přijmout, zmenšit ji nebo se jí zbavit, je nalezení řešení a získání jakéhosi osvobození. V tuto chvíli se samozřejmě nezmiňuji o věcech neměnných, nejvážnějších, typu smrti či jiných

závažných událostí, které se objevily ve výše uvedené tabulce. Každý člověk je ale natolik jedinečný, že potřebuje hlavní přístup čistě individuální, dalo se by se říci až „šitý na tělo“. Právě na tomhle problému závisí úspěch toho, zda se člověku povede dostat z krizové situace či nikoliv.

2.2.2. Pomoc v krizi

V případě, že se z vygradované krize nemůže člověk dostat vlastními silami, je na jeho okolí a blízkých, aby mu pomohli. Tato možnost samozřejmě nastává až v případě, že jedinec takovou pomoc vítá a chce. Pokud by mu pomoc byla nucena ve chvíli, kdy ji odmítá, mohla by se teoreticky situace vyvinout ještě horším směrem. Když ale k takové pomoci skutečně dojde, mluvíme o dvou oblastech pomoci. O neformální pomoci v krizi a přirozeně o pomoci formální.

Neformální pomoci rozumíme hlavně svépomoc a pak také pomoc vzájemnou. Svěpomocí se nazývá hlavně funkce obranných mechanismů – stabilních dispozic, které určují lidskému organismu, jak reagovat určitým způsobem na náročné životní situace. Mezi tyto přirozené reakce patří například únik, útok, represe, popírání nebo sebeobviňování. Vzájemnou pomoci se pak myslí pomoc právě od osob blízkých, ať už to jsou příbuzní, přátelé nebo známí. Opora může mít za jistých okolností přímý vliv na snížení stresu.

Formální pomoci se označuje institucionalizovaná pomoc osobám v krizi, která se obvykle nazývá *krizová intervence*.

2.2.3. Krizová intervence

Tento druh pomoci poskytují profesionálové či alespoň proškolený jedinec. Nejčastěji se v této situaci můžeme setkat s psychologem, psychiatrem nebo sociálním pracovníkem. Pomoci se člověk může v krizové situaci dočkat i od „poloprofesionála“, kterým se rozumí například student některého z výše uvedených oborů.

Pracovník krizové intervence se s klientem setkává ať už osobně, tak i elektronickou či telefonickou formou. Přestože existuje celá řada specifických

přístupů, na všechny formy krizové intervence lze aplikovat její takzvaný ABC model.

„Při aplikaci tohoto modelu vede krizový pracovník krátké rozhovory s jedincem, jehož schopnosti a možnosti běžného fungování byly významně narušeny v důsledku krize. Jedná se o přístup orientovaný na problém, která se ukazuje jako nejefektivnější právě v období prvních čtyř až šesti týdnů působení spouštěče krize.“⁸

Intervent přirozeně musí být dobře informován o institucích psychosociální pomoci v dané oblasti, jinak nikdy nemůže pomoci adekvátně tomu, co od něj klient očekává. Pro upřesnění toho, jak celý model chování ke klientovi probíhá, rozepíší se o jeho jednotlivých fázích.

První fází je vytvoření a udržení kontaktu s klientem. Intervent musí zachovat vhodné projevy chování, musí klientovi aktivně naslouchat a používat přitom uklidňující tón hlasu. Toto vstřícné jednání je tak druhou stranou chápáno jako přívětivé a díky němu se tak pracovníkovi snáze otevře. Pracovník se na důležité věci ptá adekvátními otázkami (jak otevřenými, tak uzavřenými) a nebojí se například i parafrázování, které předchází nejasnostem. Nedílnou součástí navázání kontaktu je empatické reflektování pocitů, díky kterému se klient cítí být pochopen. V neposlední řadě by se pak intervent měl snažit o sumarizaci, díky které pomůže klientovi utřídit všechny související myšlenky.

Ve druhé fázi se snažíme identifikovat problém. Ptáme se konkrétními dotazy na spouštěč jeho krize. Díky této konverzaci lze také snadněji vidět, jak se doposud klient snažil se svým problémem vyrovnat. Intervent po těchto krocích zkouší prozkoumat klientovo duševní fungování a to, jaké důsledky měly krizové události na jeho současný život. Klient se tak může od určitých bolestivých pocitů osvobodit právě už jen tím, že se o nich bude se svým protějškem bavit. Když mu pracovník navíc může i něco poradit, může své problémy pochopit a později se s nimi vyrovnat. Důležitým aspektem je i otázka, zda se klient pokusil si v důsledku negativních životních událostí a zkušeností ublížit, protože konverzace se kvůli tomuto problému může stočit zcela jiným směrem.

Pozor by se mělo dávat i na to, aby se konverzace neodvívěla pouze v negativně-pesimistickém duchu. Intervent by měl usměrňovat klientovy pocity ve

⁸ ŠPATENKOVÁ, N., *Krize – Psychologický a sociologický fenomén*, str. 39.

smyslu ujištění, že jeho konkrétní emoce či projevy chování jsou normální, že nejsou ničím špatným či něčím, za co by se měl stydět. Vhodné je i přeformulování klientovy situace. „Cílem přeformulace je změna optiky (úhlu pohledu) klienta na krizi a pochopení krize nikoliv jako nebezpečí a ohrožení, ale jako příležitosti.“⁹

Třetí fází krizové intervence je fáze vyrovnávání se. Intervent v něm shrne problém, se kterým klient původně přišel a zkusí ho nasměrovat k nějakému jeho řešení. Zásadně mu k tomu pomůže to, že ví, jak se klient doposud s krizemi vyrovnával.

Návrhy na efektivní řešení ale předkládá klient a pracovník se ho jenom snaží usměrňovat. Krizová intervence by totiž měla skončit ve chvíli, kdy se podaří klientovu krizi zvládnout, ale protože tento proces může vyžadovat mnohem delší čas než nabízí vzájemná setkání či kontakt, zůstává reálným cílem procesu stabilizace stavu klienta. Tolik asi ke konkrétním jednotlivým krokům práce krizového intervenanta s klientem.

Když ale člověk chce zůstat v anonymitě nebo nechce svoje problémy ventilovat až příliš veřejně nebo důvěrně, vždycky je tu alternativa. Počet nejruznějších verzí linek důvěry v minulých dekáдах narostl adekvátně tomu, kolik nebezpečí na jedince v moderní době číhá. Přesto musí dotyčný počítat s tím, že pokud nějaký závažnější problém dožene jeho jednání k vyhocenějším činům a následkem toho pak k hledání odborné pomoci, musí najít časem způsob, jak se s takovými problémy svěřit otevřeně. Protože jenom tak se mu dostane odpovídající pomoci a pochopení. V důsledku by proto intervent na lince bezpečí měl v případě rozpoznání závažné hrozby nebo neuspokojivého výsledku hovoru doporučit setkání tváří v tvář.

Konkrétně krizovou intervencí jsem do své práce zahrnul jak proto, že je ukázkovým příkladem formální pomoci proti starostem a krizím, tak i z toho důvodu, že jsem se v létě 2010 kurzu krizové intervence sám zúčastnil a její metody jsou mi i proto blízké. Z tehdejšího čtyřdenního kurzu jsem měl velmi příjemný pocit a mám od té doby k tomuto zaměstnání a s tím spojenému počínání velmi blízký vztah. Právě krizová intervence je totiž dalším významem starosti v lidském

⁹ DURKHEIM, E., *Sociologie a filosofie*, str. 138. in ŠPATENKOVÁ, N., *Krizy – psychologický a sociologický fenomén*, str. 45

životě. Je zářivou ukázkou toho, jak se starost o druhé může stát životním posláním. Nejde samozřejmě pouze o krizovou intervenci, ale i o spoustu dalších zaměstnání i „poslání“, ale v tomto případě bylo zmínění takovéto pomoci přímo na místě v souvislosti se starostmi a krizí. Mimochodem to byl právě kurz krizové intervence, který mě jako jedna z několika důležitých chvil mého studia resocializační pedagogiky ubezpečil v tom, že jsem si opravdu vybral správný obor a že směřuji tam, kde bych velmi rád jednou skutečně aktivně působil.

2.2.4. Překonání krize

Někdy může k úspěchu dopomoci i okamžik, kdy si jedinec uvědomí svoje soukromé *dno*, vědomí, že pokud nepřijde nějaká změna, dál už nedojde. Když se člověku v takové chvíli a v dané míře dostane adekvátního pochopení ze strany jeho okolí, je cesta k rozuzlení krizové situace na dosah.

Ale to, že jedinec krizi dokáže zvládnout, neznamená, že zapomene na to, co se mu stalo. To navíc u některých událostí není ani reálně možné. Možné je ale získání energie k životu a obnovení dřívějších mezilidských vztahů. Krize totiž může být šancí ke změně. „Může to být čas, kdy necháme minulost minulostí a začneme znovu, jinak – a třeba lépe. I z těch nejhorších tragédií lze nakonec něco získat. Jedinec se může stát psychicky odolnějším, uzrát jako osobnost, duchovně vyrůst, harmonizovat své vztahy k ostatním.“¹⁰

Z mého pohledu jsou starosti neoddělitelnou součástí našich životů. Neexistuje život bez starostí, neexistuje životní proces, který má přinést kýžený úspěch bez toho, aby přinesl zároveň stres, problémy. Lidské úsilí se neobejde bez problémů, protože čím větší úsilí člověk vyvine, tím větší fyzické následky to na něj má. Jeho tělo i mysl ochabnou a každý problém se v takovém vypětí zdá ještě o pořádný kus závažnější než vůbec ve skutečnosti je. Starosti jsou v tomto případně průvodním jevem vynaložení enormní snahy.

A možná jejich největší síla spočívá právě v onom faktu, který je zmíněn v předchozí citaci. V tom, že se opravdu naplní ono okřídlené a u právě trpících lidí

¹⁰ ŠPATENKOVÁ, N., *Krize – Psychologický a sociologický fenomén*, str. 48.

nenáviděné „Všechno zlé je pro něco dobré“. Nerad bych se uchýloval k předříkávání románových či filmových klišé, ale asi bude vážně něco pravdy na tom, že nezáleží, kolik chyb člověk udělá. Nebo kolikrát obrazně řečeno upadne. Záleží jenom na tom, jestli tu samou chybu udělá znovu nebo jestli se dokáže ze svého pádu oklepat a zase vstát.

Starosti, strach, obavy... Všechny tyto emoce a pochody v nás jsou a budou schované. A některé z nich nás i přes naši veškerou snahu zkrátka postihnou v jejich plné míře. A postihnou jak naše vztahy s partnery, rodinnými příslušníky, přáteli a všemi dalšími blízkými. Právě v takové situaci ale poznáme, jak jsou dané okruhy silné a provázané a jak nás ten či onen člověk zná a má rád a nenechá nás padnout na dno.

Zásadní otázkou zůstává to, zda vůbec existuje člověk, který nemá starosti, který na takovouto přímou otázku odpoví „Ne, nemám“. A to i přesto, že se mezi dotázanými určitě najde mnoho takových, kteří zahodili pasivitu daleko za sebe a se starostmi se potýkali jak nejlépe uměli. V člověku se totiž rozporuplné pocity budou objevovat zas a znovu. Nikdy nenastane situace, že by jedinec nic neřešil a naštěstí je to tak správně. Nastává tak jakýsi proces adaptace na krizový stav, kdy se jedinec spokojí s tím, že vždy může nastat nějaká krizová situace a v tom důsledku i skupina starostí.

„Životní praxe přináší důkazy, že člověk bez vnitřních rozporů, bez kolísání, bez pochyb – vlastně neexistuje. A kdyby existoval, pak by se blížil člověku tak jednoduchému, že bychom pochybovali o přiměřené hloubce jeho duševního života.“¹¹

¹¹ EIS, Z., *Krise všedního dne*, str. 23.

2.3. Život bez starostí? – Studie „zaručených“ receptů

„Veřejnost často vychází z mylného předpokladu, že existují univerzální rady, které by vyřešily utrpení člověka v krizovém stavu, ale které se k ní jen politováníhodným omylem nedostaly.“¹²

Vždy jsem byl zastáncem toho, že člověku může pomoci rada od přítele, od rodiny, od partnera. Ale vždy tou radou musí být něco, co je mířené právě na jediný případ, na jediného člověka. Právě jenom člověk blízký nám dokáže poradit, dostat nás z krize či odehnat chmury. Protože jedna věc je pomoci či starat se o prevenci a druhá věc je řídit se radou neznámého člověka, který, jakkoli kvalifikovaný, neví o nás ani první ani poslední informaci. Jedna věc je totiž krizová intervence, kde intervent ví o nás každou důležitou informaci, kterou jsme mu z pozice klienta ochotní a schopní sdělit. Druhá věc je ale ta, když se vžiji do pozice zoufalého čtenáře, který hledá odpověď na nějakou palčivou životní otázku či starost právě v knize a odpoví mi na ni člověk, který bagatelizuje. Sice předává životní zkušenosti, ale pouze v neurčitěm neforemném balíku s nápisem „vyberte si co jen chcete“. Teď už ale ke konkrétním knihám.

2.3.1. Joseph Murphy – Pravdy, které změni váš život

Nebude tudíž překvapením, když můj náhled na knihy, které se pokouší člověku poradit naprosto univerzálně, bez jeho znalosti, bude převážně kritický. Když totiž člověk otevře knížku a jako první ho udeří věta „Tato kniha může způsobit ve vašem životě zázraky. Zažijete je sami na vlastní kůži. A budete jejich očitými svědky.“¹³, tak se nemohu zbavit pocitu, že se ze mě někdo snaží dělat ne snad oběť nešťastné shody okolností nebo narození pod nešťastnou hvězdou. Ale že si na mně (jakožto čtenáři a tím pádem kupci) snaží někdo – odpusťte lidový výraz – namastit kapsu. Nechci ale u samotného úvodu předbíhat ke konečným verdiktům. Proto od začátku:

Abych tedy upřesnil, o čem Murphyho kniha je: Jedná se o soubor rad a doporučení, na základě zkušeností, které Joseph Murphy nastřádal během svého

¹² EIS, Z., *Krize všedního dne*, str. 87.

¹³ MURPHY, J., *Pravdy, které změni váš život*, str. 13.

života, ať už během cest na nejrůznější světová místa, konference a setkání nebo jen během působení mezi ostatními lidmi. Důležitým měřítkem může být i to, že z knihy je očividně patrný aspekt víry, kdy Murphy často odkazuje na cosi Božské v každém člověku. Při pokusu o kritiku takové knihy se snažím kritizovat pouze knihu, její nejzákladnější myšlenku a to, co je uvedeno na obalu jakožto její cíl. V důsledku pak tedy kritizuji to, co mi sama předkládá, nikoli víru jejího autora nebo občasné náboženské aspekty v textu. Sám za sebe ale můžu říct, že náboženství, víru či vyznání každého člověka považuji za svobodnou volbu.

Nebudu tu podrobně citovat každou druhou stránku Murphyho práce, abych uvedl citace, které mi vadí nebo při kterých jsem byl nucen minimálně pozvednout obočí. Jen letmo zmíním právě ty polopravdy, které mi z mé pozice kritika podobných sborníků nejvíce „hnuly žlučí“. Patří tam například ta, kde Murphy rozděluje lidi na ty, co si umí zvolit v životě dobře a ty, kteří to neumí. Navíc určuje toto dělení pouze na základě vlastních zkušeností a zážitků z výuky chemie, konkrétně pak na základě toho, zda jeho studenti dávali při jeho hodinách pozor či nikoli.

Jaké tedy bylo moje překvapení, když jsem zjistil, že podobná prohlášení jsou ještě tím nejrozumnějším a postupem času se otázky zdraví či zásadních životních otázek řeší způsobem „jasné mysli“, kde je myšlenka otcem osudu a z mého kritičtějšího já tak znovu vypadlo několik povzdechů nad tím, kolik váhy je zde přikládáno pouhopouhé náhodě.

Jak jsem psal výše – nikomu nechci sáhat na víru, vyznání nebo přesvědčení. Přesto mě ale zaráží fakt, že někdo je i v moderní době schopen přijmout soubor rad, kde se závažná nemoc řeší „upřímnou modlitbou“ a výsledkem starostí s náročným zaměstnáním, které nešlo zkombinovat s uspokojivým rodinným životem, byla pro změnu modlitba „smysluplná“.

