

Praktický význam spirituality v procese zvládnania neobvyklých mentálnych symptómov

MATEJ PAULÍK*

Tento článok je primárne teoreticko-metodologickej povahy. Hlavným zámerom je načrtnúť výskumný prístup, ktorým by som prispel k sociálne-vednému nahliadaniu na spiritualitu z hľadiska jej praktických významov a funkcií v prostredí žitej každodennosti. Budem skúmať významy a funkcie, ktoré môže alternatívna spiritualita mať ako jeden z kultúrnych zdrojov využiteľný pri vyrovnávaní sa s neobvyklými fyzickými a psychickými symptómami.

Spiritualita sa oddelila od svojich tradičných náboženských koreňov a začala sa objavovať ako významná téma v mnohých akademických a profesionálnych disciplínach, mimo okruh tradičných náboženstiev. Snaha o jediné definície sa tak môže javiť značne problematicky.¹ Z rozličných definícií spirituality sa pre účely môjho výskumu javí ako najvhodnejšia tá, ktorú podáva Wouter Hanegraaff. Spiritualitu definuje ako akúkoľvek ľudskú prax, ktorá pomáha udržiavať kontakt medzi každodenným svetom a viac všeobecným meta-empirickým významovým rámcom cestou individuálnej manipulácie so symbolickými systémami.² Takáto definícia spirituality je dostatočne široká na to, aby zastrešila koncepty a praktiky, ktorým sa budem v tomto texte venovať. Zároveň výstižne poukazuje na dôležitý aspekt týchto konceptov a praktík – na individuálnu manipuláciu so symbolickými systémami týkajúcimi sa meta-empirických významových rámcov. V princípe, píše Hanegraaff, je spiritualita bežným každodenným fenoménom. Každá osoba, ktorá obdaruje individuálnym nádychom

* Táto štúdia vznikla v rámci projektu „Výskumné trendy v súčasnej religionistike“ (MUNI/A/0858/2019), riešeného Ústavom religionistiky FF MU v roce 2020.

- 1 Peter R. Holmes, „Spirituality: Some Disciplinary Perspectives“, in: Kieran Flanagan – Peter C. Jupp (eds.), *A Sociology of Spirituality*, Burlington: Ashgate Publishing 2007, 23-42: 24.
- 2 Wouter Hanegraaff, „New Age Religion and Secularization“, *Numen* 47/3, 2000, 288-312: 296.



nejaké existujúce náboženské symboly, praktikuje svoju vlastnú spiritualitu.³ Spirituality môžu vyvstať na báze existujúceho náboženstva, ale rovnako dobre môžu vyvstať i bez neho. Typickým príkladom druhého zmieneného prípadu je podľa Hanegraaffa New Age – komplex spiritualít vystavajúci na základoch pluralistickej sekulárnej spoločnosti.⁴ Fenomén, ktorý Hanegraaff vo svojom článku nazýva New Age, sa v sociálne-vedných prácach často označuje i ako alternatívna alebo holistická spiritualita.⁵ Pojmy ako New Age, holistická alebo alternatívna spiritualita chápem teda ako vzájomne zameniteľné. Práve tento typ spirituality bude v nasledujúcom texte predmetom môjho záujmu a budem ho pomenovávať ako alternatívnu spiritualitu.

Väčšina sociologických a religionistických textov venujúcich sa alternatívnej spiritualite vychádza najmä z kvantitatívnych foriem výskumu a zo štúdia pramennej literatúry rozličných náboženských či spirituálnych hnutí. Najväčší dôraz kladú na opis symbolických systémov charakterizujúcich alternatívnu spiritualitu, na opis jej typických organizačných foriem či na proces nahrádzania tradičnejších náboženských foriem alternatívnejšími spiritualitami. Medzi týchto autorov patria napríklad Paul Heelas a Linda Woodhead,⁶ Wouter Hanegraaf⁷ či David Voas a Steve Bruce.⁸ Väčšinou spiritualitu chápu len ako určitú špecifickú oblasť oddelenú od iných sfér či aspektov ľudského života. To im neumožňuje povedať niečo viac o tom, ako ľudia praktiky a koncepty alternatívnej spirituality používajú pri riešení svojich každodenných starostí.

K myšlienke skúmať praktické významy a funkcie spirituality pri organizovaní každodenného života v kontexte problematických a neistých životných situácií ma priviedol text Milana Fujdu „Od náboženstva k zvládaniu neistoty: Lekcia od tanečníkov“.⁹ Autor v ňom navrhuje nahliadnúť náboženstvo z perspektívy praktického zvládania neistoty, krehkosti a komplexnosti života. Takýto záujem podľa Fujdu môže viesť k nasmerovaniu našej pozornosti k bežným usporiadavacím praktikám (*ordinary*

3 *Ibid.*, 300.

4 *Ibid.*

5 Paul Heelas – Linda Woodhead et al., *The Spiritual Revolution: Why Religion is Giving Way to Spirituality*, Malden: Blackwell Publishing 2005, 7.

6 P. Heelas – L. Woodhead et al., *The Spiritual Revolution...*

7 W. Hanegraaff, „New Age Religion and Secularization...“.

8 David Voas – Steve Bruce, „The Spiritual Revolution: Another False Dawn for the Sacred“, in: Kieran Flanagan – Peter C. Jupp (eds.), *A Sociology of Spirituality*, Burlington: Ashgate Publishing 2007, 43-61.

9 Milan Fujda, „From Religion to Ordering Uncertainty: A Lesson from Dancers“, in: Peik Ingman – Terhi Utriainen – Tuija Hovi – Mans Broo (eds.), *The Relational Dynamics of Enchantment and Sacralization: Changing the Terms of the Religion Versus Secularity Debate*, Bristol: Equinox Publishing 2016, 207-230.

ordering practises) vo všeobecnom slova zmysle. V kontexte štúdia náboženstva nám takýto prístup umožňuje, aby sme náboženstvo prestali považovať za kategóriu analyticky oddelenú od ostatných ľudských aktivít.¹⁰ Fujda ďalej tvrdí, že vďaka ľudskej tendencii kombinovať rozličné „racionálne“ a „neracionálne“ stratégie prekonávania nepredvídateľných a krehkých situácií stráca teoretická predstava oddelených „sekulárnych“ a „náboženských“ sfér praktickú relevanciu. Kľúčovým príkladom kombinovania rozličných „racionálnych“ a „neracionálnych“ stratégií za účelom získania kontroly nad situáciou je podľa Fujdu zvládanie chronických chorôb a bolestí so svojou požiadavkou na prechádzanie medzi medicínou založenou na dôkazoch, tradičnou vedou, mágiou, modlitbami a ďalšími praktikami.¹¹

Ďalším dôležitým zdrojom pre metodologické rozvrhnutie môjho výskumu sú texty z oblasti transkulturnej psychiatrie, ako i antropologické texty popisujúce chápanie neobvyklých psychických symptómov naprieč rozličnými historickými dobami a kultúrami. Z týchto potom najmä kniha *Hlasy rozumu, hlasy šialenstva*,¹² v ktorej Leudar s Thomasom popisujú rozličné spôsoby chápania fenoménu počutia hlasov v priebehu histórie, od antického Grécka až po súčasnosť. Dôležitým aspektom ich nahliadania na nezvyčajnú skúsenosť počutia hlasov je videnie tohto javu na pozadí spoločensko-kulturných podmienok danej doby. Skúmajú význam rozličných kulturných zdrojov pri definovaní a zvládaní symptómov, ktoré by západná psychiatria kategorizovala ako duševnú chorobu, v kontexte každodenného života.¹³ Inšpiratívnou prácou z tejto oblasti je i prípadová štúdia pojednávajúca o stavoch posadnutosti a západných psychiatrických kategóriách.¹⁴ Anglicko-brazílsky tím psychológov a psychiatrov v nej skúma vhodnosť aplikácie diagnostickej kategórie disociatívnej poruchy osobnosti na stavy posadnutosti v podmienkach brazílskej kultúry, v rámci ktorej sú súčasťou náboženského života umbandy. Tvrdia, že ak je pri takýchto neobvyčajných skúsenostiach k dispozícii sociálna sieť, v rámci ktorej sú interpretované ako zmysluplné a hodnotné, nemusia byť v princípe pre individualitu škodlivé.¹⁵

10 *Ibid.*, 209.

11 *Ibid.*, 207.

12 Ivan Leudar – Philip Thomas, *Voices of Reason, Voices of Insanity*, London: Routledge – Philadelphia: Taylor and Francis 2000.

13 *Ibid.*, 5.

14 Romara Delmonte – Giancarlo Luccheti – Alexander Moreira-Almeida – Miguel Farias, „Can the *DSM-5* Differentiate between Nonpathological Possession and Dissociative Identity Disorder? A Case Study from an Afro-Brazilian Religion“, *Journal of Trauma and Dissociation* 17/3, 2016, 322-337.

15 *Ibid.*, 332-333.

Inšpiráciu čerpám taktiež z textov spadajúcich do oblasti antropológie medicíny. Buryho koncept biografickej disrupcie, popísaný v článku „Chronické choroby ako biografická disrupcia“,¹⁶ mi ukázal, že situáciu krízy vyplývajúcej z náročných zdravotných problémov je možné sledovať v určitých navzájom previazaných štádiách. Koncept určitej štruktúry priebehu biografickej disrupcie mi pomáha lepšie pochopiť povahu situácií, v rámci ktorých môžu ľudia siahnuť po praktikách a konceptoch alternatívnej spirituality.

