

Jiří Tůma, Milada Krejčí, Václav Hošek

SPIRITUALITA WELLNESS





PODĚKOVÁNÍ

Děkujeme všem, kteří nám byli nějakým způsobem nápomocni při psaní této knihy, zejména pak sponzorům, bez nichž by nemohla být vydána. Docent Tůma děkuje spoluautorům za profesionální přístup ve vědeckovýzkumném základu předložené knihy a zároveň za to, že se v tomto ohledu mohl mnohému přiučit. Profesor Hošek si váží především zaujaté iniciativy spolupracovníků v oblasti neprávem zanedbávaného tématu spirituality speciálních činností. Čím většímu okruhu lidí bude toto téma přístupné, a dosáhne se tak jeho pochopení, tím lépe. Profesorka Krejčí děkuje zejména Ludmile Vackové a jejímu manželovi Pavlu Vackovi za klidnou atmosféru v jejich domě v Kanadě, kde mohla svoje texty dokončit, i za Pavlovy obrazy, které mnohé připomněly. V neposlední řadě je třeba poděkovat kanadským rackům a jejich ochotě, které zaznívalo od moře pod oknem Vackových, kde se tato kniha také tvořila.

Nekonečnosti i dočasnosti života je možné se zasmát.

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.

**doc. PhDr. Jiří Tůma, Ph.D., prof. PaedDr. Milada Krejčí, CSc.,
prof. PhDr. Václav Hošek, DrSc.**

Knihy vznikla ve spolupráci s Vysokou školou
tělesné výchovy a sportu PALESTRA, spol. s r.o.

PALESTRA®

SPIRITUALITA WELLNESS

Hlavní autor: doc. PhDr. Jiří Tůma, Ph.D.

Spoluautoři: prof. PaedDr. Milada Krejčí, CSc., prof. PhDr. Václav Hošek, DrSc.

Recenze: prof. PaedDr. Pavol Bartík, Ph.D., PhDr. Anna Galovičová

Vydání odborné knihy schválila Vědecká redakce nakladatelství Grada Publishing, a.s.

© Grada Publishing, a.s., 2018

Cover Design © Grada Publishing, a.s., 2018

Cover Photo © depositphotos.com, 2018

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, Praha 7

jako svou 6977. publikaci

Odpovědná redaktorka Mgr. Ivana Podmolíková

Sazba a zlom Karel Mikula

Fotografie v knize prof. PaedDr. Milada Krejčí, CSc.

Počet stran 120

1. vydání, Praha 2018

Vytiskla Tiskárna v Ráji, s.r.o., Pardubice

Vydání této knihy bylo podpořeno v rámci interního projektu vědy a výzkumu VŠTVS PALESTRA, P/VSP/171/N „Spiritualita wellness“, a zároveň Grantovou agenturou České republiky v rámci projektu GAČR ID 17-25710S „Základní výzkum změn rovnováhy seniorů“.

The monograph has been supported by the internal science and research project VŠTVS PALESTRA, P/VSP/171/N “Spirituality of wellness”, and by the Czech Science Foundation – project GAČR ID 17-25710S “Basic research of balance changes in seniors”.

Názvy produktů, firem apod. použité v knize mohou být ochrannými známkami nebo registrovanými ochrannými známkami příslušných vlastníků, což není zvláštním způsobem vyznačeno.

Postupy a příklady v této knize, rovněž tak informace o lécích, jejich formách, dávkování a aplikaci jsou sestaveny s nejlepším vědomím autorů. Z jejich praktického uplatnění však pro autory ani pro nakladatelství nevyplývají žádné právní důsledky.

ISBN 978-80-271-2134-2 (ePub)

ISBN 978-80-271-2133-5 (pdf)

ISBN 978-80-247-2893-3 (print)