Přesto uznávám, že jako ateista mám asi problém do podobných řešení důkladně proniknout a že je ode mě chvílemi až trochu nefér se do nich strefovat, protože to člověku s cestou jiného myšlení, cestou racionálnější, přeci jen příliš problémů nedělá. Proto se v další podkapitole raději zaměřím na jinak psanou publikaci od jiným způsobem smýšlející autorky, která tak bude mým měřítkům (tedy hledání více populisticky psaných rad, jak si zlepšit život) vyhovovat ještě o něco více.

2.3.2. Rhonda Byrne – The Secret - Tajemství

Světově asi nejznámější knihou, publikovanou a v reklamách předesílanou jako univerzální recept na šťastný život, je Tajemství od Rhondy Byrne. Vzhledem k tomu, o čem v této kapitole píšu, bylo pro mě doslova povinností si tuto publikaci sehnat a zkusit proniknout do jejího tajemství a zjistit tak, proč je právě ona takovým bestsellerem, který se dokonce dočkal i filmové adaptace.

Jaké bylo moje překvapení, když jsem zjistil, že kniha se skládá téměř výhradně z „heslovitých“ odstavců. Pro představu tak mohu uvést všeríkající příklad:

„Když zaměříte své myšlenky na něco, po čem toužíte, a držíte se toho, v ten moment právě to, po čem toužíte, přivoláte nejmocnější silou vesmíru.“¹⁴ nebo „Vše, co potřebujete, jste vy sami a vaše schopnost myslet na věci tak, že dojde k jejich realizaci. Vše, co bylo objeveno a stvořeno během dějin lidstva, začalo jedinou myšlenkou.“¹⁵

Jinými slovy je celá publikace sestavena právě z takovýchto prohlášení, které mají za úkol vzbudit v člověku pozitivní myšlení, zlepšení vlastního sebevědomí a pocit, že všechno, co si přejí dokázat, mají šanci dokázat pomocí pevné vůle a víry ve vlastní schopnosti. Každá chvíle, kdy se člověk cítí mizerně, je popisována jako znamení vesmíru, který nám dává najevo, že bychom se měli v danou chvíli vzpamatovat a začít myslet co nejpozitivněji to jde.

Celá kniha je pak podávána jako jakési velké tajemství, které si lidé předávají již několik generací mezi sebou a některé slavné osobnosti z různých dob (Platon, William Shakespeare, Victor Hugo, Thomas Alva Edison, Albert Einstein,...) díky jeho provozování v běžném životě dosáhlo svých životních úspěchů. Je pro mě proto zklamáním, že jsou tyto „rady“ omezeny ve své podstatě pouze na pozitivní přístup, myšlení na vlastní dokonalost a víru v sebe a vlastní schopnost a přesvědčení. To pro mě totiž není žádná novinka nebo novátorský přístup, to je zkrátka to, co by v sobě měl mít každý člověk. Víru sám v sebe a vlastní schopnosti. Pokud mi ale moje vlastní schopnosti musí připomenout kniha, je asi něco špatně.

¹⁴ BYRNE, R., *The Secret – Tajemství*, str. 30.

¹⁵ BYRNE, R., *The Secret – Tajemství*, str. 73.

Nebudu tu ale Tajemství za každou cenu hanět. Mám kolem sebe spoustu lidí, kterým tato kniha pomohla, kteří se její pomocí řídí a kteří jsou díky tomu v životě spokojenější a mají sami ze sebe lepší pocit. V tom případě tedy asi kniha svůj účel plní. Jen musím dát ze své strany najevo, že pro mě „Tajemství jako klíč k penězům/zdraví/světlu/životu“ zkratka z mého přirozeného přesvědčení fungovat nemůže.

Pokud se tedy zkusím oprostít od nějaký rad či univerzálních poučení a cest, má každý člověk možnost, jak se dostat ze svých problémů a ne sám. Přesto právě to, že si můžeme pomoci sami, je často opomíjenou variantou řešení.

Pokročit z vlastní krize není nejtěžším způsobem pokroku. Jakkoliv se my sami známe nejlépe, může být právě tato stránka naší největší slabinou. Budeme totiž vždy omezeni subjektivním pohledem na nás samé. Některé naše limity zůstanou skryté v přehnané snaze nebo neurčíme nejvhodnější prostředky k nápravě a může nastat libovolná komplikace.

Možná tou společensky nejprovařenější radou, ale přesto tou, která má největší šanci na úspěch, je ta následující: Zkusit dát svému životu v každou chvíli a za každé situace smysl. Vždyť cíl se přece najde vždy. Vždycky existuje v našich životech moment, ke kterému je potřeba dojít, nějaký účel, ke kterému si člověk musí připadat předurčený. Ve chvíli, kdy jedinec něco podobného pocítí a uvědomí si sám sebe jako součást koloběhu, který směřuje k nějakému většímu, smysluplnému konci, má už napůl vyhráno. A když už ne vyhráno, tak má naznačen alespoň směr, kterým, když se dá, nemůže si uškodit. Pouze přilepšit a vydat se vstříc nějakému světlejšímu zítřku.

Zbývá jen si přát, aby si lidé nemuseli kupovat knihy s bulvárním nádechem senzace k tomu, aby jim taková věc došla.

2.3.3. Srovnání s realitou

Abych se ale přes rady a doporučení vrátil i k předchozím kapitolám:

Komplexnějším řešením se zdá být pomoc za účasti přátel, rodiny, blízkých. Tato možnost ale skýtá úskalí ne nepodobné těm z předchozí kategorie. Přátelé a

tím spíš pak rodina nás mohou v některých situacích „omlouvát“, zastávat se nás i na úkor adekvátnějšího řešení. Druhou věcí je pak možnost, že někdo nežije v prostředí s rodinou či blízkými, kteří jsou v tomto aspektu „dostačující“ a nemůže proto dostat pomoc či radu příslušnou k problému, který v současnosti řeší.

Nejodbornější a relativně nejlogičtější pomocí při podobných problémech, tak zůstává pomoc odborníka. Kvalifikovaný pracovník, odborné vystupování, pocit porozumění. V porovnání s autory, kteří samolibě přirovnávají osobní kontakt ke kontaktu „knižnímu“, tedy nijakému, je to volba doslova jasná. Samozřejmě může dojít k antipatii vůči odborníkovi nebo v nejhorším případě o nepochopení jedince, v důsledcích pak ke špatné diagnóze. Vzhledem k tomu, co je potřeba, aby se jedinec stal například krizovým interventem, si ale myslím, že taková možnost je z devětadevadesáti procent vyloučena.

Vycházím ale tedy z ideální kombinace a situace, kdy je to právě odborník, který pomohl člověku určit cíl nebo smysl jeho nejbližšího počínání právě ve chvíli, kdy on sám toho není schopný. Pomůže jedinci ujasnit si hranice jeho možností, jeho limity, ohraničení životního směru. V případě, že jedincův cíl či předpokládaný smysl vlastního života je mimo morální hranice, pomůže mu je usměrnit nebo jedince svěří do péče či starosti někoho, kdo takovou věc zvládne díky své kvalifikaci. Do těchto možností se ale blíže zahhloubat nechci, protože už nesouvisí s ústředním tématem významu starosti.

„I život člověka, který plně nedosáhne toho, co si předsevzal, má smysl, protože i nedosažené cíle, životní zákruty a prodělané krizové stavy napomáhají člověku k jeho zlepšení a sebezdokonalení.“¹⁶

¹⁶ EIS, Z., *Krise všedního dne*, str. 107.

2.4. Stáří, společenský posun ve stáří, starosti a strach ze smrti

„Jsem si velice dobře vědom toho, že jsem opravdu starý. Ve svém nitru zůstávám však v mnoha ohledech stále stejným člověkem, ani starým, ani mladým.“¹⁷

Přestože starosti provázejí člověka v každém věku, je to v mých očích právě stáří, kdy si je člověk svou povahou jistý, kdy už v životě něco dokázal a kdy už má na svém pomyslném seznamu krizových životních událostí nějaký ten zápis udělaný. Rád bych proto ze své pozice vztáhnul starosti, krize a strach na staré lidi, kteří mají v mnohém starosti zcela specifické.

2.4.1. Definice stáří, vývojové období staršího věku

Aby byl můj náhled na život lidí ve stáří komplexní, musím přirozeně začít obecnějšími informacemi, které z psychologicko-biologického hlediska určují věkové a jiné hranice stáří.

Stáří je posledním stádiem vývoje člověka. U každého probíhá stárnutí jinak a jindy, ale teoreticky se ohraničit dá. Ve vývojové psychologii se datuje od dosažení šedesáti let věku, padesátý rok života pak označuje orientační mezník znamenající počátek stárnutí. Člověk po dosažení šedesátého roku samozřejmě nijak svůj život nekončí, pouze začíná jeho další, neznámá etapa. Takovou etapou je období hledání nového smyslu každodenního života (jak upřesním na následujících stranách), ve většině případů přichází konec vstávání do práce, nastávají zásadní změny v rodinných životech. Bohužel je stáří také ve znamení nemocí a zhoršování zdravotního stavu, díky čemuž si člověk přirozeně uvědomuje svoji zvyšující se zranitelnost a zastává tak ke svému tělu odlišný postoj než dříve. Zhoršují se základní smyslové funkce, zrak a sluch. Pohybová koordinace se také zhoršuje.

Co se týče rodinných životů, dochází ke zmenšení rodiny v domácnostech starších lidí. Děti jsou již dospělé, mají vlastní rodiny a k prarodičům se chodí jen na návštěvu. Manželské dvojice nebo v některých případech jen starší jedinci

¹⁷ ROGERS, C.R., *Způsob bytí*, str. 74.

zůstávají ve svých domovech sami, čímž přirozeně dochází ke změně jejich psychiky.

V té dochází k procesu, který má v sobě každý člověk, ale až v tomto vývojovém období si ho začne připouštět více k tělu. Tímto procesem je strach ze smrti či odmítání stárnutí, obojí bude v průběhu kapitoly popsáno.

Stáří přináší nové zkušenosti, s nimiž je nutno se vyrovnat a každý člověk to musí udělat individuálně. Během tohoto procesu by mělo dojít k harmonizaci všech složek osobnosti, ať už vědomých či nevědomých. Přestože sebou stáří přináší jistou moudrost a životní nadhled a pocit naplnění vlastního života. V případě, že se nedostaví pocit sebenaplnění, není potřeba propadat panice. Nicméně je to právě pocit zadostiučinění z vlastního života, který pomáhá přijmout konec života jako nevyhnutelnou, ale spravedlivou věc. Jakmile dojde na lítost nad věcmi minulými nebo touhu změnit věci stěžejní pro náš život, je dost pravděpodobné, že stáří nebude ve znamení klidu, ale právě částečné lítosti a možná i depresí a psychických problémů.

Stáří přináší také úbytek energie nebo nemoci. Jakákoli činnost trvá člověku o poznání déle, ale na druhé straně získává na důkladnosti, systematičnosti. Neznamená to však, že by život ve stáří nemohl být aktivní.

Co se týče samotné akceptace stáří, existuje podle Vágnerové pět různých modelů na této úrovni:

1. Člověk, který stáří reálně akceptuje a hledá způsoby, jak ho zvládnout.
2. Člověk, který je realistický, ale pasivní. Mívá nízké sebehodnocení a nevyvíjí aktivitu.
3. Člověk, který odmítá akceptovat skutečnost, že stárne. Bývá aktivní, odmítá pomoc.
4. Člověk, který je realistický a zároveň pesimistický, stáří je pro něj katastrofou. Je aktivní, ale občas až agresivní.
5. Člověk, který je zcela pesimistický, je depresivní a pasivní a neočekává v životě už nic dobrého.

2.4.2. Staří lidé vnímaní společností

Staří lidé mají jiné potřeby než lidé ve stádiu dospělosti. Společnost si tuto skutečnost někdy dostatečně neuvědomuje. „Na jedné straně se seniorům přiznává právo na zasloužený odpočinek, na druhé straně jsou podezíráni z nicnedělání. ... Každý důchodce je a priori považován za neužitečného, a to právě proto, že jsme pojem užitečné práce redukovali pouze na zaměstnanecký poměr. Taková úvaha je velmi nebezpečná, protože vede k despektu k starým lidem. Nevážíme si jich právě proto, že se na ně díváme svýma úspěchanýma, zaměstnanýma očima.“¹⁸

Tato poněkud nešťastná doba schematismu sklouzává až téměř k „odsuzování“ a je proto vhodné se na potřeby starých lidí podívat s poněkud objektivnějšího náhledu. Bez vlivu médií, bez popularizovaného pohledu, viděného veřejností každý večer v televizi. Je totiž až překvapivé, kolik lidí vnímá nejstarší část obyvatelstva negativně právě kvůli předkládaným materiálům, škatulkujícím je do skupiny s nevyřčeným podtitulem „společenská přítěž“. Jakoby zkrátka převládal v české společnosti tutlaný, ale přesto nepřekonatelný ageismus.

Definice ageismu mluví jasně: „Ageismus je ideologie založená v sdíleném přesvědčení o kvalitativní nerovnosti jednotlivých fází lidského životního cyklu manifestovaná skrze proces systemické, symbolické i reálné stereotypizace a diskriminace osob a skupin na základě jejich chronologického věku nebo na jejich příslušnosti k určité generaci.“¹⁹

Ze své pozice ageismus a s tím související diskriminační postoje přirozeně odsuzují. Považují totiž za bezmála ostudné to, že je automaticky očekáváno, že již člověk (a nemusí se jednat za každou cenu o člověka stárnoucího či starého) ve svém životě nic nedokáže a v ničem nedosáhne úspěchů. Tato biologicky či sociálně podmíněná vyhraněnost negativního postoje mi v tomto případě zůstává záhadou.

¹⁸ HAŠKOVCOVÁ, H., *Fenomén stáří*, str. 43.

¹⁹ VIDOVIČOVÁ, L., *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*, str. 14.

2.4.3. Potřeby starších

2.4.3.1. Rodina

Jedinci, kteří se o staré lidi starají, kteří jim věnují svůj čas, respektují jejich potřeby. A potřebou, kterou není těžké odvodit, protože ji máme všichni - a ve stáří je nasnadě obzvlášť - je touha a potřeba člověka být milován. Současná rodina a její pojetí však z této potřeby leccos ukrajují.

V moderní době totiž většina seniorů bydlí sama, což přináší výhody i nevýhody. Na jedné straně jsou staří lidé zcela nezávislí, což jim vyhovuje. Na té druhé ale občas trpí tím, že návštěvy od rodiny nejsou tak časté, jak by se jim líbilo. Střední generace, žijící ve světě rychlosti, nemůže stíhat svoji nejužší rodinu s častými pravidelnými návštěvami rodičů/prarodičů a děti či ještě více samotná vnoučata někdy ztrácejí motivaci k individuálním návštěvám. Starý člověk si ale stále chce přidat užitečný, chce být součástí rodiny a chce, aby to stejně cítili i ostatní. Je to právě život jejich dětí a vnoučat, který starým lidem poskytuje mnohé nové podněty a zážitky, které by jinak neměli, protože v jejich životě nastoupil jistý druh stereotypu. Tento druh vztahu uspokojuje potřebu citové jistoty, jedná se o jistý druh symbolického zázemí. Jedinec si v okruhu rodiny potvrzuje svůj nezpochybnitelný význam právě v této rodinné souvislosti, která je pro něj klíčovější než souvislost společenská a přátelská.

Nemluvě o tom, že v dnešní době je několikanásobně očekávanější, že po dokončení střední školy odchází děti či vnoučata na vysokou školu do mnohdy vzdálených měst a kontakt s nimi je znovu o něco ztížen. Křehkost rodinných vazeb tak vzrůstá.

Co je ale očividné je to, že rodina zkrátka musí chtít, umět a moci poskytnout potřebnou pomoc či emoční podporu. A tento potřebný vztah je určen už dlouho předtím než vnoučata dospějí do určitého věku. „Už v nukleární rodině se formuje vztah k prarodičům: malé dítě a později mladý člověk dlouhodobě vidí, jak se jeho rodiče starají o své rodiče, a je logické, že později uplatní podobný scénář. Kategorie „chtít“ však může být výrazně oslabena celou řadou faktorů.