Moji komunikační partneri, s ktorými som sa v rámci svojho výskumu rozprával, zažívali neobvyklé psychické a fyzické symptómy, ktoré je možné v závislosti od okolností vyložiť rozličnými spôsobmi a začleniť ich do rôznych usporiadaní praktickej práce s nimi. K chápaniu takto mnohोznačne definovateľných symptómov ako určitej hraničnej situácie ma priviedol najmä text Zdeňka Konopásksa „V čom spočíva pravda náboženskej skutočnosti?“¹⁷

Z viac všeobecného hľadiska týkajúceho sa prístupu k empirickým dátam vychádzam z teoreticko-metodologických návrhov Bruna Latoura. Ten píše, že keď sociálni vedci používajú pojem „sociálny“, predpokladajú tým stabilný stav vecí, určitý zväzok väzieb, ktorý následne možno použiť na vysvetlenie ostatných fenoménov. Takéto chápanie stavu vecí je však podľa Latoura chybné, pretože všeobecné pojmy typu „sociálny“ by sme nemali považovať za typ materiálu, aký máme na mysli napríklad pri pojmoch „drevený“, „biologický“, „železný“ či „mentálny“. Nejde teda o určitú špecifickú oblasť reality, oddelenú od oblastí iných,¹⁸ ale skôr o typ spojení medzi vecami, ktoré samy o sebe nie sú sociálne.¹⁹ V takomto prípade sa potom nesnažíme predpisovať svojim skúmaným objektom vopred daný poriadok či obmedzovať rozsah entít, ktoré môžu nejako pôsobiť. Výskumník by sa mal snažiť pozorne nasledovať samotných aktérov, pokúsiť sa zachytiť ich inovácie, i keď často divoké, aby sa tak naučil, čím sa sociálny – určitý kolektív zložený z rozličných heterogénnych prvkov – stalo v ich rukách.²⁰ Podobným spôsobom, akým Latour pracuje s pojmom sociálny, by som rád narábal i s pojmom spirituality. Namiesto predpokladu samostatne existujúcej sféry alternatívnej spirituality, oddelenej od iných sfér ľudskej činnosti, budem analyzovať prepojenia medzi prakti-

16 Michael Bury, „Chronic Illness as Biographical Disruption“, *Sociology of Health and Illness* 4/2, 1982, 167-182.

17 Zdeněk Konopásek, „V čem spočíva pravda náboženské skutečnosti? Sociologický pohled na mariánská zjevení a démonické posedlosti“, *Biograf* 52-53, 2010, 89-101.

18 Bruno Latour, *Reassembling the Social: An Introduction to Actor-Network Theory*, Oxford: Oxford University Press 2005, 1.

19 *Ibid.*, 5.

20 *Ibid.*, 11-12.

kami a konceptmi alternatívnej spirituality a bežnými každodennými starosťami ľudských životov. Takýto prístup mi umožní nahliadnúť rozličné prepojenia medzi praktikami a konceptmi alternatívnej spirituality a aktivitami, ktoré do tejto kategórie nespádajú.

Výskumné prostredie

Empirické dáta pre svoj výskum som získaval a naďalej získavam prostredníctvom biografických rozhovorov. Základným kritériom pre výber komunikačných partnerov a ich začlenenie do výskumu je skúsenosť s neobvyklými psychickými a fyzickými symptómami, a zároveň ich snaha zvládnuť túto skúsenosť okrem iného i prostredníctvom konceptu psychospirituálnej krízy. Do tejto chvíle som uskutočnil deväť biografických rozhovorov. Prvé kontakty na komunikačných partnerov som získal s pomocou psychoterapeutickej organizácie Diabasis.²¹ Ďalšie kontakty som získal prostredníctvom pátrania na rozličných internetových stránkach a fórach, venujúcich sa skúsenostiam s psychospirituálnou krízou. Niektorých komunikačných partnerov som objavil vďaka cenným odporučeniam na možných záujemcov, ktoré som dostal v rámci predošlých výskumných rozhovorov (tzv. metóda snehovej gule).

Spoločné kritériá výberu komunikačných partnerov nie sú prekážkou pestrosti ich vzťahov k rozličným stratégiám vyrovnávania sa s problematickou životnou situáciou. Ich postoje voči rozličným terapeutickým inštitúciám, prostredníctvom ktorých sa snažili svoju neobvyklú skúsenosť zvládnuť či sa v nej aspoň lepšie zorientovať, sa taktiež značne líšia. Niektorí z nich navštevujú alebo navštevovali psychiatriu, či boli hospitalizovaní v psychiatrickej liečebni. V rozprávaniach iných vystupuje psychiatria len ako hypotetická možnosť. Mnohokrát len ako stereotypizovaná predstava, voči ktorej sa kriticky vymedzujú a svoju alternatívnu terapiu voči nej stavajú v určitých aspektoch do protikladu. Väčšina mojich komunikačných partnerov prišla v nejakej forme do kontaktu s organizáciou Diabasis, ktorá s klientmi psychoterapeuticky pracuje s pomocou využitia konceptov psychospirituálnej krízy. Intenzita spolupráce s Diabasis bola u mojich komunikačných partnerov rôznorodá. Niektorým z nich bola alternatívna psychoterapia komplementárnou pomocou k liečbe psychiatrickej. Pre iných predstavovala voči klasickej psychiatrii a farmakologickej

21 Viď internetové stránky organizácie <<http://www.diabasis.cz/>>. Diabasis je psychoterapeutická organizácia, ktorá pomáha ľuďom prechádzajúcim psychospirituálnou krízou. Oproti klasickej psychiatrii sa líši svojím pohľadom na neobvyklé symptómy. Po splnení určitých diagnostických kritérií sa ich nesnaží psychofarmaceuticky potlačiť, no skôr ich za účelom liečby v bezpečnom prostredí zosilniť a pomôcť klientovi pochopiť ich príčinu.

liečbe alternatívu. Niektorí moji komunikační partneri spolupracovali s Diabasis len krátkodobo, prostredníctvom malého počtu konzultačných stretnutí. Iným sa stala psychoterapia v tejto organizácii dlhodobou záležitosťou. Okrem psychiatrických a psychoterapeutických inštitúcií hľadalo mnoho z nich pomoc i v ďalších rozličných podobách alternatívnej medicíny či v seminároch a prednáškach zameraných na alternatívnu spirituaľitu.²²

Biografické rozhovory s komunikačnými partnermi som uskutočňoval u nich doma, v nimi vybranej reštaurácii alebo čajovni. Na začiatku som poprosil o voľné rozprávanie o ich skúsenostiach s neobvyklými psychickými a fyzickými symptómami, o okolnostiach ich vzniku, o ich priebehu, o spôsobovaných ťažkostiach a podobách vyrovnávania sa s nimi. Voľné rozprávanie som následne rozvíjal dopĺňujúcimi otázkami. Rozhovory som viedol v duchu tradície chápaného rozhovoru, ako ho načrtáva francúzsky sociológ Jean-Claude Kaufmann.²³ Do rozprávania som, ak to bolo situačne vhodné, aktívne vstupoval, vyjadroval vlastné myšlienky a snažil sa tým vytvoriť uvoľnenejšiu atmosféru, a zároveň podporiť rozvinutie preberaných tém. Musel som však, ako píše Kaufmann, neustále dávať pozor, aby som sa napriek konverzačnému štýlu nenechal do rozhovoru úplne vtiahnuť a neprestával v pamäti držať témy a otázky, na ktoré som sa zameriaval.²⁴ Týmto spôsobom som následne mohol rozprávania na dotýčaných miestach viesť k ďalšiemu rozvinutiu prostredníctvom položenej otázky či komentára.

Neobvyklými symptómami prežívanými mojimi komunikačnými partnermi mám na mysli javy, akými sú napríklad počutie hlasov, zrakové vízie, zvláštne telesné pocity, vôľou nekontrolované pohyby tela, zmeny v zmyslovom vnímaní či stratu motivácie pokračovať v zabehnutých spôsoboch života. Väčšinou ide o symptómy, ktoré klasická psychiatria nahliada ako halucinácie a bludy. Napríklad počutie hlasov považuje väčšina psychiatrov za symptóm, ktorý by mal byť potlačený, podobne ako kašeľ či bolesť.²⁵ Bežne prijímanou stratégiou v psychiatrii je snaha vyhnúť sa diskusii s pacientom o jeho abnormálnych skúsenostiach. Halucinácie a psychotické symptómy nemajú v takomto pojatí samy o sebe hodnotu. Predstavujú len nevyhnutný dôsledok narušeného fungovania mozgu, ktorý je primárne zodpovedný za vzniknutú chorobu.²⁶ Nájdu sa ale i psy-

22 Napríklad prednášky a semináre Dana Millmana, akcie juhoamerických šamanov, akupunktúra, semináre zamerané na prácu s dychom vychádzajúce z budhistických tradícií.

23 Jean-Claude Kaufmann, *Chápající rozhovor*, Praha: SLON 2010.

24 *Ibid.*, 57.