Obsah

Úvod	7
1 Cíl, hypotéza a metodologická východiska (Milada Krejčí)	8
2 Klasické pojetí spirituality jako religiozity (Jiří Tůma)	9
2.1 Základní charakteristiky etablovaných náboženství	13
3 Spiritualita v sekulárním světě (Jiří Tůma)	23
3.1 Vymezení pojmu spiritualita v mimonáboženském smyslu sportů a her (Václav Hošek)	24
3.2 Výchova k mimonáboženské spiritualitě prostřednictvím pobytu v přírodě (Jiří Tůma, Václav Hošek)	27
3.2.1 Prosociální chování a altruismus (Jiří Tůma)	27
4 Zdraví člověka v kontextu etablovaných filozofických a náboženských systémů (Milada Krejčí)	30
4.1 Ajurvéda a hinduistická podpora zdraví člověka	30
4.2 Buddhismus a podpora zdraví člověka	32
4.3 Významné atributy antické kultury v kontextu podpory spirituálního zdraví člověka	33
4.4 Židovská kultura a její přínos pro wellness a podporu zdraví obecně	35
4.5 Křesťanství a spirituální rozvoj ve vztahu ke zdraví a wellness	36
4.6 Islám a podpora zdraví člověka	37
5 Wellness jako oblast projevů spirituality (Milada Krejčí)	39
5.1 Fyzický potenciál projevů spirituality s uplatněním ve wellness	42
5.2 Psychický potenciál projevů spirituality s uplatněním ve wellness	45
5.3 Sociální potenciál projevů spirituality s uplatněním ve wellness	47
5.4 Duchovní potenciál projevů spirituality s uplatněním ve wellness	50
5.4.1 Dilema vědomí – svědomí (Václav Hošek)	55
6 Efekty jógy ve vztahu k wellness a kvalitě života (Milada Krejčí)	58
6.1 Systematický rozvoj potenciality člověka ve vztahu k wellness – rádžajóga	60
6.1.1 Jama – doporučení pro dosažení sebeovládání	61
6.1.2 Nijama – doporučení pro rozvoj disciplíny a vnitřní kázně	61
6.1.3 Ásany – tělesná cvičení, aktivace a rovnováha.	62
6.1.4 Pránájáma – dýchání a regulace.	63
6.1.5 Pratjahara – uvolnění, zklidnění	65
6.1.6 Dharana – koncentrace	66
6.1.7 Dhjána – meditace.	67
6.1.8 Samádhi – seberealizace, dokonalé uskutečnění	68
7 Výzkumné studie	70
7.1 Výzkumná studie <i>Religiozita v současné společnosti</i> (Jiří Tůma)	70
7.2 Výzkumná studie <i>Uplatnění jógy v resocializaci mladistvých</i> (Milada Krejčí)	76
7.3 Vybrané aspekty resocializace (Jiří Tůma)	91

Závěr	101
Summary	102
Literatura	109
Rejstřík	117
Abstrakt	119
Abstract	119
O autorech	120

Úvod

Žijeme v době narůstajícího zájmu o nejrůznější aspekty spirituality ve vztahu k lidskému zdraví. Zároveň zažívá již od roku 2000 velký rozmach fenomén wellness. Ve vztahu k podpoře zdraví se zdá zbytečným rozlišovat mezi náboženstvím a spiritualitou. Náboženské hodnoty by měly mít hluboce duchovní odezvu v lidském životě. V současné aktuální společenské situaci a postmoderním způsobu života má ale náboženství vzhledem k podpoře zdraví člověka zúžený potenciál, který souvisí s politickým směřováním náboženských proudů. Náboženství prezentuje realizaci vztahu s božstvím, kdy primární složkou je posvátnost a sakralizace. Z toho důvodu se v předložené publikaci, po základním historicko-sociálním vymezení náboženských souvislostí se životním stylem člověka a jeho zdravím, orientujeme na zdůraznění duchovního základu wellness, kdy náboženské hodnoty a sakralita mohou být mimo působení wellness, zatímco duchovnost by měla být vždy vnitřním aspektem wellness aktivit. Pro hlubší pochopení spirituálních aspektů wellness aktivit se zaměřujeme také na duchovní zdraví jako na jeden z hlavních cílů edukační činnosti wellness specialistů.

Téma duchovnosti a spirituality ve wellness vyžaduje hlubší rozbor a následnou syntézu. V české odborné literatuře bylo toto téma zkoumáno s rostoucí frekvencí a intenzitou od přelomu do 21. století spolu s iniciativami přijetí světového programu Zdraví 21 a spolu s deklarací a přijetím definice wellness WHO v roce 2000. Pojmy duchovní a spirituální jsou v českém jazyce synonymy a lze je používat promiskuálně. „Duchovnost“ znamená latinsky *spiritus* a označuje navíc také „dech“ a „vzduch“, což jsou nezbytné báze pro existenci člověka. Kvalita dýchání a kvalita ovzduší hraje v podpoře zdraví člověka klíčovou roli.

Zaměřováním pozornosti na dech lze snadno přejít k uvědomění si vlastní existence ve všední každodennosti, a tím dále ke korekci životních hodnot etických i estetických, k humánnosti v lidské komunitě ve smyslu *ecce homo* a k uchopení smyslu života. Toto propojení je jistě možné bez jakéhokoli spojení s náboženstvím. Můžeme říci, že uvedené propojení je člověku dáno faktem lidského zrození spolu s potenciálem rozvoje moudrosti a humánnosti. Bohužel současný konzumní životní styl spoluvytvářený propracovaným systémem svádění člověka k závislostem a potřebám různého druhu v zájmu obchodního zisku omezuje a odcizuje člověka, vychyluje ho z rovnováhy bio-psycho-sociálních dimenzí, čímž dochází k různým zdravotním problémům. Samotným duchovním problémem je pak mrzutý pocit nesvobody, omezování, který může vést člověka až k rezignaci nebo naopak k atakům suicidním či rasovým, náboženským, politickým aj.