Jeden z nich je obecný a souvisí s proměnou vnímání závislosti, resp. s důrazem na nezávislost „za každou cenu“.²⁰

Výchovným cílem je totiž v dnešní době plná ekonomická i společenská nezávislost, která má mnohdy za následek odloučení od rodiny. Prosba o pomoc od nejstarší generace tak kvůli tomu mnohdy zůstává nevyslyšena, přestože je tím narušena ona základní emocionální výměna mezi prarodiči a vnoučaty a shodná s tou, která je mezi rodiči a dětmi. Tedy ta, že ti, kteří dostávali citové i například kulturní hodnoty v tom nejranějším věku, by se nyní měli podělit o starost ke starším rodinným příslušníkům. Byla jim předána určitá rodinná myšlenková a emoční bohatost a teď je přece na nich, aby se o ni podělili s těmi, kteří to potřebují. Jak jsem již ale psal, není to bohužel tradicí. Tuto problematiku ale nechci nijak škatulkovat, pouze připomínám, že k ní nedochází tak zřídka, jako by se mohlo zdát.

2.4.3.2. Sebenaplnění ve formě vzdělání

Náročná epizoda lidského života je přechod z pracovního cyklu do důchodu. Stárnoucí člověk postupně uzavře svou profesní kariéru a začíná se dívat do dosud nepoznaných míst. Před člověkem se najednou místo pevně naplánovaného pracovního týdne objevuje týden volna, měsíc volna.

„Starému člověku zůstávají jen soukromé role, pro širší společnost se stal anonymním důchodcem, jehož minulé profesní role ztratily oficiální význam. Z hlediska společnosti tento člověk splnil jeden vývojový úkol a nyní má právo rozhodovat o svém soukromém životě podle svého přání. Děje se tak v době, kdy je možnost volby starého člověka limitována jeho zdravotním stavem, omezenějšími kompetencemi, zafixovanými zvyky i nedostatkem financí. Mnozí lidé už nejsou schopni zásadnějším způsobem změnit dosavadní styl života.“²¹

Po splnění povinností v domácnosti najednou zůstává prázdného prostoru až příliš a jedinec neví, jak s ním naložit. Věnovat se koníčkům nejde pořád a často je i tato činnost omezena nedostatečnými finančními prostředky. V neposlední řadě jde také o to, že konec profesního života a odchod z pracovního poměru a každodenní

²⁰ HAŠKOVCOVÁ, *Fenomén stáří*, str. 286.

²¹ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, str. 465.

činnosti je menším předznamenáním jiného životního konce, smrti. Ale o tom až později.

Někomu tato „uzavřenost“ může stačit, na čemž není nic špatného. Získat svůj osobní klid a prostor relativně bez jakéhokoli omezování, je pro mnoho lidí skvělá věc, ale často se najdou případy, kdy se lidé staršího věku potřebují seberealizovat jinde a jinak. Navíc v pokročilém věku se u lidí silně zvyšuje touha po všeobecném kulturním a všeobecně informačním rozhledu, vzrůstá smysl pro detail a lidé se tím pádem chtějí o všem, co je v životě zajímalo nebo zajímá, dozvědět více než doposud věděli. Umí využívat lépe všech informací, které mají v současné době k dispozici a interpretují jinak s ohledem na svůj věk a zkušenosti. Částečně se může jednat i o skutečnost, že mají starší lidé tendenci a touhu předávat co nejvíce poznatků a znalostí další generaci.

„Pod vlivem specifické, dlouhodobé zkušenosti dochází k selektivnímu rozvoji určitých schopností, dovedností a nahromadění zásoby informací. Úroveň rozumových schopností ovlivňují různé, individuálně specifické faktory.“²²

A právě tady přichází ke slovu fenomén moderní doby – vzdělávání ve formě univerzit třetího věku. Protože je tento aspekt v životě moderního starého člověka silně nezanedbatelný, musím alespoň částečně načrtnout jeho vznik a vývoj v Evropě i v České republice.

Myšlenka univerzity třetího věku vznikla v hlavě francouzského profesora P. Vellase, který se později stal prezidentem Asociace univerzit třetího věku, rovněž se sídlem v Toulouse. „Studenti z řad seniorů se hlásili ke studiu na univerzitě třetího věku z různých důvodů: byli to ti, kteří se chtěli dále vzdělávat, ať již ve svém původním oboru, nebo v jiném, který se jim také líbil, ale na který v životě nezbyl čas. Dále ti, kteří kdysi chtěli studovat, ale řada okolností jim v tom zabránila.“²³

Univerzita ale měla i jiné aspekty, které přiměly lidi setkávat se v pravidelných intervalech ve stejných prostorách. Byl to právě onen sociální element, příznačný pro všechny školní instituce – univerzita se totiž také stala místem pravidelného setkávání, místem společenského sebenaplnění.

²² VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, str. 407.

²³ HAŠKOVCOVÁ, H., *Fenomén stáří*, str. 127.

Tzv. Toulouskou iniciativu brzy následovaly další země, mezi kterými kvantitativně nejvíce vyčnívaly Belgie či Španělsko. Tento růst vyvrcholil roku 1993, který byl vyhlášen Rokem univerzit třetího věku v Evropě.

To už ale fungovala podobná instituce i v České republice. První univerzita třetího věku na našem území byla totiž uspořádána ve školním roce 1986/1987 v Olomouci. Garantem se stal Československý červený kříž. „Skutečným univerzitním zřizovatelem seniorského vzdělávání se stala olomoucká univerzita až v roce 1991 z iniciativy profesora Jana Jařaba. Tehdy také převzala zodpovědnost za obsah a způsob studia její katedra sociologie a andragogiky.“²⁴

Aktivita ohledně univerzit se brzy objevila i v Praze na tehdejší Fakultě všeobecného lékařství. Protože se setkala s ohlasem a úspěchem, byl program rozšířen na čtyřsemestrální a pro další rok byl ustanoven i maximální počet účastníků na 352 a přijati pak byli pouze ti, kteří (z praktických důvodů) bydleli maximálně 100 km od Prahy. Jelikož se přirozeně objevili zájemci, kteří kritériím nevyhovovali, byl otevřen Přípravný kurz pro studium na Univerzitě třetího věku.

Univerzita třetího věku se tak díky svému vývoji stala nedílnou součástí české vzdělávací scény. Jedná se totiž o další krok k tomu, jak vymítit již výše zmiňovanou tichou diskriminaci starších.

2.4.3.3. Potřeba partnerské lásky

Důležitou potřebou v každém věku je láska partnerská, ať už po stránce emoční nebo fyzické. Právě druhá stránka věci je v médiích i společnosti často tabuizována jako něco nepřístupné a zakázaného, v mediálních očích snad až téměř neexistujícího. Přesto tato problematika ve společnosti existuje a přivírat nad ní oči je pokrytectví.

Snad za to mohou některé případy, kdy ženy po menopauze prakticky ukončují svůj sexuální život, ale je tomu skutečně tak, že se na mnoha místech lze setkat se všeobecnou představou *bezpohlavního stáří*.

Je totiž třeba odlišit situaci stárnoucího nebo starého páru od situace ovдовělých seniorů. „Právě vdovy mohou zůstat opuštěny v nejjintimnějším slova

²⁴ HAŠKOVCOVÁ, H., *Fenomén stáří*, str. 130.

smyslu a vzhledem k jejich početní převaze v subpopulaci jen těžko nacházejí nového partnera přiměřeného věku. Odborníci opakovaně uvádějí nepříznivý podíl mužů vůči tzv. sexuálně neobsazeným ženám. Údaje z roku 2006 svědčily o tom, že ve věkové skupině nad 60 let připadá 100 mužů na 145 žen. Ve shodě s demografickým vývojem se tento poměr dále zvyšuje a ve skupině osob starších 85 let činí 1:3.²⁵

Nejzásadnější skutečností je to, co si nesmíme zapomínat uvědomovat v případě žádného lidského života. Potřeba blízké osoby a určitého citově laděného partnerského vztahu je v lidském životě potřebou trvalou. Možná kolísá intenzita této potřeby, ale přítomná je přece stále. V pokročilém věku je sice touha po lásce kombinována téměř až s potřebou praktickou, kdy je citová stránka propojena se situací, kdy člověk nechce být sám a jeho partner tak pro něj znamená jak lásku, tak i pomoc, porozumění a „životní spolupráci“. Jádrem problému tak zůstává stále stejné.

Partner je totiž v každém vývojovém období součástí našeho života, pomáhá nám vyrovnat se s kontinuitou našeho emočního i biologického vývoje a je pro nás jedním z nejzásadnějších symbolů rodiny, v mnoha případech dokonce symbolem nejzásadnějším či právě v pokročilém věku až symbolem jediným. Je pro nás oporou, jistotou. V tomto věku si již člověk svého partnera neidealizuje, přichází období akceptace a smíření. Tolerance k partnerovi se stává přirozenou součástí jedincových psychických procesů.

Tímto jsem v tématice přešel od tabuizované fyzické formy vztahu k formě citové, emoční. Jak se tedy podívat právě na citově mnohdy rozporuplnou část problematiky?

Není totiž pravdou, že by samo stárání nebo omezení společenského kontaktu s okolím bylo samo o sobě cestou k bezkonfliktnímu, klidnému a pohodovému manželství a partnerství. Správnější cestou je kompromis, protože oba partneři vědí, že spolu budou trávit zbytek života v těsnějším poutu než kdy dříve. Rozdílný je ale postoj mužů a žen k manželství. Muži jsou totiž v tomto období na rodině závislí mnohem těsněji než kdy předtím byli. Ztrácí totiž odchodem do důchodu podstatnou část svých sociálních kontaktů. Ženy si je naopak uchovávají i v době,

²⁵ HOLMEROVÁ, I., JURÁŠKOVÁ, B., ZIKMUNDOVÁ, K., A KOL., *Vybrané kapitoly z gerontologie*, str. 35.

kdy už do práce nechodí a zaujmají tak v tomto ve vztahu k mužům dominantnější postavení. Na místě je logicky i strach ze vzájemného přesycení a izolace v rodině.

Toto je ale v mých očích jeden z významů starosti v lidském životě. Toto je aspekt, který nám v životě může dát víc než jsme kdy předtím měli. Stáří – ona specifická starost životního cyklu – může dát partnerskému poutu zcela nový náboj, může jím získat silnější povahu. Ale jak říkám – není to pravidlem, není to jistotou. Přesto je to něco, na co se nesmí zapomínat za žádných okolností. Toho pravého životního partnera totiž v životě najdeme jenom jednou.

Specifickým aspektem zůstává situace, kdy partner vážně onemocní. V takové chvíli je přirozené, že jedinec současnou situaci prožívá i jako vlastní ohrožení. Jeho dosavadní život dostává velké trhliny v ohrožení jeho nezávislosti. Při úmrtí partnera člověk zůstává sám a zmizí jeho nejsilnější současné vztahy. Samozřejmě je pak obrovská a téměř nevladatelná zodpovědnost za partnera a tudíž i za všechno související se společnou domácností.

Naopak nemocný člověk se dostává do závislé pozice, v případě těžké nemoci je svému protějšku ve fyzickém slova smyslu na obtíž. V případě dlouhodobého procesu pak může dojít až k situaci, kdy bude potřeba najít péči i pro zdravého partnera.

„Dlouhodobá péče o závažně nemocného, bezmocného manželského partnera může vést až k syndromu vyhoření. Ten se vyskytuje zejména u žen v důchodovém věku, které jsou k partnerovi vzhledem k jeho bezmocnosti trvale připoutány a izolovány v domácnosti v roli pečovatelky. Těmto starým ženám chybí nejen odpočinek, ale i kontakt s jinými lidmi, příjemné zážitky a přijatelná perspektiva.“²⁶

Smrt partnera pak zvyšuje pocit ohrožení, samoty a životní krize. Pocit konce. Pocit, že není pro koho žít.

Carl Rogers ve svém *Způsobu života* mluví o tom, jak po smrti své manželky začal mnohem více cestovat a využívat pracovních pozvání od svých přátel a kolegů a díky tomu tak mohl cestovat po celém světě a získat nové vjemy, které ho přiměly myslet na hodně jiných myšlenek a nezaobírat se tak

²⁶ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, str. 478.

dokola smrtí družky. Objevila se u něj také touha nějakým způsobem tvořit, v tomto případě „vypsat se“ ze svých pocitů, což mu nezanedbatelným způsobem pomohlo s vypořádáním se s vlastní nejistotou a pocitem ztráty.

Přesto nechci, aby tato kapitola měla bezpodmínečně pesimistické vyznění. Naopak jsem chtěl ukázat na to, jak jsou pro sebe partneři ve stáří důležití. Jak je jejich láska a tolerance klíčová pro klidné stáří, uspokojivou poslední kapitolu života. Protože jakkoli je smrt neodstranitelnou součástí života, nikde není psáno, že přijetí smrti jako skutečnosti znamená předčasnou truchlivost a pesimismus.

2.4.3.4. Potřeba zdraví

Ne nadarmo se v blahopřáních k narozeninám či při silvestrovské půlnoci dá nejčastěji zaslechnout ono okřídlené „Tak hlavně to zdraví...“ Se stářím jsou zkrátka nemoci nerozlučitelně spjaté, ať už teoreticky nebo smutně prakticky. Jeden plus ale moderní doba v tomto ohledu má. Moderní medicína sice neumí nemoci zcela vymýtit, ale dokázala je velmi slušně korigovat.

Častým omylem je domněnka, že obrovská většina starých lidí zapomíná. Paměť má totiž nemálo jednotlivých složek, které se mění v průběhu celého života a u lidí ve starším věku tak zůstává faktem jenom to, že dochází ke snižování vnímavosti či vstřípivosti informací, ale tím reálný výčet negativ pamětní složky končí. Určitě tedy nejde o chronické zhoršování celé paměti, které by bylo nějak charakteristické pro toto vývojové období. Znovupoznávání je totiž zachováno až do nejvyššího věku.

Pravdou přesto zůstává, že starý člověk hůře chápe nové situace nebo se obtížněji pučí novým věcem nebo přizpůsobuje věcem, které odporují doposud pevnému pořádku. Na změny v důsledku zareagují buď realisticky a přijmou je, nebo nepřiměřena a novou skutečnost buď popřou nebo zcela rezignují.

Samozřejmě nesmíme zapomínat na to, že samotné stáří v žádném případě není nemoc, jen nemoci přináší. V dětství či dospělém věku je nemoc nepříjemné negativní rozptýlení nebo nespravedlivá nepřízeň osudu. Ve stáří přichází ruku v ruce s ní téměř až smíření. Proto je pro velmi staré lidi každý zdravý den či týden takovým malým osobním štěstím.

Pro bližší upřesnění: Zdraví je definováno jako „stav úplného tělesného, duševního a sociálního blaha, později rozšířený ještě o pohodu duchovní, ekologickou a etickou.“²⁷ Nemoc je tedy logicky stav, kdy je člověk „ošizen“ v některé takové oblasti blaha. Ve vyšších věkových kategoriích je pak typické to, že se deficity kombinují či střídají. Občas dominuje tělesná nemoc, jindy zase problémy duševní či sociální, obvykle se však vyskytnou současně.

Nemocní staří lidé proto mají potřeby různého druhu a proto je nelze uspokojit všechny, natožpak současně. Stejně jako je potřeba dodržovat určité návyky, když je nemocný člověk v jakémkoli věku, tím spíš musíme dohlížet na seniory, kteří nemusí být schopni se takto o sebe postarat sami. Mluvím o zdánlivě obligátních věcech jako výživa, pitný režim, spánek a odpočinek nebo hygiena. V psychosociální oblasti jde o pocit bezpečí a jistoty.