25 I. Leudar – P. Thomas, *Voices of Reason...*, 51.

26 *Ibid.*, 111.

chiatři, ako napríklad Christína a Stanislav Grofovi, tvrdiaci, že mnohé prípady neobvyklých stavov vedomia, dokonca i značne dramatických a dosahujúcich takmer psychotických rozmerov, nemusia nutne predstavovať symptómy choroby v lekárskom zmysle. Nahliadajú na ne skôr ako na náročné štádiá vývoja vedomia – psychospirituálne krízy.²⁷ Je podľa nich veľmi dôležité tento stav rozpoznať a pristupovať k nemu obozretne, s ohľadom na jeho pozoruhodný pozitívny potenciál pre osobný rast a vyliečenie, obvykle nerozlišený rutinnou farmakologickou liečbou.²⁸

Vo svojom výskume sa budem zameriavať na náročné ľudské voľby a balansovanie medzi rozličnými možnosťami výkladu a stratégiami narábania s týmito symptómami. Z tohto dôvodu používam v rámci možností čo najviac neutrálny jazyk, snažiac sa touto cestou vopred neuprednostňovať biomedicínske, no ani alternatívne formy interpretácií. Nie je v mojom bádateľskom záujme a kompetenciách rozhodovať o nejakej predpokladanej skutočnej povahe týchto javov. O povahe daných symptómov sa s veľkou opatrnosťou vyjadrujú dokonca i niektorí odborníci na problematiku duševného zdravia. Michael Vančura, psychológ a psychoterapeut z Diabasis, napríklad rozpráva o tom, že na odborných seminároch trávia s kolegami mnoho času diskusiami nad možnosťami rozlíšenia psychospirituálnej krízy s prvkami psychózy od psychózy s prvkami psychospirituálnej krízy.²⁹ Namiesto určenia skutočnej povahy skúmaného javu ma budú zaujímať skôr definície, výklady a praktiky, odohrávajúce sa v interakcii medzi mojimi komunikačnými partnermi a najrozličnejšími spoločnosťami, inštitúciami, ľuďmi a predmetmi, prostredníctvom ktorých sa objektivita daných situácií ustanovuje a prostredníctvom ktorých sa trpiaci ľudia snažia svoju situáciu čo najlepšie zvládnuť.

Súčasný stav bádania

Jednou z motivácií k skúmaniu praktických významov spirituality mi je určitá jednostrannosť perspektív, z ktorých sa na túto problematiku nahliada v akademických disciplínach religionistiky a sociológie náboženstva. Jednostrannosťou myslím najmä orientáciu jednak na veľké sociologické otázky spojené so sekularizačnou debatou, jednak na premenu rozličných podôb religiozít a spiritualít v čase a premenu ich úlohy v spoločnosti. V posledných rokoch môžeme naraziť i na štúdie zameriavajúce sa na

27 Christína Grofová – Stanislav Grof, *Krize duchovního vývoje: Když se osobní transformace promění v krizi*, Praha: Chvojnkovo nakladatelství 1999, 18.

28 *Ibid.*, 19.

29 Michael Vančura, „Rozhovor na ALLfestivalové téma zdraví, léčení a terapie“ [video, online], <https://www.youtube.com/watch?v=OKQSF8_0yOI>, 2. 5. 2017 [16. 1. 2019].

význam rozličných podôb alternatívnej spirituality vo vzťahu k „malým“ každodenným problémom jednotlivcov. Práve do tohto prúdu bádania by som sa chcel svojím výskumom zaradiť.

O alternatívnej spiritualite dnes píše mnoho bádateľov. Voas, Bruce,³⁰ Heelas³¹ a Woodhead³² sa zaoberajú vzťahmi a rozdielmi medzi týmito formami spirituality a tradičnejšími náboženstvami. Túto problematiku väčšinou spracovávajú formou popisu rozličných systémov vier spirituálneho a holistického milieua. Z ich práce získavame najmä poučenie o konceptuálnej výstavbe daných spirituálnych symbolických svetov. Poskytujú nám prehľad kľúčových predstáv daných symbolických systémov, ako i lepšiu orientáciu v rozdieloch medzi alternatívnymi spiritualitami a tradičnejšími náboženstvami. Taktiež sa zaujímajú o spôsoby, ktorými sa ľudia zúčastňujúci sa aktivít alternatívnych spiritualít organizujú, či prostredníctvom ktorých medzi sebou komunikujú. Ďalší bádatelia, ako napríklad Wouter Hanegraaff³³ alebo Hugh B. Urban,³⁴ sledujú historické korene alternatívnej spirituality a rozličných jej prúdov a spôsoby ich interpretačnej práce s rozličnými náboženskými, ako i sekulárnymi symbolickými systémami. Ďalšie štúdie sa zaoberajú vplyvom alternatívnej spirituality na uzatváranie sa ľudí do prílišného individualizmu či naopak, na zapájanie sa do rozličných kolektívnych dobrovoľníckych a sociálne-politických aktivít. Medzi autorov premýšľajúcich nad alternatívnou spiritualitou v zmysle jej vplyvu na sociálnu angažovanosť či naopak prílišný individualizmus patria napríklad Oh a Sarkisian³⁵ alebo Berghuijs, Bakker a Pieper.³⁶ O tom, že alternatívna spiritualita by mohla prispievať k atomizácii medziludských vzťahov a zbavovaniu sa spoločenskej zodpovednosti, píše napríklad Carrette a King.³⁷ Význam premýšľania o spiritualite ako o novo vyvstávajúcej kultúrnej kategórii, ktorá má potenciál narušiť zabe-

30 D. Voas – S. Bruce, „The Spiritual Revolution...“.

31 Paul Heelas, „The Holistic Milieu and Spirituality: Reflections on Voas and Bruce“, in: Kieran Flanagan – Peter C. Jupp (eds.), *A Sociology of Spirituality*, Burlington: Ashgate Publishing 2007, 63-80.

32 P. Heelas – L. Woodhead et al., *The Spiritual Revolution...*

33 W. Hanegraaff, „New Age Religion and Secularization...“.

34 Hugh B. Urban, *New Age, Neopagan, and New Religious Movements: Alternative Spirituality in Contemporary America*, Berkeley: University of California Press 2015.

35 Seil Oh – Natalia Sarkisian, „Spiritual Individualism or Engaged Spirituality? Social Implications of Holistic Spirituality among Mind-Body-Spirit Practitioners“, *Sociology of Religion* 73/3, 2012, 299-322.

36 Joantine Berghuijs – Cok Bakker – Jos Pieper, „New Spirituality and Social Engagement“, *Journal for the Scientific Study of Religion* 52/4, 2013, 775-792.

37 Jeremy Carrette – Richard King, *Selling Spirituality: The Silent Takeover of Religion*, London: Routledge 2004.

hnuté spôsoby sociálne-vedného uvažovania o spoločnosti v dichotomických kategóriách sekulárne/náboženské, vyzdvihujú Huss³⁸ a Königstedt.³⁹

Ak sa títo bádatelia zameriavajú napríklad i na pochopenie možných praktických funkcií, ktoré spiritualita v každodenných životoch bežných ľudí môže zohrávať, činia tak len sporadicky a pomerne povrchným spôsobom. Predpokladám, že príčinou tohto javu sú jednak otázky, ktoré si dané štúdie kladú, jednak povaha dát, z ktorých čerpajú.

Tie sú tvorené najmä dvoma typmi zdrojov. Jedným sú náboženské pramenné texty, druhým informácie získané z dotazníkov. Paul Heelas, používajúci v určitom období svojho akademického písania o alternatívnej spiritualite pre jej pomenovanie pojem New Age, tvrdí, že ľudia sa New Age aktivitám venujú z dôvodu pocítovania pozitívnych zmien v ich životoch, prinášaných týmito praktikami. Snažia sa prostredníctvom nich vyriešiť problémy identity, ktorých príčiny majú korene v konvenčných súčasných formách života.⁴⁰ Pre mnohých ľudí je tak príklon k New Age snahou vyrovnat sa s vážnymi problémami, prejavujúcimi sa nepríjemným emocionálnym a fyzickým rozpoložením.⁴¹ Heelasove poznatky sú zaujímavé a hlbšieho porozumenia hodné. Vzhľadom na snahu dané výroky lepšie pochopiť je však podľa mňa problematickým zdôvodňovať tieto závery prevažne poznatkami z kvantitatívne organizovaných výskumov, spočívajúcich vo vyplňaní dotazníkov. Konštatovanie o priaznivom efekte New Age praktík na riešenie ľudských životných problémov je podložené tvrdením 82 % participantov o tom, že sa stali „viac spirituálnymi“, 80 % participantov ďalej tvrdí, že ich život sa stal „viac zmysluplným“, 72 % respondentov sa stalo „viac šťastnými“, 71 % zas „viac naplnenými“ atď.⁴² Nespochybnujem možnú pravdivosť týchto záverov. Nedostatočnou sa mi javí ich malá výpovedná hodnota vzhľadom na otázku, aké konkrétne procesy vedú daných ľudí k pozitívnemu hodnoteniu spirituálnych praktík. Na základe prehlásení o stávaní sa viac spirituálnym, šťastným a naplneným je ťažké si niečo konkrétnejšie predstaviť. Nedozvedáme sa z nich, čo to znamená byť

38 Boaz Huss, „Spirituality: The Emergence of a New Cultural Category and Its Challenge to the Religious and the Secular“, *Journal of Contemporary Religion* 29/1, 2014, 47-60.