V problému zdraví probíhá v psychice stárnoucího člověka několik fází akceptace jeho současného stavu a v očekávání stavů příštích. Adaptaci na vlastní tělesné stárnutí dělí Marie Vágnerová následujícím způsobem:

1. První signály stárnutí, které jsou obvykle popírány. Člověk si sice uvědomuje změnu, ale žije stále stejným způsobem a nevěnuje jí větší pozornost.
2. Člověk si připouští, že stárne, ale chce si udržet svou tělesnou svěžest a vitalitu. Hodně se srovnává s vrstevníky a rád slyší, že je svůj věk zdatný a mladě vypadající. Nepopírá svůj věk, ale zároveň posiluje svoje sebevědomí. Proto se této fázi říká fáze smlouvání.
3. V poslední fázi člověk přijímá realitu, ve které jeho tělo začíná upadat a zdůrazňuje si tak jiné hodnoty. Přichází smíření s tělesnými potížemi a jedinec se s nimi učí žít. Někdy v této fázi místo zdravého přijetí přichází negativní důsledek a to celková rezignace.

2.4.3.5. Potřeba aktivity a „zdravého riskování“

Jak už jsem psal výše, lidé v období stáří mohou mít rádi svůj klid, ale zároveň potřebují pocit sebenaplnění a to nejen duševního. Potřebují nový zdroj

²⁷ HAŠKOVCOVÁ, H., *Lékařská etika*, str. 11.

pohybu, někteří snad až netypický vzhledem k jejich dosavadnímu životu a zvykům.

Starší lidé najednou poznávají, že času je více než kdy dřív a možnosti jim ubyly jenom zdánlivě a případně jen v ohledu fyzické stránky. Vyhledávají nové možnosti a mnohdy i riskantní činnosti. Carl Rogers se ve své úvaze poukazuje na to, že zkušenosti, které získal ve stáří, byly o to cennější, čím většímu riziku se v dané situaci sám vystavil. Mluví o pochopení mladistvých tužeb, souznění s odvahou a přemýšlením směrem výhradně dopředu, žití dneškem.

Důležitou pohnutkou je bezpochyby i to, že pocit klidu může u starých lidí přejít téměř až do pocitu znuděnosti, pocitu komplexní předurčenosti zbývajících období života. Způsob sebezprosažení se v nové, neznámé oblasti je pak najednou cestou osvěžující, obrozující.

Jak píše sám Rogers: „Hlavním důvodem, proč jsem ochoten podstupovat riziko, je pravděpodobně vědomí, že když tak činím, učím se – ať už jsem úspěšný či ne. Učení, obzvláště učení se zkušeností, je prvotním elementem, který činí můj život smysluplným.“²⁸

2.4.3.6. Další psychické procesy a potřeby

Jako dodatek k fyziologickým procesům starých lidí musím ještě přiblížit psychické jevy související s prožíváním. Staří lidé bývají citově labilnější a dělám jim větší potíže své emoční projevy ovládat, což mívá za následek úzkosti či dokonce deprese. Takové výkyvy pak ovlivňují i ostatní psychické funkce.

Co se týká již výše uvedených změn v životě, staří lidé je odmítají, nepotřebují je. Stejně tak nepotřebují v životě tolik stimulace jako dříve, jakékoli nové nebo nečekané podněty se pro ně stávají nepříjemnými. V důsledku toho je zvýšena potřeba stereotypu. Přebytek nových informací totiž může způsobit nepříjemný pocit dezorientace.

Psychicky nejdůležitějším aspektem je ale potřeba otevřené budoucnosti a naděje. Strach z nemoci a smrti se stupňuje a člověk, jakkoli už mohl přistoupit na kompromis s přijetím smrti jako biologické skutečnosti a zákonitosti, chce v životě mít naději a šanci prožít to, co chtěl. Právě naděje dodává jedinci sílu ve chvíli, kdy

²⁸ ROGERS, C.R., *Způsob bytí*, str. 78.

se setká se zdánlivě nepřekonatelnými překážkami. Překážky na cestě za spokojeným stářím – samota, nemoci a všechno další zde zmíněné – naději naopak mění na frustraci a zdroj negativních emocí a zklamání.

I v nejhlubším stáří přirozeně neoslabuje potřeba sociálního kontaktu. Lidé potřebují mluvit a vidět se se svými známými a nejen s rodinou a nejbližšími přáteli, přestože právě ti tuto potřebu naplňují ve vysoké míře. Protože ale klesá schopnost navazovat nové kontakty, omezují se tyto možnosti v důsledku toho, že nejbližší přátelé například umírají. V důsledku toho pak hrozí zvýšení naléhavosti pocitu osamění.

Chci se blíže podívat na problematiku akceptace stáří a umírání a to z trochu filozofičtějšího náhledu. Pravdou totiž je, že akceptace stáří odpovídá nejen Vágnerové rozdělení, ale nakonec i teorii V. E. Frankla, který ve své teorii pracuje s tím, že v našem světě a životě existuje určitý řád a pořádek a na tento řád je možné se spolehnout. Řád této jeho „smysluplnosti“ bych dokázal aplikovat i na starosti a jejich smysl. Frankl rozděluje dva druhy právě těchto smysluplností:

Tou první je smysluplnost drobných a někdy až nepatrných a triviálních událostí, které se mění do našeho každodenního rituálu, stereotypního chování, které je pro nás něčím bezpečným a pevným. „Patří sem i události širšího rozsahu a hlubšího dosahu, např. rozhodnout se, s kým vstoupit do manželství nebo který obor studovat. V každém okamžiku každý člověk stojí nad požadavkem najít a chápat smysluplnost toho, co dělá a co se děje.“²⁹ Je ale možné, že právě smysluplnost tohoto dění člověk dokonale pochopí až s časovým odstupem.

Druhým případem je pak smysluplnost celého života, tedy to, co je centrálním bodem existence každého z nás.

2.4.3.7. Potřeba soběstačnosti a následky její nemožnosti

Přesto se ale pomalu dostávám k podkapitole, která souvisí s nemocemi velmi úzce. Ke strachu ze smrti, který je někdy menší než právě strach z nemocí, provázených protahovanou bolestí. Nejdříve je ale vhodné zmínit jeden z důvodů, proč se lidé bojí stárnutí a s tím souvisejících stavů a nemocí. Nebojí se jen samoty, která toto období může provázet. Bojí se odloučenosti a naprosté závislosti na

²⁹ KŘIVOHLAVÝ, J., *Psychologie smysluplnosti existence*, str. 96.

příbuzných nebo v horším případě, ke kterému směřuji – na ošetřovatelích či pečovateliích.

Když začne starý člověk potřebovat pomoc i v dříve běžné, nejzákladnější činnosti, má více možností, jak ve svém životě pokračovat. Může se obrátit na pečovatelskou službu, která představuje pomoc, která starému člověku umožňuje žít navyklym způsobem života v soukromí vlastního bytu.

„Za těchto okolností, kdy je starý člověk již významnějším způsobem limitován (zejména pohybově) a v důsledku toho i ve větší míře izolován, plní pečovatelská služba i jiné funkce. Stává se významným zdrojem sociálního kontaktu, přispívá k vytvoření určitého denního režimu a poskytuje starému člověku psychickou podporu.“³⁰

Pečovatelská profese není v očích starých lidí jen prací nebo pomocí, jedná se pro ně o projev zájmu, symboliku osobního vztahu.

Druhou variantou je umístění do domova důchodců nebo do jiné podobné instituce. Jedinec v tomto případě ztrácí zázemí a vše, co měl spojené se svou identitou. Průvodním jevem je pocit ztráty soběstačnosti a zrádný signál blížícího se konce života.

Protože je v této instituci člověk nucen akceptovat nová pravidla a řády, bývá tento proces pro staré lidi někdy velmi náročný právě kvůli tomu, že jakákoli změna je v jejich věku již velmi nevítaným aspektem. Stejně tak ztráta domova znamená jistou ztrátu citové jistoty a bezpečí, kterou „anonymní“ instituce zkrátka nahradit nemůže.

Proces adaptace na nedobrovolné umístění v institucionalizovaném domově probíhá podle Vágnerové ve třech fázích:

1. První fází je fáze odporu, ve kterou jsi lidé nepřátelští jak ve vztahu k zaměstnancům instituce, tak ve vztahu k ostatním lidem v domově. Jedná se o určitou obrannou reakci.
2. Druhou fází je fáze zoufalství a apatie, která následuje poté, co se člověk vyčerpá a zjistí, že odpor nikam nevede. Ztrácí zájem o všechno a někteří v této fázi zůstávají až do své smrti. Staří lidé totiž v takto zátěžových situacích ztrácí vůli k životu.

³⁰ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, str. 495.

3. Poslední fází přijetí je fáze vytvoření nové pozitivní vazby, kdy se podaří navázat pozitivní vztah buď s někým ze zaměstnancům nebo s jiným obyvatelem domova. Může se dokonce jednat i o zvíře.

V případě dobrovolného odchodu je adaptace méně problematické a jedné se jen o dvě fáze – fáze nejistoty, kdy člověk získává informace a fázi adaptace a přijetí, kdy se člověk smíří se ztrátou zázemí a vytvoří si v novém bydlišti také nový stereotyp.

2.4.4.Strach ze smrti

Dnešní člověk a současná společnost vytěsňují smrt ze svého vědomí.

Max Scheler

Střední délka života v České republice je u mužů 69 let a u žen 77 let.

Staří lidé jsou sice s odchodem z tohoto světa ve svém věku již částečně smířeni, ale přesto chtějí dokázat, že sem patří, že mají, o co se podělit. Přesto si uvědomují, co jednou musí přijít a přes toto relativní smíření v nich zůstává i otázka. Otázka, která se ptá na to, jak je možné, že jednou nastane chvíle, kdy už oni samotní nebudou existovat. Jako by se tato neodvratitelná skutečnost nějak vzpírala logickým pravidlům života a toho, jak člověk žije ze dne na den s plány na vzdálenější budoucnost. Klíčovým faktem zůstává ale přesto skutečnost, že „každý jednotlivý člověk musí zemřít, zaujmout ke smrti stanovisko, uvést ji do vztahu k celku své existence a ten do vztahu k smrti, protože ve smrti se jasně ukazuje, že každý musí žít svůj vlastní život, protože každý musí zemřít sám a jen za sebe.“³¹

Lidé se pokouší život si prodloužit. Je za tím nejobyčejnější a nejnítějnější pud sebezáchovy, který nás pohání dál a dál ve způsobech, jak se dopracovat k budoucnosti, jak získat další rok, měsíc, či pouhý den života. Stárnoucí, nebo v tomto případě umírající člověk pak v tuto chvíli dochází na konec své cesty a je v důsledku jen jeho volbou, za dokáže přijmout přicházející smrt a tím pádem odejít

³¹ SCHERER, G., *Smrt jako filozofický problém*, str. 27.

ze světa smířený. Jde o přirozený proces biologický a v tomto případě tedy i psychologický.

Obecný postoj ke smrti má podle Vágnerové tři základní složky: Citový vztah, který je vyjádřen strachem a úzkostí; kognitivní složka, která zahrnuje vědomosti o umírání a vlastní zkušenost se smrtí a konečně z toho vyplývající chování, které bývá ovlivněno především emotivně.

Často nejde o strach ze smrti jako takové, ale o strach z procesu umírání, který přináší naprostou bezmocnost, závislost na druhých, nemohoucnost cokoli si obstarat sám a být s definitivou jen „na obtíž“. Netýká se tolik toho, že by s nim v důsledku mohlo být zacházeno špatně, toto příliš drastické riziko nechci do problematiky zatahovat, spíše jde o ztrátu respektu k vlastní osobě. O ztrátu možnosti vlastní vůle. Důsledkem je pak ta nepřirozenější touha, která se může k takové situaci vztahovat. Touha o možnost mít volbu vlastní smrti. Staří lidé o této věci chtějí rozhodnout sami a musí tak učinit ještě v době, kdy jsou toho fyzicky i psychicky schopni.

Samotný strach ze smrti ve své nejryzejší podobě závisí na více faktorech. Podle Vágnerové jsou jimi následující:

1. Věk – Jakkoli je postoj k vlastní smrti silně individuální, platí obecné pravidlo, že s postupujícím věkem strach ze smrti ubývá. U lidí po devadesátém roku života pak dokonce nastává situace, že si dotyční přejí vlastní smrt, což je pro jinou věkovou generaci takřka nemyslitelné.
2. Pohlaví – Obecně vzato platí, že ženy se bojí smrti méně než muži a s její představou se snáze vyrovnávají. Strach umí snadněji projevit a nedělá jim takový problém hledat podporu u blízkých lidí. Muži tento strach prožívají jinak – aktuálnost smrti popírají nebo o ní vůbec nemluví. Bojují, ale nepřijímají.
3. Míra obtížnosti současného života – čím je život těžší a naděje na zlepšení nereálná, tím bývá strach ze smrti menší. Smrt je v tomto případě přijímána jako smířlivé východisko. Tím samým případem je člověk, který je nesnesitelně limitován vlastní vážnou nemocí.
4. Vyrovnanost s vlastním životem – V případě, že má jedinec pocit, že ve svém životě něco promeškal nebo nestihl splnit, jen těžko se dokáže smířit s faktem blízkí se smrti. Naopak člověk, který žije spokojeně s pocitem, že

všechno, co v životě dokázat chtěl, také dokázal, dokáže ze světa odejít smířlivěji.

5. Stabilita hodnot a identifikace s určitým životním názorem – Zde se dostávám znovu k otázce náboženské orientace a víry. Věřící lidé se smrti obávají méně, protože pro ně znamená pouze oddělení duše od tělesné schránky, kdy člověk získává jinou formu existence.

Asi neřeknu žádnou novou zlomovou pravdu, když řeknu, že smrt může přijít i v jiném než vysokém věku a že právě proto bychom si měli života a jeho každého dne a okamžiku o to více vážit a zaujmout právě jakési co nejvíce kladné stanovisko sami k sobě a k našemu životu a celoživotnímu počínání. Nic pravdivějšího se ale snad ani k dané problematice říci nedá.

„Byl jsem schopen svůj život žít – když ne zcela, tak alespoň do určité míry - , a tak je myslím přirozené, že jednoho dne dospěje ke svému konci. V myslích ostatních lidí jsem si ale již získal jistý díl nesmrtelnosti.“

Carl R. Rogers

2.5. Smysl života jako odvrácení starostí z jeho smysluplnosti

Jak už jsem naznačoval výše, strach ze smrti ve své všeobjímající komplexnosti nezabírá pouze samotnou emoci strachu z neznáma, ale také strach o to, jestli byl život naplněn adekvátně jeho délkou, jeho možnostem. Otřel jsem se i o problematiku jeho smysluplnosti a právě k tomu směřuji i nyní. K otázce smyslu života, kterou se pokusím osvětlit pomocí teorie Milana Machovce a na základě dalších myslitelů, na které odkazuje. Tato kapitola se víceméně rovná filozofickým teoriím, proto ji použiji jako jakýsi prolog právě k nim. Nebudu se věnovat všem teoriím, protože některé se týkají pouze historického náhledu na smysl života jako takový a pro tuto práci by neměly vyšší důležitost a pro celkové téma nejsou blíže relevantní. První takovou „vyhovující“ teorií je ta, která se věnuje pracovní či zájmové činnosti člověka.

2.5.1. Činnost, aktivita

O činnost se v tomto případě jedná konkrétně ve vztahu k osobnosti samotného jedince. Právě v ní a její každodenní co nejsmysluplnější činnosti se hledá ona smysluplnost, která má vést k naplnění životního potenciálu. Může se jednat o nejrůznější naplňující činnost.

Prvním případem jsou lidé, kteří hledají naplnění v práci, ve svém zaměstnání. Právě v takovém zaměstnání, které člověka zcela naplní, lze tento jev pozorovat velmi snadno. Ať už zaměstnání nebo v určitém případě záliba, je právě tím hnacím pohonem člověka, který mu každý den pomáhá vstát z postele. Jedná se i o lidi, v jejichž očích je hodnota práce hodnota nejvyšší. Při pohledu hlouběji do historie zjistíme, že tuto teorii zastával už Aristoteles.

Ten svou práci v mnohém založil na tom, že smyslem lidského života je právě činnost, aktivita. Činy jsou v tomto případě prostředkem ke spokojenosti. Člověk nemůže dosáhnout absolutního štěstí jinak než tak, že o něj bude usilovat svými činy a konáním. Právě on jako první přišel s myšlenkou, že je jedno, zda se jedná o zaměstnání nebo zálibu, rozhodující je pouze to, zda je pro jedince činnost důležitá a naplňující.

„Tak jako mnohé naše sklony a dovednosti vznikají teprve tím, že jsme si přivykli určitým činnostem, tak jakmile jednou určité vlastní a sklony máme, nemůžeme zacházet zálibu v jakémkoli jednání, ale právě jen v tom, které odpovídá našemu zaměření, našim schopnostem a přednostem. Pak teprve vznikají pocity slasti a blaženosti.“³²

Všichni sami dobře známe situaci, kdy jediné, co nám přinese radost, je právě záliba, nepřerušovaná činnost, ve které jsme dobří, která nás naplňuje. Jindy je naším hlavním popudem situace, kdy jsme za svou práci v zaměstnání pochválení, nečekaně odměněni. Chápu lidi, pro které se stane práce smyslem života ve chvíli, kdy jejich odměny adekvátně zrcadlí jejich snahu. Ještě více pak chápu lidi, pro které záliba překročí hranice „pouhého“ koníčku a stane se (v dobrém slova smyslu) posedlostí a právě smyslem života.

Z vlastního pohledu si ale myslím, že hledat smysl života v práci a činnosti je sice chvályhodné, ale pro mě poněkud prázdné. Potěšení nebo zadostiučinění se sice dost pravděpodobně dostaví, ale je pouze krátkodobé a myslím si, že na sklonku života je těžké najít radost ze svého života pouze v práci, která za námi zůstala. Je sice naší nedílnou součástí, ale přesto ne nenahraditelnou nebo částí stěžejní.

2.5.2. Poznání

Jiné pojetí smyslu života z pohledu samostatně fungující osobnosti je podle Machovce situace, kdy člověk porozumí filozofickému poznání obecných zákonů přírody a společnosti, čímž splní první předpoklad správného určení smyslu individuálního lidského života. Podle této teorie se člověk musí oprostít od tužeb a osobních objektů a místo toho se snažit pochopit komplexní celek ve vztahu k sobě.

Tato v mých očích silně abstraktní, ale ne snad zamítnutíhodná teorie je zcela závislá na tom, jak do objektivního náhledu na přírodu a vůbec celý svět zasahovala věda a filozofie. Žádná konkrétní „finální“ myšlenka ale z této teorie nevyhází.

³² MACHOVEC, M., *Smysl lidského života*, str. 51.

Dá se totiž říct, že smysl života je v této fázi schován do činnosti právě s tímto zkoumáním a prolínáním spojené. Ať už se jedná o jedince zastávající názor neustálého koloběhu jednotlivých přírodních věcí nebo naopak teoretiky, kteří mluvili o samotné duši člověka jako o něčem neodvratně smrtelném. Jako by smyslem lidského života v tomto případě bylo žít ve shodě s přírodou a podřízení se obecnému řádu všech věcí. Samotný smysl se odráží v moudrosti z toho pramenící, kdy jsou všechny aspekty a stránky přírody zhodnoceny. Právě v procesu, kde jsou tyto stránky hodnoceny, vzniká poznání, z něho pak moudrost a z něho pak správný osobní postoj k čemukoli.

Já osobně tento pohled chápu. Jde v něm o poznání všech složek světa a o smysl života právě v tom, že člověk pozná ze světa všechno dobré, ale zároveň je připraven i na to zlé. Od tohoto momentu se pak jeho život odvíjí v jediném správném duchu, protože je zvyklý na všechno, co svět přináší a umí se v něm pohybovat. Od té chvíle proto každý jeho čin bude činem „správným“.

Tento pohled na smysl života je v mých očích pochopitelný hlavně z toho důvodu, že je komplexní, všeobjímající. Nejde (jako v předchozím případě) jen o omezenou činnost. V tomto případě se skutečně jedná o něco, co do sebe pohltí veškerou naši činnost a udělá z ní samotné samovolný smysl života bez bližších specifik toho, co udělat musíme.

Myšlenkově přirozeným přístupem k náhledu na smysl života je také pohled na minulost lidstva, jeho dějiny, jeho činy. Právě pohled do těchto vod má lidem otevřít oči co se týče pohledu na život a na své vlastní současné či budoucí počínání. Problém smyslu lidského života tak v tomto případě může splývat s problémem smyslu dějin.

„Bez hlubokého řešení problému dějin není naděje na sebepoznání člověka, na odstranění jeho sebeodcizení a jiných tragických zápletek.“³³

Dějiny a minulost se však z lidské mysli často vytrácí velmi rychle a zůstávají pouze jakousi nepatrnou schematickou kostrou někde v pozadí. V této teorii přitom právě úroveň minulých generací nebo poslání tehdejších silných

³³ MACHOVEC, M., *Smysl lidského života*, str. 205.

osobností je tím, co má současníkům otevřít oči a ukázat jim směr k jejich životní smysluplnosti.

V této problematice se musíme obrátit na nevyhnutelné srovnání toho, zda hodnota z minulosti v tomto případě nemůže překážet něčemu perspektivnějšímu, hodnotnějšímu ve vztahu k současné generaci. Síla prověřeného zde naráží na sílu nadějného, budoucího. Zastánci této teorie se přirozeně přiklání k prověřenému s argumentem, že cokoli bylo v historii velké a hodnotné, pozměnilo to i budoucnost a mnoho jedinců se pak k tomu obracelo jako ke vzoru.

Z mého pohledu je tedy smysl života v této teorii v otevření očí a v řízení se chybami z minulosti. Pokud člověk bude v tomto způsobu myšlení konat, bude jakékoli jeho další počínání správné. Přestože tedy této teorii rozumím a dokážu si ji přivlastnit z jistého pohledu i na vlastní osobu, nedokážu přijmout tuto skupinu myšlenek jinak než jako abstraktní ideje vlastní subjektivity a přiznávám, že mi i uniká smysl jejího náhledu už proto, že každé zaváhání (zaváháním je myšleno přerušení řízení se striktně dle pravidel, která vyvěrají ze zkušeností minulých) je považováno za obrovské pochybení a krok zpátky. Poučení z minulosti je jedna věc, přebrání porozumění jako něčeho směřodatného mi ale přijde příliš razantním krokem.

2.5.3. Negace

Specifickou, ale se starostmi bezprostředně související teorií, je náhled na smysl života ve zcela rezignovaném duchu. Tato verze je stejně přirozená jako ostatní. V případě, že dotyční nevěří ani jedné teorii, může se samozřejmě stát, že přistoupí k radikálnímu názoru, že lidský život žádný vyšší, bližší smysl nemá. Ať už je k tomu přiměla přirozená skepse nebo nějaké životní situace, které je dohnaly ke krajním rozhodnutím.

Tento náhled na smysl života je hodně spjatý s historií a s vírou. Věřící lidé věřili v laskavého, starajícího se boha, který je ochrání, ale místo toho se jim v životě děly nevysvětlitelně kruté věci a lidé proto logicky neměli víru v nic většího než momentální přežití a snahu o alespoň částečnou spokojenost. Trochu překvapivé je, že právě pocit marnosti a náhled na život jako na něco beze smyslu

přichází v historii až kolem 19. století. Jako odpověď na to, proč taková situace nastala právě v této době, ocituji text přímo od Machovce:

„Příčin je celá řada – jsou dílem myšlenkové, dílem společenské povahy. Z myšlenkových příčin rozmachu inteligence byl důležitý zejména pád skutečně živé náboženské víry, kterou si inteligence v této době rozmachu vědy a techniky jako celek nemůže udržet. Vždyť právě inteligence se obírá mimo jiné vědou a věda je činitel, jenž i sám sebou podlamuje sílu víry.“³⁴ (Milan Machovec, Smysl lidského života, str. 86)

Ze svého pohledu tento proces chápu. Kde není naděje, není ani cesta k něčemu vyššímu, než je momentální pokus o záchranu sebe sama. Víra ve vyšší podstatu a smysluplnost ustupuje pudu sebezáchovy. Přesto uznávám, že určitá hladina skepse je v lidském životě zcela přirozená a je nevyhnutelné, aby se jedinec o tuto možnost jednou za čas, právě v době nějakého životního neúspěchu, alespoň částečně otřel.

³⁴ MACHOVEC, M., *Smysl lidského života*, str. 86.

2.6. Starost o druhé

„Na světě nejsme sami, z čehož plyne, že jsme převzali povinnost odpovídat nejen za své činy před zákonem a vlastním svědomím, ale také vůči druhému – vůči TY. A tím i ručit za někoho nebo za něco.“³⁵

Když nám na někom záleží nebo jsme za něho zodpovědní, nemůžeme se jen tak zbavit pocit, že jeho osud alespoň částečně leží v našich rukách, že to právě my mu můžeme v životě pomoci nalézt snad i štěstí nebo ho k němu alespoň nepatrně popostrčit.

Starost nemá v lidském životě význam jen ve smyslu starosti o vlastní osobu. To je skutečnost, na kterou nemůže nikdo nic namítat. Jako student oboru, který mě směřuje k budoucímu začlenění do sociální sféry a pomáhající profese, se proto zkrátka musím zmínit o lidech, kteří pojali starost v lidském životě jako náplň práce. Jako smysl. Jako význam, který v tu chvíli překračuje hranice vlastní starosti a starostí někoho jiného. Starost o druhé, nejen o ty nejbližší, ale o lidi, kteří to potřebují a sami si nepomohou. Nechci ale psát ódu na sociální sféru nebo pečovatele, asistenty.

Chci se alespoň krátce věnovat lidem, kteří pomoc a starost pojali ve větším slova smyslu a udělali tak krok dopředu. Nadacím a lidem kolem nich.

2.6.1. Nadace, nadační fondy

Pokud se pokusím o nějakou definici toho, co to vlastně nadace je, vznikne následující charakteristika: Nadace je účelové sdružení majetku, které je zřízené zakladatelem nebo zakladateli k dosahování obecně prospěšných cílů. Těmi se rozumí „zejména rozvoj duchovních hodnot, ochrana lidských práv nebo jiných humanitárních hodnot, ochrana přírodního prostředí, kulturních památek a tradic a rozvoj vědy, vzdělání, tělovýchovy a sportu.“³⁶

Jiným termínem právě v souvislosti s nadací je nadační fond. Rozdílem je pouze ve způsobu hospodaření obou druhů. Nadační fond totiž narozdíl od nadace získává a rozděluje prostředky bez povinnosti vytvářet trvalé zdroje, zatímco

³⁵ EIS, Z., *Krise všedního dne*, str. 25.

³⁶ DVOŘÁK, T., *Nadace a nadační fondy*, str. 13.

nadace má registrováno nadační jmění, které je nezczitelné a hospodaří pouze s jeho výnosy.

„Nadace má oproti nadačnímu fondu dvě zákonem zaručené "výhody". První je osvobození výnosů nadačního jmění zapsaného v nadačním rejstříku od daně z příjmů. Druhou je právo nadace podílet se na podnikání akciových společností.“³⁷

V České republice nastal boom zakládání nových nadací v 90. letech. Během několika let jich vznikly doslova tisíce, což mělo ale za následek neblahý dopad na jejich důvěryhodnost. Velké množství organizací totiž bylo podvodného původu, což mělo za následek to, že až do dnešního dne se nadace a nadační fondy nedokázaly zcela zbavit nálepky podvodných sdružení a konceptů, kterým se za žádných okolností nevyplatí věřit. Situace se sice výrazně zlepšila, ale zvláště v podvědomí starších lidí je tento předsudek stále zakořeněný velmi hluboko.

Klíčovým krokem k nápravě byl rok 1998, kdy byl vydán Zákon o nadacích a nadačních fondech, jehož náročná kritéria a podmínky měly za následek prudký pokles počtu nadací a tím pádem i objektivní návrat jejich důvěryhodnosti.

Když přikročím k samotné činnosti nadací a k tomu, jak peníze získávají a přerozdělují, jedná se o následující kroky:

- spravují své nadační jmění a získávají každoroční výnosy, které nejsou zdaněny
- získávají finanční prostředky a věcné dary od firem
- sbírají peníze v rámci veřejných sbírek

V České republice existují nejrůznější druhy a specializace nadací a nadačních fondů. Mezi mediálně nejznámější patří Nadace Terezy Maxové nebo Kapka naděje Venduly Svobodové.

Přestože je mi jasné, že tato kapitola je naplněná právními termíny či vyjádřeními, přišlo mi adekvátní tuto činnost alespoň ve zkratce přiblížit právě po formální stránce, protože z pozice budoucího pracovníka blízkého sociální sféře, chápu pohnutky lidí, kteří za těmi „správnými“ nadacemi stojí a proč se kvůli lidem s handicapem – nebo zkrátka jenom s menší dávkou štěstí – tolik snaží.

³⁷ Citováno ze serveru www.donorsforum.cz.

2.7. Srovnání filozofických teorií

Vypořádání se se starostmi je u každého člověka individuální, proto je poněkud náročnějším úkolem pokusit se vztáhnout na vlastní osobu myšlenky filozofické, zabývající se právě starostmi, smrtí, stářím či sebeuvědoměním a celkově i všeobjímající komplexností. Přesto se pokusím s tímto úkolem vypořádat se ctí a pomocí následujících autorů:

K této finální kapitole jsem si zvolil „pomoc“ Martina Bubera, Georga Scherera a Petera Wusta, kteří pak ve svých studiích či esejích mluví i o Martinu Heideggerovi, Immanuelu Kantovi, Gabrielu Marcelovi, Wilhelmu Kamlahovi, Walteru Schulzovi, Ludwigu Klagesovi, Charles-Louisovi de Montesquieu a Friedrichu Nietzsche.

2.7.1. Martin Buber – Problémy člověka

První publikací je kniha *Problémy člověka* od Martina Bubera. Autor se v ní opírá o teorie jiných filozofů a buď je potvrzuje nebo vyvrací. Mezitím se také pokouší o vytvoření vlastní teorie právě na základě poznatků, které získal ze studie děl cizích. Tak jako tak se věnuje lidským problémům, starostem a krizi a proto se ho pokusím napodobit a na základě jeho práce a srovnání podat vlastní názor na jím zmiňovaná témata či problémy.

Výše jsem se zmiňoval o lidském sebeuvědomění, o kterém Buber mluví následujícím způsobem: „K sebeuvědomění je nejvíce nakloněn a nejlépe připraven osaměle se cítící člověk, tedy člověk, který svým typem nebo svým osudem nebo obojím je se sebou a se svou problematikou sám a kterému se v této zvláště osamělosti daří setkat se se sebou, objevovat člověka ve svém vlastním „sobě“ a lidskou problematiku ve své vlastní problematice.“³⁸

Právě tyto věty se k tématu hodí přímo ideálně a hned po jejich přečtení jsem byl rozhodnutý je do konečné verze své práce určitě přepsat. Buber zde poukazuje na cestu ustaraného člověka, jeho duševní znovuzrození. V této své teorii se dostává k samotné podstatě celého problému. Mluví o člověku jako o stvoření

³⁸ BUBER, M., *Problémy člověka*, str. 21.

rozumu a vážnosti a s tím souvisejících procesech a problémech, v porovnání s pravzory a hodnocení sebe sama i osob v okolí.

Jeho citace pro mě znamená to, co jsem už zmiňoval v jedné z předchozích kapitol. Člověk se právě ve chvíli, kdy si připadá na dně a zcela sám, dokáže podívat sám na sebe v tom pravém světle a zjistit o sobě mnoho věcí, o kterých předtím neměl ani tušení. Význam jeho starostí tak souvisí s vlastním sebeuvědoměním velmi těsně. Samota a zklamání může v životě totiž znamenat zásadní změnu, v mnoha případech pak změnu motivační vedoucí k pozitivním důsledkům.