39 Christiane Königstedt, „Religio-Spiritual Strategies of Self-help and Empowerment in Everyday Life: Selected Cases of Spirituality in Germany“, in: Tore Ahlbäck – Björn Dahla (eds.), *Post-Secular Religious Practices*, Turku: The Donner Institute for Research in Religious and Cultural History 2012, 178-200.

40 Paul Heelas, *The New Age Movement: The Celebration of the Self and the Sacralization of Modernity*, Oxford: Blackwell Publishers 1996, 174.

41 *Ibid.*, 203.

42 *Ibid.*, 182. Participanti výskumu boli čitatelia britského magazínu o duchovnom rozvoji *Kindred Spirit*. Na dotazník ich odpovedalo 900.

spirituálny, v akej situácii to môže byť dôležité, alebo čo tým môžeme v konkrétnom kontexte získať.

V úvode tohto článku píšem, že by som rád prispel k sociálne-vednému pochopeniu praktík a konceptov alternatívnej spirituality v kontexte ich významov a funkcií v každodennom živote ľudí. V úvode tejto časti sa píšem, že k takémuto poňatiu skúmania spirituality ma viedla určitá jednostrannosť perspektív, z ktorých sa na túto problematiku nahliada v akademických disciplínach religionistiky a sociológie náboženstva. Je však pravdou, že v posledných rokoch sa objavujú i kvalitatívne zamerané štúdie pojednávajúce spiritualitu v jej rozličných praktických významoch pre životy jednotlivcov. Laurel Zwissler sa v knihe *Náboženstvo, feminizmus, aktivizmus: Kozmológia prepojenia* zameriava i na praktický význam alternatívnej spirituality pre jej komunikačné partnerky.⁴³ Prichádza na to, že rozprávania o spiritualite mnohokrát slúžia ako stratégia účelového dištancovania sa od sekulárne, ako i od nábožensky konštruovanej politiky.⁴⁴ Sociálne aktivistky, zúčastňujúce sa života nejakej náboženskej komunity, tak môžu siahnúť po populárnom rozdelení medzi spiritualitou a náboženstvom, aby ostatným aktivistom dali najavo, že netrpia falošným utlačovateľským náboženským vedomím, voči ktorému sa sekulárne orientovaní aktivisti mnohokrát vymedzujú.⁴⁵ Zároveň sa však skrze identifikáciu so spiritualitou, chápanou v zmysle všeludskej a kultúru prekračujúcej vnútornej skúsenosti, mohli dobre dorozumieť s aktivistami inej náboženskej príslušnosti.⁴⁶ Spirituálny diskurz im tak poskytuje praktický nástroj umožňujúci postaviť sa do strednej pozície medzi náboženskými inštitúciami a sekulárnymi aktivistickými komunitami.⁴⁷

Ďalšími kvalitatívne zameranými prácami z oblasti sociológie náboženstva, pre mňa inšpiratívnymi svojím prístupom ku skúmaniu spirituality, sú texty „Hľadanie istoty: Za hranicou ájurvédy ako alternatívnej medicíny“ od Alžběty Wolfovej⁴⁸ a „Posilnenie a artikulácia schopnosti jednat medzi fínskymi praktikantmi jogy“ od Månsa Broo a Christiane Königstedt.⁴⁹ Wolfová píše, že v centre záujmu väčšiny štúdií o ájurvéde stoja interpretácie premien ájurvédskej náuky a praxe, kedy sú jej západné

43 Laurel Zwissler, *Religious, Feminist, Activist: Cosmologies of Interconnection*, Lincoln: University of Nebraska Press 2018.

44 *Ibid.*, 149.

45 *Ibid.*, 157.

46 *Ibid.*, 149.

47 *Ibid.*, 155.

48 Alžběta Wolfová, „Hledání jistoty: Za hranicí ájurvédy jako alternativní medicíny“, *Biograf* 63-64, 2016, 45-70.

49 Måns Broo – Christiane Königstedt, „Empowerment and the Articulation of Agency among Finish Yoga Practitioners“, in: Peik Ingman – Terhi Utriainen – Tuija Hovi – Måns Broo (eds.), *The Relational Dynamics of Enchantment and Sacralization*:

formy stavané do kontrastu k tradičnej či súčasnej indickej podobe ájurvédy. Minimum bádateľov sa však zameriava na skúsenosť ľudí, ktorí ájurvédu praktikuju.⁵⁰ Ak už aj hovoria o význame ájurvédy pre jednotlivca, poukazujú na jej zosúladenie s ich osobnou filozofiou, na stratégie získavania ich dôvery či na jej vplyv na premenu porozumenia sebe a svojmu okoliu. Čo týmto štúdiám podľa Wolfovej chýba, je interpretácia toho, aké konkrétne neporozumenie, aké konkrétne dilemy a vlastné neistoty ľudia prostredníctvom adoptovania ájurvédskeho svetonázoru, ako i praktikovaním ájurvédy riešia. Tieto štúdie ďalej podľa Wolfovej hovoria o nespokojnosti ľudí s odosobnenou zdravotnou starostlivosťou, detradicionalizáciou súčasnej spoločnosti, nezaoberajú sa však už tým, na základe akých skúseností vzniká nespokojnosť ľudí, ktorú následne pomocou ájurvédy riešia.⁵¹ Broo a Königstedt v kontexte každodenného diania empiricky skúmajú vzťahy jogovej praxe a situačne podmieneného rozvažovania medzi posilňovaním jedincovej schopnosti jednať a prenášaním zodpovednosti za rozličné životné udalosti na externé objekty a vplyvy.⁵²

V snahe prispieť k sociálne-vednému porozumeniu alternatívnej spiritualite, v zmysle jej pragmatického využívania pri riešení konkrétnych ľudských problémov v konkrétnych situáciách po vzore vyššie načrtnutých textov, som siahol po ďalších teoreticko-metodologických zdrojoch majúcich pôvod najmä v etnograficky zameranej antropológii medicíny a v transkulturne orientovaných antropologicko-psychiatrických štúdiách.

Neobvyklé symptómy v rozličných výkladových kontextoch

Inšpiratívny náhľad na možnosti skúmania praktických významov spirituality pri riešení životných problémov som čerpal z humanitne zameraných disciplín venujúcich sa problematike narušenia ľudského zdravia (fyzického alebo mentálneho), utrpenia a umierania. Napríklad pre ľudí pracujúcich v hospicioch sa spirituálne otázky stávajú záležitosťou každodennej komunikácie s ľuďmi, ktorým v poslednej fáze života pomáhajú zmieriť sa so smrťou.⁵³ Pri kontakte s ontologicky ohrozujúcimi skúsenosťami tematika transcencie sveta v podobe Boha, určitý daný životný rád a predstava vzťahov pretrvávajúcích po smrti človeka fungujú v rámci

Changing the Terms of the Religion Versus Secularity Debate, Bristol: Equinox Publishing 2016, 65-84.

50 A. Wolfová, *Hľadání jistoty...*, 47.

51 *Ibid.*, 48-49.

52 M. Broo – Ch. Königstedt, „Empowerment and the Articulation of Agency...“.

53 Petra Závorková – Roman Vido, „Když jí otru obličej, tak je to modlitba“ [online], *Biograf* 52-53, 2010, <<http://www.biograf.org/clanky/clanek.php?clanek=v5301>>, 6. 7. 2011 [10. 1. 2018], 120 odst.: odst. 2.

zmiernenia existenčne ohrozujúcich pocitov ako zastrešujúci baldachýn schopný danú situáciu preklenúť a zmierniť jej dopad.⁵⁴

Larsen popisuje rozmanitosť kultúrnych zdrojov, ktoré je možné mobilizovať v procese vyrovnávania sa s prvým zážitkom psychózy.⁵⁵ Tradičné učenie klasickej psychiatrie o „chorobe a pacientoch“ neboli pre daných ľudí jediným zdrojom umožňujúcim orientáciu v neobvyklej situácii. Medzi využívané interpretačné rámce patrili i koncepty alternatívne voči klasickému psychiatrickému výkladu, pochádzajúce z rozličných náboženských učení a hlbinne psychologických teórií. Odlišné chápanie príčin psychóz viedlo i k odlišnému spôsobu práce s danými symptómami.⁵⁶ Príkladom podobného prístupu je i v úvodnej kapitole spomínaná prípadová štúdia anglicko-brazílskeho tímu psychológov. Skúmali vhodnosť aplikácie psychiatrickej kategórie disociatívnej poruchy osobnosti v kultúrnom prostredí, v ktorom sú takéto symptómy miestnym náboženským systémom interpretované ako stavy posadnutosti.⁵⁷ Stavy posadnutosti z tohto náboženského pohľadu nie sú stigмой. Naopak, môžu byť predzvestou životnej dráhy v roli šamana. Autori viedli sériu naratívnych rozhovorov so staršou liečiteľkou brazílskej umbandy. Umbanda je brazílske náboženstvo zahŕňajúce v sebe elementy z juhoamerických, afrických a rímsko-katolíckych tradícií a jedným z jeho kľúčových elementov sú práve stavy posadnutosti duchmi.⁵⁸ V dobe uskutočňovania prípadovej štúdie už dospelá a uznávaná liečiteľka zažívala od detstva nevšedné stavy. Akoby sa jej niekto vkrádal do mysle a našeptával rozličné myšlienky. Vyrastala v rodine s rímsko-katolíckym vyznaním, pre ktorú boli takéto zážitky neprijateľné. Rodičia jej o nich zakazovali rozprávať a ona sa cítila previnilo. Rodinné zákazy však nemali vplyv na výskyt našepkávania a budúca liečiteľka mala potrebu o nich rozprávať.⁵⁹ Situácia sa stupňovala. Jej tela sa zmocňovala nepoznaná neznáma sila. Nevšedné zážitky neboli nepríjemné. Občas sa bála ich nezvyčajnosti, nedostatku kontroly nad nimi a absencie vedomostí o nich, no zároveň jej spôsobovali potešenie a prinášali mier.⁶⁰ Najväčší strach však pociťovala z možnosti označenia za duševne chorú. Vylúčenie zo spoločenského života by v prípade naplnenia takéhoto scenára bolo pravdepodobné. Diagnostikovanie duševnej

54 *Ibid.*, odst. 118.