Buber mluví hodně o specifické starosti, která by se dala nejlépe přiblížit ke strachu ze smrti, o kterém jsem psal již dříve. Je to pocit, který každý dospělý člověk v životě zažil. Pocit vlastní „malosti“ a zbytečnosti proti obrovitosti světa, vesmíru; proti nesmírnosti všeho dosažitelného i nedosažitelného okolí. Nejjasněji o tom hovoří tato věta, kterou si vypůjčil od Kanta: „S jasností nepřekonatelnou do našich dní prozkoumává obě nekonečnosti, nekonečně velké a nekonečně malé, a poznává tak omezenost, nedostatečnost, nahodilost člověka.“³⁹

Poukazuje se zde na to, že člověk řeší každodenně starosti ve svém přirozeném prostředí, ale jeho vliv na běh celého širého světa zůstává i přes veškerou snahu naprosto minimální. Život a budoucnost člověka jsou v tomto ohledu jen šťastnými biologickými i osudovými shodami náhod. Což mě znovu přivádí k myšlence, že člověk tuto skutečnost v sobě zakořeněnou má a jednou za čas si ji musí chtít nechtě uvědomit.

V následujícím Buberově textu je rozvitá myšlenka předchozích řádků. Autor mluví o situacích, kdy člověk ztratí věci pro něj důležité, většinou materiální povahy a má pocit, že jeho svět se zhroutil. V porovnání s problémy například komunity, státu či celého světa jsou takové problémy lehce zapomenutelné nebo dokonce sotva postřehnutelné a zůstávají významnými starostmi pouze pro něj nebo pro jeho blízké.

Zkusím ale s Buberem polemizovat a přestože jeho myšlenku chápu a nelze s ní nesouhlasit, mám pro ni lehkou úpravu. Z vlastního pohledu vždy posuzuji starosti a problémy pouze z pozice dotyčného jedince. V danou kritickou chvíli, ať

³⁹ BUBER, M., *Problémy člověka*, str. 30.

už mluvíme o jakémkoli konkrétním subjektivním problému a starosti, jde vždy hlavně o jedincovu psychiku a jeho specifickou situaci a v takové chvíli je zkrátka člověku jedno, jak je viděn z pohledu světa, v takové chvíli jde hlavně v první řadě o něj. Vyhraje touha po vlastní záchraně, pud sebezáchovy, komplexní myšlenky jdou přirozeně stranou tváří v tvář biologické potřebě. Samozřejmě nechci jakousi starost o druhé zaměňovat s filozofickým porovnáním velikosti a subjektivity. Přesto si myslím, že by tato myšlenka měla být v tématu alespoň náznakem zmíněna.

V jiné části se Martin Buber opírá o názory Martina Heideggera a v rámci zvážení každého dostupného názoru mi nevědomky dává za pravdu. Píše totiž o tom, že člověk „fakticky transcenduje svou vlastní podmíněnost, tj. že člověk to, čemu čelí a s čím může navázat reálný vztah od bytosti k bytosti, nepokládá za méně skutečné než sebe sama, nebere méně vážně než sebe sama. Lidský život se dotýká absolutna svým dialogickým charakterem, neboť navzdory své jedinečnosti člověk nemůže, když se ponoří ke svému základu, najít bytí, které by bylo v sobě celé a jako takové se už dotýkalo absolutna.“⁴⁰

V této komplexní parafrázi jsem se ohledně Buberovy tvorby našel asi nejvíce. Doufám proto, že ji chápu zcela správně. Je pro mě totiž vyjádřením toho, že člověk sice dokáže pochopit jak svou „malost“ ve srovnání globálně duchovního měřítká, ale zároveň dokáže „vesmírné“ problémy a velikost vztáhnout i na sebe právě díky tomu, že se mu nějaká jeho vlastní soukromá starost prolne do problému všeobjímajícího.

Starostí se týká i část, kdy se Buber nechává inspirovat Nietzsche. Mezilidské vztahy jsou jím v této pasáži považovány za hnací motor lidských životů. Bez nich by jedinec zůstal jedincem, jeho účast ve velkém celku by byla omezená jeho soukromými možnostmi. Jsou to právě vztahy, které z člověka dělají součást společnosti, nedílnou část celého velkého světa, který má právě ty velké starosti, které nám připadají nedosažitelné a nedozírné a které jsou objektivně o tolik závažnější než problémy jednotlivých „smrtelníků“.

Dle mého názoru je toto velmi srozumitelná část celé studie, která znovu poukazuje na relativní jednoduchost celého lidského životního snažení. Jsou to právě vztahy a působení na ostatní lidi (či naopak jejich působení na nás), co nás

⁴⁰ BUBER, M., *Problémy člověka*, str. 92.

pohání dopředu a pomáhá nám se v duševním rozměru nově rozvíjet a postupovat na další úrovně.

Samotný Buber se věnuje i problematice svědomí. Nejlépe o tom vypovídají následující věty: „Silně vyvinutý pojem viny se nachází už v nejprimitivnějších nám známých společenských formách, jimž je téměř cizí vztah mezi věřitelem a dlužníkem: vinu má ten, kdo porušuje některý z prazákonů, které ovládají společnost a zpravidla se odvozují od nějakého božského původce.“⁴¹

V problematice svědomí vidím její středobod ze svého pohledu tak trochu jinde. Svědomí nevztahuji na archetyp božského průvodce, ale právě na nějaký soubor prazákonů, kterými se lidstvo řídí v jakémkoli uspořádaném společenství ve spravedlivém duchu. Svědomí má totiž člověk jen a pouze vůči sobě či svým nejbližším, což je tím hlavním důvodem, proč ho pohání dál, proč ho proměňuje a to ne jen povrchně, ale od samé jeho podstaty. Svědomí ale není jen hnacím motorem lidského myšlení, je to i jakýsi katalyzátor všeho jeho dalšího působení v návaznosti na minulost a předešlou zkušenost. Nic totiž není trvalé a když se jednou člověk rozhodl špatně, neznamená to v žádném případě nějakou duševní definitivu.

Každý člověk má totiž možnost se změnit a dopomohou mu k tomu právě jeho duševní procesy. Buber na to nejjasněji poukazuje v následujícím úryvku: „Pokud moc určitého člověka, tj. jeho schopnost uskutečnit to, co nosí v hlavě, je svázána právě s tím, s jeho cílem, s dílem, s posláním, potud jeho moc sama pro sebe není dobrá ani špatná, je jen vhodným nebo nevhodným nástrojem. Jakmile ale sepětí s cílem zanikne nebo povolí, jakmile tento člověk už nemyslí na moc jako na schopnost něco dělat, nýbrž jako na vlastnictví, tedy moc o sobě, pak je jeho odpoutaná, sebe samu uspokojující moc špatná; je to moc, která se vyhýbá odpovědnosti.“⁴²

Díky této myšlence mi tak Buberova myšlenka pomáhá dostat se zpátky k mojí několikrát připomínané myšlence a přesvědčení, totiž k tomu, že každý člověk nakonec musí svou starost či problém v důsledku vyřešit jen a pouze sám, pokud k tomu má alespoň trochu možnost. A nezáleží na tom, zda mu v první chvíli pomůže bližní nebo co vlastně „zprostředkovaně zařídí“ onen první impuls k nápravě a postupu. Nakonec je to vždycky jen na jedinci, který musí udělat onen

⁴¹ BUBER, M., *Problémy člověka*, str. 62.

⁴² BUBER, M., *Problémy člověka*, str. 67.

zásadní krok a pomoci si. Nechci ale zaměňovat samostatnost se samotou, protože právě samostatný člověk si pomoci dokáže nebo umí potřebnou pomoc nalézt sám. Člověk osamělý a samotou trpící ale ne, protože u něj paradoxně dochází k tomu, že na něj samota zapůsobí přesně opačně a ztratí smysl k tomu pomoc hledat, protože následnou radost nebo spokojenost by neměl s kým sdílet.

Překvapivou je i myšlenka dalších textů, ze kterých je poznat, že předměty kolem člověka jsou sice jeho získanými prostředky, ale zároveň i předměty samotných starostí, jedná se o samotný středobod jeho problémů. K takovéto jednoznačné ideji se nedokážu nějakým čistě vyhraněným způsobem postavit. Přijde mi totiž až příliš odsuzující k běžnému způsobu lidského života, který vede většina z nás včetně mě nebo mých blízkých. Proto je příliš očividné, proč bych ho obhajoval a ze stejného důvodu je nesmyslné, abych ho kritizoval. Řeknu pouze jako protiváhu k němu to, že jsem byl vždy vychováván ve stylu, který by v tomto názoru byl označen za jaksi „nešťastný“. Osobní majetek a věci, které byly v této části nazývány důvody ke starostem, jsem vždy bral jako svou odměnu a nebojím se toho, že by mi jejich vlastnictví nějak uškodilo, včetně toho, že mi na jejich materiálních hodnotách záleží. Protože by se ale v tomto tématu dalo jít až do mnohem důkladnější hloubky, která by našemu tématu nijak neprospěla, tak téma již opustím.

Buber se vrací k Heideggerovým myšlenkám a teším a znovu se tak svou teorií dotýká situace, kdy člověk a jeho životní proces závisí bezvýhradně na interakci s okolím a s lidmi těsně kolem něho samotného. Člověk podle těchto idejí nikdy nemůže dojít sebeporozumění bez toho, že by nejprve porozuměl lidem okolo, lidem blízkým, lidem bezprostředně s ním spjatým. Hlavně musí porozumět vztahům směrem k nim a vztahům od nich směrem k sobě. Přesto pointou není ponořit se do takového vztahu.

Pointou, ke které se přikláním i já, je tento vztah pochopit, vzít si z něj ponaučení, pocit štěstí nebo například pocit zadostiučinění a podle toho pak teprve hodnotit vlastní psychickou stránku se všemi jejími klady i zápory. Vztah samotný nesmí určovat naši budoucí cestu dál, ať už se jedná o vztah pokrevní nebo vztah jiný, který je určený naší vlastní volbou. V návaznosti na problematiku vztahů a prolnutí samostatného života se vztahy dochází i ke zmínění starostlivé péče, popudu ze soucitu a soukromé agendě vedoucí k pomoci druhému člověku.

Jedinec neočekává vzájemnost, nečeká na pomoc od druhé strany. V případě péče ze své vlastní iniciativy jde jen o vlastní popud, vlastní touhu, která nás vede. Buber tento vztah popisuje jako „otevřenost od bytosti k bytosti, která sice nezůstává konstantní, nýbrž své nejvyšší skutečnosti dosahuje jen takříkajíc bodově, ale přesto může najít tvar i v kontinuitě života. Zpřítomnění druhého ne v pouhé představě, a také ne v pouhém pocitu, nýbrž v hlubině substance, takže v tajemství vlastního bytí se zakouší tajemství bytí druhého; faktická, ne pouze psychická, nýbrž ontická participace na sobě navzájem.“⁴³

Pravda je, že na péči jako takovou nahlížím jako na velmi speciální vztah, téměř (když pohlédnu na péči v kontextu mé diplomové práce) jako na něco nevyslovitelného. Jako na lidské, soukromé, „neziskové“ poslání. Proto mě fascinuje Buberův náhled na péči právě jako na zpřítomnění, na takříkajíc „absolutní vztah“. Ne jako milost nebo snad ani ne jako soucit, ale jako specifický druh vztahu, který (s větší dávkou nadsázky) povznáší obě strany na zcela jinou úroveň. Právě péče je tak pro mě jakýmsi pomyslným vrcholem idejí a teorií o sekundárních funkcích a důležitosti mezilidských vztahů, protože její volba je ještě něčím nehmatatelnějším než láska k partnerovi nebo rodinnému příslušníkovi. Jedná se v mých očích o nejabsolutnější možnost volby a přijetí.

Proto považuji za důležité znovu upozornit nad to, že v kontextu Heideggerových idejí v Buberově zpracování je péče o druhé lidi i způsobem výrazného sebenaplnění a v důsledku pak i cestou, jak se oprostit od leckterých starostí.

Také si myslím, že právě to, že sebenaplnění a péče o druhé patří do společné „skupiny“ v lidské duši, je tím důvodem, proč lidé, kteří se oprostili od svých dřívějších starostí, mají později touhu pomoci lidem, kteří mají přesně takové problémy jako předtím oni. V mých očích se tímto činem uzavírá jistý imaginární kruh. Člověk, který bojoval se starostmi tyto starosti poslal pryč a nyní pomáhá druhému člověku udělat přesně to samé. Starost či problém tak může putovat na své cestě dál, zatímco nám známý či blízký člověk se ho zbaví a může naopak pomoci dalšímu „postiženému“ nyní on.

⁴³ BUBER, M., *Problémy člověka*, str. 97.

Moje dojmy z důležitého a důvěrného koloběhu vztahů poté potvrzuje i sám Buber, když vztahy jedincova „Já“ k ostatním osobám v jeho okolí sumarizuje. Konkretizuje jednotlivé vztahy naplňující člověka a posléze také vztah víry, vztah k Bohu, ke kterému ale jako ateista v celé své práci nechci (jak už jsem naznačil v dřívějších kapitolách) zaujímat nějaké rezolutní či vyhraněné stanovisko, protože určitě nedokážu shrnout všechny jeho aspekty a důsledky v náhledu na starosti či zbavení se jich.

Zde se Buber věnuje i teoriím Sorena Kierkegaarda, ve kterých bytostný vztah k lidskému druhovi brání bytostnému vztahu k Bohu, což je právě něco, čemu se ve srovnání věnovat nechci a ideje tohoto „křesťanského myslitele osamělosti“ tak do svých názorů nebudu zahrnovat. Přesto však tuto myšlenku chápu a pro případné pronábožensky smýšlející čtenáře mojí práce svůj nesrovnávající a nekritizující názor napsat chci. Myslím si totiž, že ať už důvěrný či pečující vztah k blízkému či zkrátka jinému člověku, víře nebrání. Jedna věc je totiž úcta k člověku jakožto druhovi v našem životě či zkrátka jenom soupeřníkovi na naší životní cestě, a druhou věcí je pak úcta k něčemu vyššímu nad námi, něčemu nevyslovitelnému. Sice i sám vztah k člověku může být v tomto případě něčím nevyslovitelným a až abstraktním, ale stále se v mých očích jedná o zcela rozdílnou rovinu. Nenápadně tedy s Kierkegaardem nesouhlasím a příkládám tím vlastní názor k tématu.

Ještě jeden vztah se ale v Buberově knize objevuje a to ten klíčový - vztah sám k sobě, poprvé takto samostatně označený. Není to vztah „skutečný“, není bytostný, chybí mu zpětná vazba, samozřejmě. Ale přesto je to vztah, který má samostatné náležitosti a který v první řadě určuje míru starostlivosti, snahu zbavit se starostí.

S touto cestou se ztotožňuji i já, protože dokud člověk nevyjasní vztah sám k sobě, nikdy se nemůže zbavit problémů a starostí a překonat určité hranice vlastní psychiky. Dokonce bych se nebál přidat i v dnešní době trochu zprofanované rčení o tom, že člověk nikdy nedokáže mít opravdu rád druhé lidi, dokud nedokáže mít bezvýhradně rád alespoň nějakou svoji část. Ne snad sebe samotného v celé šíři, protože to zaprvé není reálně možné a zadruhé by to snad i zavánělo jakýmsi lehkým narcismem. Ale mít na sobě několik věcí doopravdy rád a díky tomu pak docenit věci na člověku druhém, to je ten základní postup, o kterém mluvím. Nikdy

se nedokážu zbavit starostí (a samozřejmě nedokážu pomoci od starostí druhým lidem), dokud tento případný problém sám v sobě nepřekonám.

V závěru své knihy se Buber pokouší o jakýsi průnik všech teorií a poznatků a snaží se všemu dát jeden jediný prázáklad. Dochází u něj k poznání toho, že opravdové starosti a základ sebe samého objevuje člověk až ve chvíli, kdy jej problémy dostihnou osamocené, kdy nemá na koho se obrátit a starosti se tak dotknout jen přímo jeho samého v nejčistší podstatě. Přestože se podobné myšlenky již na předchozích stranách knihy objevily, mám menší problém tuto abstraktně mířenou teorii akceptovat. Nedokážu totiž z jeho slov vyčíst nebo si domyslet situaci, ve které je již člověk doopravdy sám, kdy dolehnou problémy jen a pouze na něj a ne i na jeho rodinu či blízké. Tím spíš, že se zároveň vrací k tomu pojetí člověka, který prožívá vztahy s bližními a přáteli a dokáže poté lépe pochopit člověka se všemi jeho problémy, se všemi životními náležitostmi a procesy.