55 John Aggergaard Larsen, „Finding Meaning in First Episode Psychosis: Experience, Agency, and the Cultural Repertoire“, *Medical Anthropology Quarterly* 18/4, 2004, 447-471.

56 *Ibid.*

57 R. Delmonte – G. Lucchetti et al., „Can the DSM-5 Differentiate between Nonpathological Possession...“, 324.

58 *Ibid.*, 323.

59 *Ibid.*, 327.

60 *Ibid.*, 330-331.

choroby by jej, ako povedala, zabránilo v nájdení duchovného domova. Nestala by sa tým, kým je.⁶¹ Autori na základe analýz predpokladajú, že diagnostikovanie disociatívnej poruchy osobnosti by u dotyčnej informátorky pravdepodobne viedlo k silnému sociálnemu konfliktu a kultúrnej neakceptovateľnosti jej skúseností. Z toho ďalej odvodzujú myšlienku, že ak sú disociatívne skúsenosti zasadené do vhodného kognitívneho rámca, systému vier a sociálnej siete, kde sú akceptované ako pozitívne a zmysluplné, nemusia byť pre individualitu zo zásady škodlivé. Tieto skúsenosti však môžu byť stresujúce a poškodzujúce, ak jedincovi nie je k dispozícii podporujúca sociálna sieť a vhodný kognitívny rámec.⁶²

Iným príkladom dôležitosti vhodného kognitívneho rámca a podpornej sociálnej siete pre úspešné zvládnutie podobných neobvyklých skúseností je i prípad môjho komunikačného partnera Martina.⁶³ Počas púte, na ktorú sa vydal v spoločnosti priateľov, sa jeho telo a myseľ dostali do víru podivuhodných úkazov. Prežíval príbehy zo života Ježiša Krista a Jána Krstiteľa. Kráčajúc po ceste a v zmysle Ježišovho kríža nesúc drevené poleno na ramene, si oproti idúce auto a stádo kráv vykladal ako obdobu Ježišových pokušení. Keď sa na oblohe vyformoval mrežovitý vzor, postrehol Martin, že niečo nie je úplne v poriadku. Na druhý deň mu telom pretekali obrovské prívally energie, a tak sa prichytil trávy, aby neodletel. Po troch dňoch podobne neobvyklých zážitkov sa postupne navrátil k bežnejšiemu vnímaniu a oznámil kamarátovi, že sa asi zbláznil. Späťne, počas rozvíjania spomienok v rámci nášho rozhovoru, považoval Martin za veľké šťastie, že sa tieto udalosti odohrali počas púte. Retrospektívne ju vnímal ako bezpečné prostredie. Bezpečné v tom zmysle, že sa v danom priestore nevyskytoval nikto, kto by sa ho pokúsil zaviesť na psychiatrickú kliniku. Namiesto paniky a zmätku prejavili spolupútnici voči nevšedným zážitkom pochopenie. Celá púť tak podľa Martinových slov získala omnoho vážnejší nádych a turistika sa premenila na skutočnú náboženskú púť:

Ono to zasáhlo celou tu skupinu. Že jsme v tom nějak víceméně byli ponořeni všichni. Nebylo to tak, že by to bylo jenom u mě. ... Ale současně to tu skupinu neuvěřitelně stmelilo a nás to všechny přivedlo velmi intenzivně na to, že jsme na pouti, a ne na zájezdu.⁶⁴

Jeho spolupútnik, absolvent jungiánskeho terapeutického výcviku, bol otvorený možnosti interpretovať neobvyklú skúsenosť ako psychospirituálnu krízu. Mohlo však ísť i o vážnejší problém. Nebol si výkladom istý.

61 *Ibid.*, 333.

62 *Ibid.*, 332-333.

63 Všetky mená komunikačných partnerov uvedené v tomto texte sú za účelom ochrany ich súkromia pozmenené.

64 Rozhovor z dňa 8. 1. 2019.

Odbornejšie posúdenie prenechal kompetentnejšej osobe a dal Martinovi kontakt na terapeuta z organizácie Diabasis. Po dvojhodinovom rozhovore s terapeutom bol Martin uistený, že s najväčšou pravdepodobnosťou išlo o psychospirituálnu krízu. Prestal tým pádom svojím skúsenostiam z púte pripisovať negatívne atribúty bežne spájané s duševnými poruchami a do veľkej miery sa zbavil strachu z ich prepuknutia. Uistenie o nepatologickom charaktere trojdňovej nezvyčajnej skúsenosti Martin vnímal ako veľmi významnú pomoc. Neistá povaha zážitku nabrala prostredníctvom slov psychoterapeuta konkrétnejšie kontúry:

Terapeut řekl: Byla to psychospirituální krize. To byla pro mě zásadní pomoc. Kdyby mi to neřek, kdybych se dostal někam jinam, tak bych možná zkoumal, co to se mnou bylo. Bylo to zdravý? Nebylo to zdravý? Tím to pro mě vlastně jako osvobodil od toho, abych se to nějak snažil někam dál zaškatulkovávat. A tím vlastně pro mě byla ta největší služba. Je to psychospirituální krize, velmi pravděpodobně už se to nebude opakovat. To bylo pro mě to, co mi opravdu pomohlo. Že jsem nebloudil někde a přijal jsem to tak, jak to je, a přestal jsem to tak nějak jako demonizovat. Přestal jsem se toho bát. Protože to, co bych si z toho jinak odnes, by byl asi strach, jestli se mi to zas nestane znovu, nebo něco takového. A to díky tomuhle tomu nebylo.⁶⁵

Môžeme si tak všimnúť viacero faktorov majúcich významný dopad na Martinovu skúsenosť. Prostredie, v ktorom neobvyklé stavy zažíval, bolo tematicky spriaznené s ich obsahom. Možno sa na formovaní ich obsahu i podieľalo. Na svojej púti bol Martin obklopený ľuďmi otvorenými možnosťami zažívať náboženské vízie, a tým pádom ochotnými vzdať sa pokúšenia automaticky ich interpretovať ako patológiu. I to ich zdržalo od snahy púť ukončiť a privolať lekársku pomoc. Je však pravdou, že zároveň nedisponovali praktickými prostriedkami potrebnými k zaisteniu akútnej lekárskej pomoci. Najbližšia cesta vhodná pre automobilovú dopravu bola veľmi vzdialená. Nemenej dôležitým faktorom vedúcim k popisovanému vývoju situácie bol i Martinov kamarát s jungiánskym terapeutickým výcvikom, o ktorého rady sa mohol oprieť. Ten mu napokon i sprostredkoval kontakt na psychoterapeuta pracujúceho s konceptom psychospirituálnej krízy. Terapeut s povestou odborníka Martinovi potvrdil, že s najväčšou pravdepodobnosťou sa o psychospirituálnu krízu naozaj jednalo. Namiesto strachu z duševnej choroby mohli byť neobvyklé skúsenosti uchopené z pohľadu, na základe ktorého sú považované za súčasť ozdravného procesu.

Takéto spôsoby premýšľania o neobvyklých symptómoch vychádzajú do veľkej miery z diela Christiny a Stanislava Grofových, ktorí tvrdia, že pokiaľ sú niektoré neobvyklé stavy správne pochopené a ich priebeh a vývoj je podporovaný (namiesto potlačenia bežnými psychiatrickými postup-

mi), môžu byť liečivé a veľmi priaznivo pôsobiť na jedinca, ktorý ich prežíva.⁶⁶ I veľmi neobvyklá skúsenosť mohla byť teda za určitých podmienok zvládnutá bez väčšieho škodlivého dopadu na ďalší Martinov život. Ten ju dokonca vníma ako obohatenie:

Psychospirituální krize pro mě vlastně byla obrovské dar, přestože to ze začátku vypadalo divoce. ... Já už jsem to měl nějaký takový jako vybudovaný ten svět. Po těch patnácti, nebo devíti letech intenzivních meditací a šesti letech nějakého jako zakouření, to najednou přišlo a ten duchovní svět, který už byl takovej jasnej a rozuměl jsem tomu, tak se sesypal jak domeček z karet. A musel jsem začít budovat znova.⁶⁷

Vyššie uvedené príklady brazílskej liečiteľky a môjho komunikačného partnera Martina ukazujú, že zapojenie nepatologizujúceho výkladového rámca môže zohrať významnú úlohu v spôsoboch, ktorými bude daná situácia zvládaná. Nevšedný duševný zážitok, pohybujúci sa v tomto prípade na pomedzí psychózy a náboženskej skúsenosti, je možné pochopiť a spracovať rôznymi spôsobmi. Leudar s Thomasom píšú, že rozličné sociálne postavenie skúseností podmieňuje, čo môže človek s nimi robiť, a to i za predpokladu, že by si boli v iných aspektoch podobné.⁶⁸ Predpokladám, že závery týchto autorov, venujúcich sa najmä skúsenostiam počutia hlasov, sú uplatniteľné i na ďalšie formy neobvyklých symptómov. Podľa Leudara s Thomasom hrajú reakcie okolia na ľudí počujúcich hlasy, reakcie kamarátov, rodín, ako i širšej spoločnosti, centrálnu úlohu v tom, ako bude daný človek rozumieť svojej skúsenosti, ako sa s ňou bude vyrovnávať. Odpoveď okolitých ľudí, či už si neobvyklú skúsenosť vážia, alebo z nej majú strach, má veľký význam.⁶⁹ Neobvyklé symptómy tak môžu byť začlenené do rozličných sietí tvorených lekáorskými a náboženskými inštitúciami, vzťahmi s rodinou a priateľmi, ako i rozličnými výkladovými schémami a s nimi spojenými praktikami. Z pomyselnej križovatky hraničného zážitku sa dá v niektorých prípadoch vykročiť viacerými cestami.

Brazílskej žene trpiacej z pohľadu západnej psychiatrie disociatívnou poruchou osobnosti umožnila žiť dôstojný a spokojný život náboženská komunita umbandy, na čele ktorej tradične stojí šaman. Jej skúsenosti z posadnutia duchmi si komunita s úctou cenila ako skutočné a verejnosti prospešné zjavenia.

Martina, človeka s dlhodobou meditačnou praxou, otvoreného duchovným témam, upokojila odpoveď terapeuta, ktorý je za splnenia určitých diferenciálne-diagnostických podmienok ochotný neobvyklé symptómy

66 Ch. Grofová – S. Grof, *Krize duchovního vývoje...*, 8.

67 Rozhovor z dňa 8. 1. 2019.

68 I. Leudar – P. Thomas, *Voices of Reason...*, 49.

69 *Ibid.*, 125-126.

a prácu s nimi interpretovať ako súčasť cesty k vyšším formám psychického zdravia. Takéto ubezpečenie Martinovi pomohlo zbaviť sa strachu z možných budúcich scenárov. Spomienka na nezvyčajné symptómy prestala byť spájaná s niečím negatívnym, chorobným a životie ohrozujúcim a bola včlenená do zmyslupnejšieho a nádejnejšieho výkladového rámca. Skúsenosť z púte sa tak nestala prejavom choroby, ktorý by sa mohol veľmi pravdepodobne opätovne vrátiť. Martin bol uistený o tom, že je na dobrej ceste. Nezvyčajné symptómy interpretované ako prejavy Ducha vzbudzujú strach menej než nezvyčajné symptómy interpretované ako prejav patológie:

Todle byla ta zásadní pomoc, kterou jsem dostal. Za tu jsem neskonale vděčný. Protože tím jako mě ujistil, že je všechno v pořádku. Že to prostě je jenom nějaká forma projevu Ducha. Oukej, to není nic, čeho bych se měl bát.⁷⁰

Nezvyčajné symptómy ako autobiografická disrupcia

Ludia, s ktorými som uskutočnil rozhovory, prežívali nevšedné a neobvyklé mentálne a fyzické stavy. Nekontrolovateľne sa im triaslo telo, pred vnútorným zrakom sa im zjavovali búrlivé predstavenia farieb, obrazcov a groteskných tvarov a tvárí. Komunikovali s bytosťami, ktoré by mali existovať len v náboženských a mytologických textoch či prežívali prekročenie obvyklých hraníc telesnej skúsenosti. Niekedy v nich tieto situácie vyvolávajú strach a zmätok, niekedy im prinášajú mier a krásne pocity. Nech už však zažívajú stavy príjemné či nepríjemné, väčšinou spočiatku nedisponujú znalosťami, prostredníctvom ktorých by si svoje nové skúsenosti vedeli vysvetliť, či ich kontrolovať. Pocity neistoty a váhania sú tak príchastou súčasťou situácie, v ktorej sa vyskytli. Komunikačná partnerka, ktorej budem hovoriť Lenka, začala mať strach z opustenia tela. Akoby sa vzdalovala niekam preč, akoby sa všetko strácalo. Bála sa. Tento zážitok zvykol byť sprevádzaný i zažívacími ťažkosťami a celkovou fyzickou slabosťou. Svoju situáciu si nevedela vysvetliť. Navštívila všeobecnú lekárku a tá jej spravila sadu rozličných vyšetrení. Z ich pohľadu bolo všetko v poriadku. Lenka sa ale v poriadku necítila. Problémy naďalej pretrvávali, no vedomosť o tom, z čoho pramenia a ako sa ich zbaviť, k dispozícii nebola:

Ale to mi až tak dalo takú neistotu, povie mi, že mi nič nie je, ale mne niečo je a čo to je prosté? To bol ešte väčší strach z toho, že nevieš, že čo sa ti deje. Vieš, že to je podľa mňa to najhoršie. To je podľa mňa ten najväčší faktor, ktorý ti potom prosté prevláda v tom živote, že ty nevieš, čo ti je, takže nevieš, čo s tým máš spraviť.⁷¹

70 Rozhovor z dňa 8. 1. 2019.

71 Rozhovor z dňa 11. 3. 2019.

Veľkým problémom pre mojich komunikačných partnerov neboli len pocity neistoty a nevedenia, ale i obmedzenia a zmeny v praktickom chode života, prameniace z objavujúcich sa symptómov. Jana absolvovala určitú modernú európsku obdobu indiánskeho prechodového rituálu, ktorý bol po fyzickej i duševnej stránke pomerne náročný. Jej pôvodnou motiváciou k účasti na tejto udalosti bolo životné pozastavenie sa po úspešnom absolvovaní vysokej školy a príprava na čo najkvalitnejšie vykonávanie budúcej, vopred jasne vyhladnutej práce. Rituál však mal na Janu nezamýšľaný účinok. Namiesto vízie, ktorej obsahom by boli informácie o tom, ako čo najlepšie uskutočniť naplánované predstavy, prišla niekoľkomesačná neschopnosť nájsť v akejkoľvek činnosti zmysel. Vôbec ráno vstať z postele sa pre Janu stalo náročným počinom. K pocitom márnosti sa pridala i zmena v zmyslovom vnímaní. Zvuky a tvary zrazu pôsobili neprirodzene. Vŕzganie či buchnutie dverí znelo akosi inak. Kachličky v kúpeľni sa začali vlniť. Pre Janu bolo náročné túto zmenu prijať. Pokračovanie v bežných zabehnutých spôsoboch života sa v týchto nových podmienkach stalo náročným. Občas musela zavolať do práce, že nepríde.

Skúsenosti podobné Lenkiným a Janiným môžeme z pohľadu sociológie zdravia a choroby chápať ako určitý druh biografického narušenia (*biographical disruption*). Podľa Buryho sú choroby, špeciálne tie chronické, typom skúseností, pri ktorých sa narúšajú štruktúry každodenného života a s nimi spojené formy vedomostí. Stav biografického narušenia možno podľa Buryho analyticky rozdeliť na tri navzájom súvisiace štádiá. V prvom z nich dochádza k narušeniu zaužívaných predpokladov a správania, k prelomeniu bežných hraníc prežívaného sveta. Následne dochádza k zásadnejšiemu zlomu v našich spôsoboch vysvetľovania sveta a k fundamentálnemu prehodnoteniu osobnej biografie a predstáv, ktoré o sebe máme. Posledné štádium, keď sme už boli nútení prehodnotiť naše zabehnuté koncepcie o svete a našom mieste v ňom, ako i prehodnotiť naše stratégie vedenia života, spočíva v odpovedi na vzniknutý zlom. Teda v mobilizácii rôznorodých zdrojov, prostredníctvom ktorých sa náročnej situácii môžeme postaviť.⁷²

V prípade mojich komunikačných partnerov sa momentom prepuknutia biografickej disrupcie stáva vyvstanie neobvyklých psychických a fyzických symptómov. Popríklad ich dlhodobjšie pretrvávajúce či ich zvyšujúca sa intenzita, prekračujúca mieru únosnosti vzhľadom na normálne fungovanie v každodennom živote. Následné hľadanie pomoci môže pozostávať len z rozhovoru s priateľom či rodinou. Napokon pravdepodobne príde na rad návšteva psychiatrickej kliniky. V iných prípadoch možno skôr vyhľadanie alternatívnejšej psychoterapeutickej pomoci či alternatívneho liečiteľa.