Zde proto uvedu poslední Buberův úryvek: „Setkání člověka se sebou samým, možné a nevyhnutelné po konci imaginárních představ a iluzí, se může a musí uskutečnit jen jako setkání jednotlivce s jeho bližním. Teprve tehdy, když jedinec pozná druhého, ve vší jeho jinakosti, jako sebe, jako člověk, a odtud k druhému pronikne, teprve pak prolomí svou osamělost v silném a proměňujícím setkání.“⁴⁴

Snad právě tady, v části, která se vrací k poznání sebe sama, prostoupení vlastní bytosti a následnému poznání většího množství důležitých duševních věcí našeho života, mohu zakončit rozebrání Buberových statí a studií. Jakkoli jsem s autorem v mnoha ohledech nemusel souhlasit, přijde mi adekvátní, abych skončil ve chvíli, kdy jedna z jeho ústředních myšlenek koresponduje s mým klíčovým aspektem celé problematiky.

2.7.2. Georg Scherer – Smrt jako filozofický problém

„Člověk zcela nezávisle na vnější zkušenosti v nějaké podobě ví, že ho zastihne smrt, i kdyby byl jediná živá bytost na Zemi. Věděl by to, i kdyby nikdy neviděl, jak druhé lidi postihují změny, jež jim dávají podobu mrtvolky. Toto vědění

⁴⁴ BUBER, M., *Problémy člověka*, str. 148.

o podstatě smrti má základ ve zvláštním druhu vědomí, který souvisí s tím, co nazýváme životem v biologickém smyslu.“⁴⁵

Strach ze smrti jsem již ve své práci také nejednou zmínil a jeho problematiku, její očekávání a její přijímání teď nastíním s pomocí Schererovy publikace *Smrt jako filozofický problém*, věnované úvahám a idejím mířených právě tímto směrem. Jak jsem již psal v jedné z předchozích kapitol, je strach ze smrti a její očekávání či podvědomé odmítání jedním z neklíčovějších problémů, kterých se lze ve filozofickém směru dohledat.

Až zde se tedy mohu plně věnovat tomu, jak je z hlediska filozofie vnímán pohled na smrt v dnešní době. Ten je totiž v Schererově podání veskrze moderní a racionální a mluví se v něm o tom, že je smrt zcela přirozená věc, zakončení biologického cyklu, opak jeho začátku. Toto tvrzení je tak v rozporu z ideou klasické filozofie (například Waltera Schulze), která brala lidské „Já“ jako věc nesmrtelnou, pokračující ve svém konání po procesu zmrtvýchvstání. Já osobně také z této teorie vyčetl fakt, že Schulzovy ideje čtenáři naznačují, že definitivní příklonění se na moderní, „vědeckější“ druh smýšlení je z jeho strany chápáno jako částečné odmítnutí historické tradice, jako odklonění se od něčeho, co bylo budováno po celé generace. Za všechno pak mluví parafráze samotné Schulzovy teorie: „Teorie s představami o životě po smrti a o osobní nesmrtelnosti je za námi. Proč? Protože pro nás je směrodatná biologicky orientovaná představa smrti.“⁴⁶

Schulz považuje tento fakt za negativní pro život člověka z toho důvodu, že vidí smrt jednoznačně jako konec a ne jako mezidobí, jako krok k dalšímu stádiu a další časové etapě nikdy nekončícího života jeho duše. Jeho život je proto okraden o jeden z jeho neopakovatelných rozměrů. Smrt jakoby se stávala paradoxem lidského života, protože lidé celý život bojují za svůj život, za svou spokojenost či za svou víru a najednou mají počítat s tím, že už bojovat nebudou, mají se vzdát do náručí času, vzdát se do náručí přírody. To je podle mě jeden ze základních důvodů toho, proč Schulz s moderně-biologickou teorií nesouhlasí. Protože podle něj je nesmysl zavrhnout metafyzickou teorii jako iracionální, když sama biologická cesta myšlení o smrti je protimluvem k biologickému vývoji.

⁴⁵ SCHERER, G., *Smrt jako filozofický problém*, str. 62.

⁴⁶ SCHERER, G., *Smrt jako filozofický problém*, str. 45.

K tomuto faktu se přidává i teorie W. Kamlaha, který označuje smrt jako „katastrofu“, která zničí život člověka jako jedince.

Zde už samozřejmě dochází k otázce, jak moc by se měli filozofie a věda navzájem předjímat či kritizovat, což je ale problematika, která do mojí práce nepatří, proto přejdu k citaci jedné Schererovy myšlenky bezprostředně se týkající této kapitoly: „Chce-li nás dnes model přirozené smrti přivést k tomu, abychom smrt interpretovali jako pouhé přírodní dění – a přitom abychom přijali bez dalšího zkoumání paradoxii našeho vědění o smrti, pak v tom musíme vidět jen dialektické obrácení metafyzického chápání smrti, podle něhož se smrt vykládá jako osvobození od tíže přírody, která podle dnešního chápání ve smrti dokazuje svou krutou vládu nad člověkem.“⁴⁷

Přestože je pro mě osobně smrt ve svém nejprostším základu právě přírodním jevem, zakončením určitého jejího cyklu, líbí se mi Schererova snaha a přesvědčení, které z ní dělá něco více. Pro mě je ale smrt silná a nadčasová právě ve své přírodní nevyhnutelnosti, ve své neměnnosti a nezadržitelnosti. Smrt jako taková přece dává prostor zrození, smrt je nultým stádiem zrození života nového a právě v něm vidím provázanost ducha a filozofie s vědou a přírodou.

Odbočím k další části, která se věnuje očekávání smrti, její nevyhnutelnosti, předtíže toho, že konec je neodvratně blízko. Scherer totiž tuto problematiku uvádí pomocí velmi nezvyklé teze. Takovéto souznění se smrtí totiž podle něj nenastává ve chvíli akceptace smrti v myšlenkových pochodech podobných moderně-biologickým teoriím a nemůže se dostavit ani v situaci, kdy je na smrt nazíráno jako na filozofický problém vzniku a zániku. Aby nedošlo k zaměnění žádného přístupu, nejedná se o akceptaci v podobě čistě negativního, pesimistického přístupu, kdy se člověk cítí zrazen životem, přírodou či Bohem.

Smrt se předmětem adekvátní vážnosti stane až ve chvíli, kdy pronikne do našeho myšlení naprosto nejniterněji. Co to přesně znamená? Představíme si sami sebe jako mrtvé, jako tělo, které má v sobě smrt jako jakousi samozřejmou součást. Člověk se obrazně řečeno stává „svědkem vlastní smrti“.

Jedná se tak o přípravu na ztrátu všeho pozemského a světského, co vlastněme během svého života. Smrt je konec života ve smyslu ztráty všeho, co

⁴⁷ SCHERER, G., *Smrt jako filozofický problém*, str. 55.

jsme do té doby znali a měli. Toto je podle Scherera a Kierkegaarda klíčová myšlenka smrti a rozhodující aspekt, který ze smrti samotné činí právě tu věc, které se chce každý přirozeně vyhnout, oddálit ji na nejbližší možnou mez.

V dalším tematickém oddílu se mohu vrátit i k situaci, kterou jsem popisoval v jedné z předcházejících kapitol a to k potřebě partnerské lásky lidí ve stáří. Zmínil bych totiž teorii Gabriela Marcela, která mluví o zkušenosti smrti na základě toho, co se děje mezi jednotlivými lidmi. Pro něj je nejzásadnější přípravou na smrt a zkušeností s ní okamžik, kdy umírá člověk, kterého jedinec miluje. Tento okamžik se podle Marcela stává „nejsmrtelnější“ chvílí člověka, protože si v něm daleko intenzivněji uvědomuje vlastní smrtelnost a překonává tak jakékoli fantazie o smrti vlastní. Mrtvý člověk je totiž v našich očích hoden úcty sám o sobě a jeho vlastní právo existovat, které tímto bylo „násilím“ ukončeno, je v našich očích logickým nesmyslem. Smrt partnera se zde rovná „absolutní bolesti“. Právě smrt totiž přenáší mrtvého do nepřítomnosti, kterou přežívající nemohou dokázat sami překlenout. Je tak narušeno neporušitelné „my“, proto jedinec cítí smrt i ve vlastním srdci a ohrožení své vlastní existence.

Zde musím s Marcelem a tím pádem i Schererem souhlasit a to i přestože jsem se i vzhledem ke svému věku doposud neseťkal se situací, která by připomínala ztrátu dlouholetého milovaného partnera. Nejbolestnějším zážitkem, co se týče rodinných úmrtí pro mě byla smrt mého dědečka, která se stala již před devíti lety a já ji přesto nikdy tak docela nevstřebal. I vzhledem k tomu, že mi tenkrát bylo jen patnáct let, tak tuto zkušenost nepovažuji tolik za „ohrožení své vlastní existence“, ale plně se ztotožňuji s informací, že je smrt v tu chvíli chápána jako něco zcela nelogického a nesmyslného. Nikdy nezapomenu na ten pocit, kdy jsem nechápal, jak se něco podobného mohlo vůbec stát, když jsem ještě několik hodin předtím s dědečkem přece mluvil a viděl ho před sebou. A tahle „logická chyba“ pak v člověku zůstane ještě dlouhé roky potom.

Na takto směřované myšlenky pak navazuje Heidegger v teorii interpersonalit. Člověk podle ní dospívá k vědění o smrti při setkání s momenty, které mají smrt v sobě obsaženou. Tím je v první řadě právě ztráta člověka, kterého musíme kvůli jeho úmrtí přestat vztahovat k vlastní osobě, k naší budoucnosti. Přiblížíme se tak k „cizotě nicoty“ a dolehne na nás otázka o smyslu vlastního bytí. Právě přiblížení k vlastní smrti a zkušenost se smrtí milovaného partnera nás

přivádí právě k takové propasti a uvědomění si prchavosti našeho životního okamžiku.

Za sebe pak mohu říci, že vidím podobný zážitek spíše ve smrti rodičů, což samozřejmě může být věkem. Myslím, že ve chvíli, kdy dospělý člověk, již zajištěný ve svém životě, přijde o oba rodiče a stane se tak nejstarší žijící generací své rodiny – to je právě ta chvíle, kdy si myslím, že na mě dolehne pocit vlastní ohroženosti a smrtelnosti.

Následující větší část knihy je věnována metafyzickým teoriím, které se do mého srovnání příliš nehodí a nechci je zpracovávat strojově jako výčet názorů jednotlivých filozofů. Proto přistoupím k závěru knihy, kde se Scherer znovu vrací k Heideggerovi a snaží se poskládat teorie v nějakém uspokojivém závěru. Chápe, že smrt se má přijímat jako osvobození člověka, jako zrození do nového života nebo také (při akceptování nejduchovnější možné roviny) jako osobní vstup do „Jednoho, jež je vším“. Přesto nezapomíná i na teorii, která smrt považuje za konec všeho a akceptuje požadavek na člověka, který ve smrti musí přijmout nevyhnutelnost takového konce a oprostít se od všech niterných starostí a to v zájmu dějinného vývoje lidské společnosti.

Heidegger je považován za prvořadého, co se týče četnosti uvažování o otázce zahalenosti smrti. Odtud také pochází základní idea z jeho díla *Bytí a čas*, která mluví o smrti jako o něčem, co člověku už neponechává nic, co by měl uskutečnit, ani nic, čím by sám mohl být vnímán a chápán jako „skutečný“.

Znovu jsme tak u problému oproštění se od vlastních starostí, možností a majetkových nároků, tudíž jde o čistě duchovní stránku věci.

Důležité se jeví i Heideggerovo navázání na Kierkegaarda v pohledu na budoucnost, v tomto ohledu míněné jako smrt působící zpětně na přítomnost. U Heideggera je toto zpětné působení smrti na přítomnost možností zpřítomnění toho, co očekává člověk jako smrtelná bytost ve svém vědění o smrti. Podle Scherera je pak tato myšlenka přípustná pouze ve stáří nebo pouze v okamžiku, kdy se smrtí počítáme jako s blízkou, nevyhnutelnou událostí.

Tady s autorem musím souhlasit, protože pro mě, v současném věku čtyřicetiletí, je pořád smrt něco, co mám ve své mysli sice jako něco neodvratného, ale zároveň něco vzdáleného, něco, co je spjaté s mými příbuznými, se staršími generacemi, ale se mnou právě jen díky poutu k nim. Jinak je mi v mých

myšlenkách smrt ještě několik desítek let vzdálena. Proto věřím, že takto smýšlí i valná většina mých vrstevníků.

A na závěr jedna Schererova myšlenka: V samotné smrti se člověk střetává s vlastní zakrytostí, povznáší se nad myšlení a mluvení. Autor také dodává, že lidé jsou vlastně celý život na cestě k „poslednímu mostu“, protože podvědomě ví a cítí, že jsou na cestě od všeho obyčejnému k nějakému většímu nadpozemskému blahu.

Tímto relativně optimistickým prohlášením bych rád zakončil svou studii Schererovy knihy.

„Milovat člověka znamená říkat: Ty nezemřeš“

G. Marcel

Peter Wust – Nejistota a odhodlání

Starosti člověka přimějí k nejrůznějším věcem a mají i za následek nejrůznější citová rozpoležení. Proto jsem se mezi filozofická díla jako třetí předmět studie rozhodl zařadit i Nejistotu a odhodlání autora Petera Wusta.

První věc, která takto pojatou problematiku nejistoty objasňuje, je autorova charakteristika člověka jako *animal insecurem*, bytost, které byla dána do její struktury nejistota, nevědoucnost komplexnosti a touha po „zajištění“. Nejistota provází ty chvíle lidského života, které jsou pro jedince důležité. Popírá teorii Ludwiga Klagese, který zastával tezi, že duch je v přírodě jen rušivým činitelem a protivníkem samotného života a duše. Tím je podle mého názoru míněno to, že člověk jako jediný živý tvor narušuje přirozený chod přírody, zatímco zvířata, neobohacená právě „duchem“, jsou v tomto s přírodou více souzněna. Wust se ale brání tím, že člověk je obohacen o ducha ve smyslu daru vědění, uvědomění a znalosti.

„Jako bytost tělesná a duchovní je člověk vlastně vsazen do paradoxní situace. Je bytostí smyslovou a bytostí duchovou. Ale touto syntézou těla a ducha není dáno žádné spojení součtové. Svéráznost této syntézy záleží spíš v tom, že se smyslovost a rozum vnitřně úplně prolínají a vzájemně formují, i když při tom

rozum, který je podstatně podle hodnoty vyšší, je v přísnějším smyslu činitelem určujícím, a to i tehdy, když je přemožen smysly. Z rozumu proniká totiž složka nekonečnosti i do smyslovosti a proměňuje ji tím ve smyslovost, která může být umocněna duchem.“⁴⁸

Tuto část chápu tak, že i když člověk jedná čistě na základě náhlých emočních podnětů, stejně se v jádru řídí svou racionální rozumovou složkou, která se tak jako tak podvědomě promítá do jeho počínání. To, co nás v tu chvíli ovládá, tak není podvědomé impulzivní jednání, ale rozumová složka, pouze v danou chvíli „upravená“ podle potřeb, které určuje naše biologická soustava podle daného nebezpečí nebo podnětu.

Subjektivní nejistota lidské přirozenosti je u Wusta chápána jako stejně vzácný dar jako například právě sama schopnost rozumu. Nejistota vede k pudu sebezáchovy, ten vede k bezpečnějšímu způsobu života a tak stále dále v přirozeném koloběhu lidské psychiky. Duch nachází podle Wusta tímto způsobem svou vlastní cestu k pravdě. Přirozený rozum je zde chápán jako způsob téměř teologický, protože se díky němu dá dopracovat k „přirozené víře“. Rozumová síla člověka zde dosahuje roviny něčeho téměř až nadpřirozeného, vše přesahujícího.

Tím bych tuto myšlenku zakončil, protože následně nejistota přechází až do čistě teologických rovin nejistoty víry, která s mou vizí starosti souvisí pouze velmi okrajově. Pravdou však zůstává, že podle Wusta je právě lidská nejistota nejevidentnější cestou, jak dosáhnout vyššího „osvícení“, prohloubení intelektu.

Wust se věnuje nejistotě jako variantě lidské zkoušky, testu odhodlání. Poukazuje na vztah mezi nejistotou a právě odhodláním, jež je odrazem jedincovy svobodné vůle. Je zmíněn i fakt, že v otázce nejistoty a odhodlání hraje nezanedbatelně velkou roli i strana náhody. Přesto má ale nejistota svou určitou hierarchii, ke které se dopracuji již na nejbližší stránce.

Jakkoli se zdá, že životy jednotlivce i společnosti jsou v rukách nejistoty, pravá logika všeho je podle Wusta nezpochybnitelná. Mění se sice každodenní proměnné, ale je to právě onen každodenní život a jeho pravidelnost jako činitelé životní cesty v její okem viditelné neměnnosti. Zde se odkazuje na Montesquieuovu teorii o tom, že tato „nepravidelná pravidelnost“ je nejlépe pozorovatelná na chodu

⁴⁸ WUST, P., *Nejistota a odhodlání*, str. 21.

světových dějin, kde se období míru a bezpečí střídají s dobami rozvrácenými, plnými bojů a nepokoje.

Dějiny mají charakteristický pohled na nejistotu i v jednotlivých obdobích. Zatímco antika nebo středověk se značí všeobecným povědomím nejistoty, u období devatenáctého století pak nastává nezpochybnitelný přechod k víře v jistotu, v potvrzení, v lidskou duševně-mozkovou převahu. S tím nepřekvapivě souvisí občasný pocit zklamání, selhání. Ten nastává v případě, kdy člověk, vědomý si své duševní převahy nad proti němu působící náhodou, prohraje svůj boj se sebou samým, dostaví se pocit, že ani jeho úsilí nedokázalo oproti všem předpokladům zvítězit nad předsudkem, předpojatostí.

Klíčovou myšlenkou je ale v mých očích pro celou Wustovu publikaci následující myšlenka. Člověk objevuje tři roviny nejistoty v pravidelném řádu. Tyto roviny se odvíjí od toho, jak jsou srovnány tři hlavní hodnoty, které se člověk snaží zabezpečit podle poměrů před ohrožením, jímž mu osudově hrozí jeho nejistota.

„Člověk totiž chce nejprve zabezpečit svou vitální existenci, potom svou duchovní existenci – jako rozumová bytost hledající pravdu – a posléze svou nadpřirozenou existenci jako bytost, která touží po vykoupení. Podle toho musíme rozlišovat tři roviny usilování o jistotu: občanskou, metafyzickou a náboženskou. Jsou to zároveň tři roviny v naší situaci nejistoty, stále se zintenzivňující.“⁴⁹

Nejnižší rovinou je v této teorii rovina štěstěny, střední rovinou nejistota přirozeného poznání, kterou jsem již naznačil výše a nejvyšší rovinou nejistota nadpřirozené spásy.

Na nejnižší rovině člověk neustále bojuje s temnou mocí osudu. Mezi člověkem a osudem je napětí neustále, i ve chvíli, kdy si jedinec myslí, že je mu osud v tu chvíli právě příznivě nakloněn a musí být proto neustále připraven na překvapení v lepším či horším slova smyslu. V našem životě se v souboji s osudem hlásí o slovo něco „Jiné“, o němž nemůžeme v žádném případě rozhodovat jenom svým počínáním bez ohledu na někoho, něco dalšího. Samozřejmostí je pak to, že člověk jako jediný živý tvor cítí osud jako něco svého, jako něco neodbytně

⁴⁹ WUST, P., *Nejistota a odhodlání*, str. 43.

připoutaného k jeho vlastnímu já, k jeho duši. Přesto osud není něčím nepřirodním, něčím myšlenkově cizím. Pravdou je podle autora pravý opak. Chápeme-li totiž osud jen ve smyslu přírody, není ještě dán nepřátelský poměr mezi člověkem a osudem, a to i přes to, že je lidským myšlením tento konflikt neustále vynučován. Pouze tehdy dochází k nevyhnutelné srážce místo snadněji zvladatelné koexistence. Pokus o souboj s osudem se pak zdá jasně iracionálním činem, která je přitom zdánlivě přirozenou.

Člověk je svou přirozenou podstatou ke štěstí doslova puzen. Stejně tak ho pohání dopředu v tomto snažení jeho rodina, blízcí, v nadsázce mohu ocitovat Wusta a říct, že tak činí i celý jedincův národ či stát. Jedná se o shon po majetku, po moci, po hmotných statcích, po prostředcích, které člověka učiní jednorázově, krátkodobě šťastným, nikoli po komplexních věcech, životně důležitých, duševně potřebných. Není žádným překvapením, když řeknu, že touto cestou nelze dosáhnout trvalého štěstí, bezstarostného života.

„Teprve když se zdá, že se objektivita v životě úplně ztrácí, ba když dokonce vzniká dojem, že prostě vyklizuje pole před zvůlí, náhodou, chaosem, absolutní temnotou, principiální nepravidelností, nevypočitatelností, nestálostí, potom se náš rozum dostává do oné prvotní situace, kde mu běží o bytí a nebytí. Tato iracionalita, která se zvedá v pozadí samého bytí, je osud ve vlastním a přísném smyslu. Neboť nesouladnost a neustálenost, která je jen v popředí života, je nouze života, jak ji člověk sdílí s ostatními tvory.“⁵⁰

Ve střední rovině přirozeného poznání se od jejího základu jedná o to, že člověk není ve vlastní nouzi ve smyslu ohrožení vitální existenční jistoty, ale v rozporu svého vlastního logického myšlení. Logika v takových situacích téměř až „vsakuje“ jeho duchovní existenci ve prospěch toho, aby dostala přednost existence rozumová. Tento rozpor racionální a duchovní stránky je nejviditelnější ve vzdělávacích procesech, kdy se lidé pídí po detailech a principech fungování nejrůznějších procesů, ale málokdy se dopravují k jeho podstatě, k jeho počátku. Základní otázky ve vědách totiž vedou ke krizím základů a hlubší důvod takových krizí základů spočívá v tom, že je otřesena počáteční bezpečnost rozumu.

⁵⁰ WUST, P., *Nejistota a odhodlání*, str. 53.

„Filosofie má ovšem také zprvu dalekosáhlý čistě obsahový nebo podstatně předmětný badatelský zájem a v některých dobách své zkoumání provádí s podobnou bezpečností rozumu jako jednotlivé vědecké obory. V takových epochách, kdy rozumová jistota není napadána, bývá dokonce velmi plodná hlubokými metafyzickými vhledy. Ale jako filozofie musí právě ona pomýšlet na základní otázky, které jí byly uloženy jednotlivými vědami jakožto otázky poslední.“⁵¹

Wust mluví o dalším důvodu, proč se v případě racionální nejistoty řídit směrem jak filozofickým, tak racionálním, vědeckým, autorem pojmenovaným jako matematické. Obě jsou sice rozumově platné, ale nesmí dojít k přehlížení jedné skutečnosti na úkor druhé, tedy zamítnout jednu teorii zcela, zato druhou přijmout bezvýhradně. Poznání matematická má tu výhodu, že výsledek jeho poznávacího procesu je exaktní, jeho přesnost je v rámci vědy nezpochybnitelná.

Ve stránce filozofické je náš přístup pochopitelně zcela odlišný. Pravda zjištěná filozofickým způsobem nikdy nebude moci být doložena vědeckým, nebo jakkoli důkazním materiálem. Vždy se bude jednat jen o to, jak si danou skutečnost přebereme a vysvětlíme „v duchu“. Jakkoli budeme o našem řešení předsvědčení sebevíc, nikdy nemůžeme nic definovat se stoprocentní jistotou, stejně jako nikdy nemůžeme zcela odsoudit nějaký názor, který budeme ve vztahu k tomu našemu považovat za zcela protichůdný. Proto je filozofie často a třeba říct, že ne zcela nezaslouženě považována za nejnebezpečnější vědu. Téměř netřeba dodávat, že jakékoli pokusy o přiblížení matematické teorie k filozofické a naopak byla a jsou předem odsouzeny k nezdaru.

Z mého pohledu je souboj matematického přístupu s přístupem filozofickým v této prostřední rovině menší paralelou k souboji člověka s osudem v rovině předchozí, tedy nejnižší.

Největší „napětí“ nastává na rovině nejvyšší, kdy člověk svádí „zápas“ o svou náboženskou existenci. Otázkou obecné jistoty je zde Bůh a otázkou osobní jistoty pak domněnka osobní spásy. Přesto jsem již několikrát psal, že se nebudu věnovat otázkám víry a s tím souvisejícími náboženskými problematikami či dilematy, v tomto případě jsem nucen udělat výjimku, aby Wustovo rozdělení na

⁵¹ WUST, P., *Nejistota a odhodlání*, str. 63.

roviny bylo úplné a abych se dopracoval jeho náhledu na smrt jako u předchozích autorů.

V případě třetí a nejvyšší roviny se jedná o příklad toho, kdy i čistě racionálně myslící člověk usiluje o osobní spasení v duchovním slova smyslu. Jedinec někdy může tuto otázku oddálit tím, že se jí vyhne „útekem“ do oblastí nižších hodnot, materiálněji mířených, které mu „zahalí“ výhled na hodnoty duchovní. O to evidentnější tedy je neohraničené úsilí po věděni, spolu s neustávajícím koloběhem intelektu, což je podle autora jasné znamení toho, že nejhlubší základ lidské duše proniká nad konečnost, aby našel pokoj a mír v opravdové nekonečnosti.

Konkrétním příkladem by tady mohla být právě smrt jako vrchol lidské nejistoty. Člověk ve smrti vstupuje do nejhlubší temnoty svého života, do paralely nejhlubší noci. U Wusta je náhled na smrt spojením více teorií jiných autorů. Smrt u něj není přírodní proces, přísně logický postup. Jedná si sice částečně o biologickou nutnost, ale stejně tak o metafyzický úkon spojený s mravností a nejde vůbec o to, jaký postoj člověk celý život zastával k víře či Bohu.

Pravdou je, že náboženský člověk se uchyluje do tohoto docela jiného prostoru nadpřirozena proto, aby v něm našel mír duše, který mu pozemský svět nemohl dát, jakkoli v něm třeba shromáždil spoustu materiálních hodnot. V nadpřirozeném prostoru totiž vládne zcela nový řád hodnot. Objevují se pevné zákonitosti příčící se pozemské logice.

Díky tomuto prostoupení působí Wustova hierarchie skutečně jako opravdu ucelený řád věci a dochází v mých očích k pointě celého svého souboru právě na stránkách, které popisují tyto tři roviny.

Tímto bych rád bych zakončil studii všech tří filozofických děl. Všechny nějakým způsobem přispěly k tématu starostí v lidském životě a jejich významu v něm. Každý ze čtenářů si jistě alespoň v jednom prozkoumání najde myšlenku, která bude právě jeho přístupu nejbližší.

3. Závěr

Několikaměsíční práce je za mnou a já mohu jen doufat, že byla smysluplná a čtenářsky přívětivá. Když listuji právě dopsanou prací, musím se usmívat nad tím, jak některé původní tvůrčí záměry dopadly zcela jinak než jsem je původně zamýšlel.

Například kapitola o starých lidech mě nejprve napadla jen jako doplněk a postupem času, čím více informací jsem sháněl a četl, mě začala fascinovat natolik, že se z ní málem stala kapitola klíčová. To samé se dá říct i o studování filozofických teorií. Na podobné prolínání jednotlivých tezí jsem si dlouho netroufal, ale ve chvíli, kdy jsem úspěšně zpracoval Martina Bubera, neměl jsem strach vrhnout se i na další publikace. A takto bych mohl ještě chvíli pokračovat.

Zkrátka se z Významu starosti v lidském životě stala úplně jiná diplomová práce, než jakou jsem ji na první stránce zamýšlel. A možná je to dobře. Možná právě takové menší překvapení je mojí malou skromnou symbolikou toho, jak může některá starost (byť v tomto případě velmi niterná) vyvolat třeba i úsměv na tváři nebo jasnou myšlenku.

Na každý pád ale věřím, že můj prvotní cíl – ponořit se do problematiky doslova po hlavě – a prozkoumat její zákruty z různých pohledů, se mi vydařil a já přinesl k tématu tak komplexní příspěvek, jakého jsem jen byl schopen.

Ať už vás tedy jako čtenáře upoutala filozofie, krize, nebo například kapitola o nadacích, doufám, že pro vás moje práce byla jakýmkoli způsobem prospěšná, ať už ve svém životě hledáte řešení k jakékoli akutní či méně stresující starosti.

4. Literatura

- BUBER, MARTIN: *Problém člověka*. 1. vyd. Praha, Kalich. 1997. 159 s. ISBN 80-7017-109-X
- BYRNE, RHONDA: *The Secret – Tajemství*. 1. vyd. Praha, IKAR. 2008. 216 s. ISBN 978-80-249-1008-6
- DVOŘÁK, TOMÁŠ: *Nadace a nadační fondy*. 1. vyd. Praha, ASPI. 2007. 88s. ISBN 978-80-7357-292-1
- EIS, ZDENĚK: *Krise všedního dne*. 1. vyd. Praha, Grada. 1994. 121 s. ISBN 80-85424-56-8
- HAŠKOVCOVÁ, HELENA: *Fenomén stáří*. 1. vyd. Praha, Havlíček Brain Team. 2010. 365 s. ISBN 978-80-87109-19-9
- HAŠKOVCOVÁ, HELENA: *Lékařská etika*. 3. a rozšířené vyd. Praha, Galén. 2002. 272 s. ISBN 80-7262-132-7
- HOLMEROVÁ, IVA; JURÁŠKOVÁ, BOŽENA; ZIKMUNDOVÁ, KVĚTA; A KOLEKTIV: *Vybrané kapitoly z gerontologie*. 1. vyd. Praha, Gema. 2002. 110 s.
- HONZÁK, RADKIN, MUDr., CSc.; NOVOTNÁ, VLADIMÍRA, MUDr.: *Krise v životě – život v krizi*. 1. vyd. Praha, ROAD. 1994. 129 s. ISBN 80-83385-60-00
- KŘIVOHLAVÝ, JARO: *Psychologie smysluplnosti existence*. 1. vyd. Praha, Grada. 2006. 204 s. ISBN 80-247-1370-5
- MACHOVEC, MILAN: *Smysl lidského života*. 1. vyd. Praha, Nakladatelství politické literatury. 1965. 274 s.
- MURPHY, JOSEPH: *Pravdy, které změni váš život*. 1. vyd. Bratislava, Aktuell. 2001. 165 s. ISBN 80-88915-79-1
- ROGERS, CARL R.: *Způsob bytí*. 1. vyd. Praha, Edice Spektrum. 1998. 292 s. ISBN 80-7178-233-5
- ROSS, JERYLIN: *One Less Thing to Worry About*. 1. vyd. New York, Random House. 2009. 257 s. ISBN 978-0-345-50306-0
- SCHERER, GEORG: *Smrt jako filozofický problém*. 1. vyd. Kostelní Vydří, Karmelitánské nakladatelství. 2005. 271 s. ISBN 80-7192-914-X

- ŠPATENKOVÁ, NADĚŽDA, A KOLEKTIV: *Krize – psychologický a sociologický fenomén*. 1. vyd. Praha, Grada. 2004. 132 s. ISBN 80-247-0888-4
- VÁGNEROVÁ, MARIE: *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. 1. vyd. Praha, Portál. 2000. 528 s. ISBN 80-7178-308-0
- VIDOVIČOVÁ, LUCIE: *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. 1. vyd. Brno, Masarykova Univerzita. 2008. 233 s. ISBN 978-80-210-4627-6
- WOLFOVÁ, DORIS; MERKLE, ROLF: *Jak rozumět svým pocitům*. 1. vyd. Praha, Pragma. 2002. 152 s. ISBN 80-7205-539-9
- WUST, PETER: *Nejistota a odhodlání*. 1. vyd. Praha, Vyšehrad. 1970. 158 s.

Internetové zdroje

- Fórum dárců, <http://www.donorsforum.cz>