72 M. Bury, „Chronic Illness as Biographical Disruption...“, 169.

Ondrej začal trpieť intenzívnymi stavmi úzkosti. V hlave sa mu točili farebné víry. Smiali sa na neho klauni. Vystrašený a zmätený vyhľadal psychiatra. Predpísané lieky však nedokázal stráviť. Autogénny tréning odporučený psychologičkou nefungoval. Zúfalstvo prameniace z neúspešných pokusov nášst pomoc, i napriek počiatočnému odporu voči čomukoľvek zaváňajúcemu alternatívnosťou, napokon Ondreja privedlo k organizácii Diabasis. O tej sa dopečul od dobrého priateľa, ktorému sa mohol so svojou starostou zdôveriť.

Chápať praktiky a koncepty alternatívnej spirituality ako súčasť zdrojov mobilizovateľných za účelom zvládnutia krízy mi prináša lepšie pochopenie ich pozície ako praktického nástroja pre zvládanie zlomovej situácie. Vyššie spomínaná komunikačná partnerka Lenka mala strach ostať osamote. Stratila dôveru v správne fungovanie svojho tela. Bála sa, že stratí vedomie a nablízku nebude nikto, kto by jej pomohol. Strachuplné myslenie na tento scenár zhoršovalo jej úzkosť, ako i pocit „strácania sa preč z tela“. Nenachádzala východisko. Všeobecný lekár pomôcť nevedel. Pri vyšetreniach ani pri vykonaní krvných testov neodhalil žiadny problém. Postupne našla vlastné spôsoby, ako si organizovať život smerom k prijateľnej únosnosti. Nebola to však, podľa jej slov, žiadna výhra. Vyhľadávala kontakt s ľuďmi a rozprávala sa s nimi o bežných veciach, aby tým odvrátila pozornosť od svojho strachu zo zmeny vedomia. Prítomnosť blízkych ľudí ju upokojovala. Vyhľadávala situácie, v ktorých sa cítila bezpečne a bála sa situácií, ktoré mohli pre ňu byť náročné, napríklad cesta vlakom. Určitý pocit istoty jej poskytovala skúsenosť toho, že napriek obavám a prežívaniu nepríjemných pocitov „strácania sa vedomia preč z tela“ nikdy naozaj neodpadla. Väčším problémom bol samotný strach z tejto možnosti. V tomto aspekte prežívania jej napokon pomohla návšteva jedného z psychoterapeutov pracujúcich s konceptom psychospirituálnej krízy. Keď mu opisovala prvú skúsenosť „strácania sa preč z tela“, s živým záujmom ju počúval. Povedal, že to s najväčšou pravdepodobnosťou vyzerá na psychospirituálnu krízu. Vysvetlil Lenke, že sa danej skúsenosti nemusí obávať. Ak by aj naozaj odpadla, k čomu však nikdy nedošlo, tak ju to nijak neohrozí:

Povedal mi, že keď to budem cítiť, že sa to ako keby deje, tak proste lahnúť, a ako keby si išiel vedome do toho, že odpadneš. Snažila som sa tomu proste venovať pozornosť. Nie, že to vyvolávať, ale proste, už keď sa to stane, tak vedieť, ako na to. Ako na to zareagovať a proste to nezvyšovať zbytočne. Alebo ako keby vedome ideš do toho, že zaspíš. Lahnúť, upokojiť sa, keď tak radšej zavrieť oči a spať, a že proste aj kebyže odpadneš, tak proste spíš. Samozrejme nikdy neprišlo k tomu odpadnutiu. Takže som to vedela asi takto nejako.⁷³

Človek s autoritou psychoterapeuta rozpoznal Lenkin opakujúci sa zážitok ako prejav psychospirituálnej krízy. Tým ho začlenil do kontextu nových významov a spojil ho s odlišnými predstavami o jeho možných dopadoch na Lenkin život. Strach z telesného zrútenia sa, predstava zvyšujúca úzkosť z neobvyklej skúsenosti, bol zmiernený novým výkladovým rámcom. Neznáma skúsenosť sa jej po rozpoznaní odborníkom stala o niečo známejšou a menej nebezpečnou. Psychoterapeut Lenkin strach dokonca zlahčil príbehom o tom, že si s kamarátmi podobné zážitky ako mladíci pre pobavenie privolávali dobrovoľne, prostredníctvom manipulácie so svojím dychom. Lenka nadobudla praktické spôsoby, prostredníctvom ktorých môže reagovať na neobvyklé symptómy, keď sa znovu objavia. Získala nástroj, ktorý jej vrátil nad neobvyklou skúsenosťou kontrolu. Zbavila sa tak bezradnosti a bezmocnosti.

Hraničné situácie

Neobvyklé symptómy mojich komunikačných partnerov sú často nejasej povahy a je možné s nimi na základe odlišných pochopení a začlenení do rozličných praktických usporiadaní pracovať rôznymi spôsobmi. So škálou neobvyklých symptómov typických pre mojich komunikačných partnerov pracuje v našej spoločnosti najmä klasická biomedicínsky orientovaná psychiatria. Okrem nej napríklad ale i rôzne alternatívne psychoterapie, vychádzajúce zo základov transpersonálnej psychológie, medzi ktoré patrí i v tomto texte často spomínaná Diabasis. Mnoho mojich komunikačných partnerov má skúsenosť s klasickou psychiatriou, ako i s transpersonálne založenou psychoterapiou. Psychoterapeuti a psychológovia z Diabasis do určitej miery s inštitúciou klasickej psychiatrie spolupracujú. Občas sú k niektorým novým psychiatrickým pacientom privolaní prekonzultovať možnosť chápať dotyčného človeka ako niekoho, kto sa nachádza v psychospirituálnej kríze. O psychospirituálnej kríze prednášajú študentom psychiatrie a adiktológie na Karlovej univerzite v rámci predmetu Transpersonálna psychológia. Študenti psychiatrie a adiktológie prístupy založené na transpersonálnej psychológii chápu a niektorí s nimi sympatizujú.⁷⁴ Svety biomedicínskej psychiatrie a transpersonálnej psychológie majú teda mnoho styčných plôch, i keď sa ich pohľady na problematiku duševného zdravia v určitých aspektoch líšia.

Špecifickou črtou mojich komunikačných partnerov je zdráhanie sa chápať svoje neobvyklé symptómy výlučne z pohľadu biomedicínskej psychiatrie. Z rozličných dôvodov hľadajú odlišné kultúrne zdroje pre

74 Tieto informácie som načerpal z kurzu o transpersonálnej psychológii, ktorý som na Karlovej univerzite navštevoval v roku 2018.

vytvorenie pohľadu na svoje skúsenosti. Alžbeta má oficiálne diagnostikovanú jednu z foriem schizofrénie. Lieky užíva len výnimočne – keď skončí hospitalizovaná v psychiatrickej liečebni; vtedy jej pomáhajú spomaliť príliš divoko asociujúce myslenie a prispôbiť vnímanie bežnejšiemu rozpoloženiu. Sama o sebe však ako o schizofreničke nepremýšľa. O svoje nevedné zážitky sa teoreticky veľmi zaujíma, pátra po ich možných nepatologizujúcich interpretáciách, číta knihy, navštívila transpersonálne založeného psychoterapeuta. Neobvyklé skúsenosti považuje skôr za životné obohatenie a súčasť duchovnej cesty. Dávajú jej niečo, k čomu ostatní ľudia nemajú prístup. Chápať ich ako dysfunkciu čakajúcu na odstránenie je pre ňu neprijateľné.⁷⁵

Duševnú chorobu a psychospirituálnu krízu nepovažujem za samy o sebe existujúce fenomény, za reálne existujúce odlišné ontologické sféry. Po vzore Konopáskovho textu „V čom spočíva pravda náboženskej skutočnosti?“ sa skôr snažím chápať existujúce podstaty vecí nie ako východisko, ale ako problém, ktorý je potrebné vysvetliť.⁷⁶ Konopásek píše, že takéto nejednoznačné zážitky majú zvláštny význam pre súčasné diskusie o spiritualite, religiozite a kultúrnej odlišnosti v medicíne všeobecne a v psychiatrii obzvlášť.⁷⁷ Zaoberajúc sa problematikou údajných zjavení/posadnutostí tvrdí, že na takéto situácie môžeme nahliadať skrze kategórie duševných chorôb, ale i skrze kategóriu duchovného utrpenia. Takýto prístup je nevedný, pretože na problematiku zjavení v súvislosti s dvojicou vyššie spomenutých kategórií sa nepozera vo výlučných termínoch „buď-alebo“. Namiesto toho vníma údajné zjavenia/posadnutosti ako tzv. hraničný objekt. Ako „hraničné objekty“ sa označujú súcna, ktoré sú síce pomerne pevné a určité, avšak zvláštnym, nevýlučným spôsobom náležia viacerým rozličným svetom súčasne. Sú dostatočne tvárné na to, aby sa prispôbovali miestnym potrebám a tlakom, avšak zároveň natoľko robustné, aby si v rôznych situáciách udržali svoju identitu.⁷⁸ Podľa Konopáskovej nejde len o zložité pomenovávanie toho, že jedna a tá istá vec je z rozličných pohľadov nahliadaná rôzne. Ide o viac než len o osobnú interpretáciu. Ide o celé súbory kolektívnych praktík a materiálnych usporiadaní, prostredníctvom ktorých môže mať jedna a tá istá vec viacnásobnú existenciu – ako keby objektívne išlo o niekoľko rozličných vecí.⁷⁹ Takýto symetrický prístup však nie je samozrejmosťou. Jeho zmyslom je rozptýliť dojem nevyhnut-

75 Zápisky z výskumného denníka 22. 8. 2019.

76 Z. Konopásek, „V čem spočíva pravda náboženské skutečnosti?...“, 92.

77 *Ibid.*, 95.

78 *Ibid.*, 95-96.

79 *Ibid.*, 96.

nosti určitého pohľadu.⁸⁰ Takúto symetriu dosahujeme tak, že sa snažíme všetky zúčastnené stanoviská a výpovede merať rovnakým metrom. Ontologický status súcien, ktoré vyznáva jedna či druhá strana, dávame skrátka pred zátvorku a pravdu i omyl, racionalitu i iracionalitu, vedu i náboženstvo popisujeme a vysvetľujeme súmerateľnými prostriedkami.⁸¹ Skôr než o úplnú nestrannosť však ide o opatrné heuristické stránenie „slabšej“ strane. Jej pohľad tak nemôžeme poľahky zhodiť zo stola⁸² a zbavíme sa pokušenia vidieť ho ako nerozumný. Ide o obnovu uznania racionality tam, kde bola silnejšou stranou zamietnutá či zabudnutá.⁸³ Takýto postoj je špecifickou reakciou na niečo, teda nie je vopred daným postojom. Dostáva zmysel až vtedy, keď začne naozaj o niečo ísť.⁸⁴

Alžbete naozaj o niečo ide. Hospitalizovaná v psychiatrickej liečebni nemala možnosť o svojich symptómoch rozprávať a hľadať ich možný význam či o nich diskutovať iným než psychiatrickým jazykom. Jej neobvyklé symptómy boli vnímané v prvom rade ako bludy, ktoré je potrebné potlačiť. Je možné, že v danej chvíli bolo naozaj najdôležitejšie dané symptómy potlačiť. Nikto sa s ňou však o nich nechcel rozprávať ani nasledujúce týždne, keď už boli farmakologickou liečbou potlačené. Ako religionista nemôžem vedieť, čo je z lekárskeho hľadiska správny postup. Od svojej komunikačnej partnerky však viem, že o svojich neobvyklých symptómoch a o ich novej povahe a príčine sa s odborníkmi rozprávať chcela. Aby mohla získať na svoje skúsenosti odlišný pohľad, musela pátrať sama v knihách či si musela na rozhovor vyhľadať alternatívneho psychoterapeuta. Aké problémy Alžbete pomáha riešiť, keď o svojich symptómoch premýšľa a rozpráva ako o prejavoch psychospirituálnej krízy či ako o duchovných zážitkoch? Aké rôzne polia praktických manipulácií sa pred Alžbetou otvárajú, keď je na jej symptómy nahliadané ako na patológiu alebo ako na prejav psychospirituálnej krízy? Aké aspekty jej života sú týmito rozličnými výkladmi a praktikami ovplyvňované a aké problémy či riešenia jej poskytujú? Na tieto otázky budem svojim ďalším výskumom hľadať podrobnejšie odpovede.

Psychické a fyzické symptómy mojich komunikačných partnerov ponímam ako hraničné objekty. Rešpektovanie ich nejednoznačnej povahy mi umožňuje vnímať úlohu rôznych praktík a konceptov alternatívnej spirituality pri zvládaní životnej krízy vo vzťahoch s ďalšími mobilizovanými stratégiami a praktikami, ktoré ako spirituálne nazývať nezvykneme.

80 Sergio Sismondo, *An Introduction to Science and Technology Studies: Second Edition*, Chichester: Wiley-Blackwell 2010, 121.

81 Z. Konopásek, „V čem spočívá pravda náboženské skutečnosti?...“, 92.

82 *Ibid.*

83 S. Sismondo, *An Introduction to Science and Technology Studies...*, 121.

84 Z. Konopásek, „V čem spočívá pravda náboženské skutečnosti?...“, 95.

Môžem tak lepšie pochopiť odlišné pozície rôznych prístupov tvoriacich využiteľné zdroje pre zvládnutie skúmanej krízy, ako i praktické možnosti, ktoré otvárajú.

Záver

V tomto článku som sa pokúsil predostrieť jeden z možných prístupov k skúmaniu rozličných praktík a konceptov alternatívnej spirituality v ich prepojenosti s riešením rozličných náročných ľudských situácií. Mojm úmyslom bolo aspoň skromne podporiť tendenciu skúmať spiritualitu v prostredí žitej každodennosti a ukázať jeden z kontextov, v ktorých by sme tieto praktiky a koncepty mohli skúmať vo väčšej spojitosti s ďalšími oblasťami každodenného zvládania života. Konkrétne som sa zameriaval na praktické funkcie a významy, ktoré môžu mať pri procese vyrovnávania sa s náročnými životnými situáciami spôsobenými nečakaným objavením sa neobvyklých psychických a fyzických symptómov.

Uviedol som takisto príklady z textov iných než religionistických, ktoré by mohli slúžiť ako inšpirácia pre naše úvahy o praktických významoch a funkciách alternatívnej spirituality. Tieto texty pochádzali z vedných oborov, ktoré sa s tematikou spirituality stretávajú v kontexte riešenia vážnych problémov ľudských životov, akými sú napríklad zdravotné problémy či nezvyčajné zážitky vybočujúce z normy bežného prežívania. Išlo o texty prameniace z výskumov transkulturne orientovanej psychiatrie a texty etnologicke zameranej kultúrnej antropológie medicíny. Oba tieto prístupy sú špecifické zohľadňovaním vzťahov medzi konkrétnou historickou dobou, kultúrou daných spoločností a formami chápania ľudského utrpenia. Ďalšou nemenej dôležitou charakteristikou týchto prístupov je záujem o utrpenie konkrétnych ľudí, v snahe pochopiť škálu praktických problémov, s ktorými sa stretávajú.

Komunikační partneri, s ktorými som uskutočňoval rozhovory, sú určitým spôsobom špecifickí. Ide o ľudí, ktorí v nejakej fáze svojich životov prežívali neobvyklé psychické a fyzické symptómy prístupné odlišným výkladom. Na ich príkladoch si namiesto abstraktných odpovedí z dotazníkov môžeme spraviť konkrétnejšiu predstavu o tom, čo prakticky môže v rozličných kontextoch znamenať, ak niekto povie, že sa napríklad cíti „viac spirituálne“ alebo „viac naplnené“. Videli sme napríklad, že Martinovi pomohlo uistenie o tom, že neobvyklé skúsenosti z púte môže chápať nie ako poruchu mozgu, ale ako prejav Ducha. Po dôkladnom preskúmaní povahy jeho symptómov bol psychoterapeutom ubezpečený o liečivom potenciáli jeho zážitku. Neobvyklé symptómy boli začlenené do inej sústavy významov a predstáv a Martin nemusel žiť v strachu z toho, že by bol duševne chorý.



Môj príspevok nie je kritikou ani spochybnením výkladov a postupov klasickej biomedicínskej psychiatrie. Mojm zámerom nie je tvrdiť, že ľudia s neobvyklými symptómami nepotrebujú brať lieky či navštevovať klasických psychiatrických odborníkov. Namiesto toho ukazujem, že výskyt neobvyklých symptómov nemusí byť vždy interpretovaný ako patológia a že niektorí ľudia sa snažia vyhnúť situácii, v ktorej by mohli byť ich skúsenosti za patológiu označené. So svojimi neobvyklými symptómami sa tak snažia pracovať spôsobmi, pri ktorých sa ich skúsenosť nepovažuje za prejav choroby, no skôr za duchovnú krízu. Touto cestou som chcel na konkrétnych príkladoch ukázať na praktické funkcie, ktoré môžu rozličné praktiky a koncepty alternatívnej spirituality zohrávať pri riešení konkrétnych životných problémov.



SUMMARY

The Practical Meaning of Spirituality in the Process of Coping with Unusual Mental Symptoms

This article is primarily theoretical. The main purpose is to outline a research approach that would contribute to a social-scientific view of alternative spirituality in the context of everyday life. I will explore the possible meanings and functions that alternative spirituality can have as one of the cultural resources that is used to cope with unusual physical and mental symptoms. Typical examples of such symptoms are hearing voices, communication with non-human beings, strange feelings in the body, uncontrollable body movement, and changes in sensory perception. These symptoms can result in a variety of personal and professional crises.

I try to illustrate the proposed theoretical approach to the study of spirituality using empirical data from my dissertation research, which were obtained through biographical interviews. The basic criterion for the selection of communication partners and their inclusion in the research was their experience with unusual mental and physical symptoms and their effort to manage this experience through the concept of psychospiritual crisis. I try to show how alternative spirituality in the context of the concept of psychospiritual crisis helped my communication partners to cope with their symptoms through a new understanding of this experience. To do this, I employ methodological and theoretical tools from various scientific fields, such as the anthropology of health and illness, transcultural psychiatry, and science and technology studies.

Keywords: alternative spirituality; coping strategy; healthcare; psychospiritual crisis; mental illness; boundary objects.

Department for the Study of Religions
Faculty of Arts
Masaryk University
Arna Nováka 1
602 00 Brno
Czech Republic

MATEJ PAULÍK

matej.paulik44@gmail.com