Návrat k wellness, a tím k postupnému duchovnímu zotavování bývá pozvolný. Stav wellness je založen na rekreaci, kdy *re* znamená znovu a *creo* utváření harmonie a rovnováhy, především se sebou samým, a tedy zotavení od odcizení sebe sama i od ostatních, včetně odcizení se od přírodního environmentu. Transformace *self* směrem k bio-psycho-sociální a zejména duchovní rovnováze je v oblasti wellness umožněna mnoha různorodými metodami zahrnujícími zdánlivě nespirtuální prvky, jako je pohyb, uvolnění, voda, potrava. Právě prostřednictvím těchto mnohdy velmi jednoduchých metod se ale znovuobjevení autenticity stává základem ozdravení. Tím nastává žádoucí posun ke stavu, který je nazýván wellness.

autoři

1 Cíl, hypotéza a metodologická východiska

Milada Krejčí

Předložená odborná kniha je výstupem výzkumných projektů P/VSP/171/N PALESTRA a ID 17-25710S GAČR, řešených autory v metodologické podobě jednorázové transformace vstupů (vědecké informace o spiritualitě a wellness, o prostředí, kde jsou tyto fenomény uplatňovány, o vývojových trendech ve společnosti) uspořádaných do cílených etap, úkonů a koordinovaných činností. Kritériem naplnění projektů byly reálné cíle a jasné atributy vycházející z aktuální situace, ve které se právě společnost nachází, s perspektivou vize do roku 2030, neboť v tomto horizontu jsou dostupné predikce a analýzy dopadů tzv. globálních megatrendů, viz např. zpráva WEF (World Economic Forum), Ženeva 2016 aj.

Hlavní cíle a hypotéza předložené knihy

- Provést stručné historicko-sociální vymezení religiozity a hlavních náboženských směrů ve vztahu k podpoře zdraví člověka a jeho životnímu stylu.
- Vymezit duchovní potenciál fenoménu wellness jako základní objekt zkoumání.
- Orientovat se na spirituální stimuly, incentivy, pobídky s hypotézou, že náboženské hodnoty a sakralita mohou být mimo působení wellness, zatímco duchovnost by měla být vždy vnitřním aspektem wellness aktivit.

Z hlediska metodiky zkoumání uvedených jevů byly zvoleny a uplatněny metody analýzy, syntézy, indukce a dedukce s vyústěním do metody zakotvené teorie ve smyslu studia konceptu jako hlavní kategorie (Scott, 2017) a dále příčinné a operační myšlení. Kontinuálně v procesu řešení projektu byl autory brán zřetel na hysterezi, kdy v rámci zkoumání sociálních fenoménů je zdůrazňován význam historických souvislostí pro studium současných jevů a jejich predikci v budoucnu.

Kniha vznikla jako výsledek propojení profesionálního zázemí Vysoké školy tělesné výchovy a sportu PALESTRA, na které je od roku 2013 realizován magisterský studijní program „wellness specialista“, spolu s výsledky zúročení vlastní odborné přípravy autorů, jejich mnohaletých výzkumů a konečně úsilí o hledání spojitostí wellness s kulturní tradicí a s globalizovaným vývojem společnosti.

2 Klasické pojetí spirituality jako religiozity

Jiří Tůma

Při sčítání lidu, domů a bytů v roce 2011 zaznamenal celkový podíl věřících opětovný pokles oproti roku 2001, a to na počet 2 175 087 věřících v České republice, tj. 20,6 % obyvatel našeho státu. Naproti tomu 3 612 804 obyvatel České republiky uvedlo, že jsou „bez náboženské víry“ (tj. 34,2 %). Počet obyvatel ČR hlásících se k římskokatolické církvi poklesl v roce 2011 na 1 083 899 (tj. 10,9 %). Druhou největší církví je Českobratrská církev evangelická, k níž se přihlásilo 51 936 občanů, a dále Církev československá husitská, ke které se přihlásilo 39 076 občanů České republiky. Ještě nižší podíl věřících zaznamenala pravoslavná církev s počtem 27 053 členů, příznivci judaismu čítali 15 071 a svědkové Jehovovi 13 027, církev bratrská, respektive křesťanská společenství vykazovaly 10 000 věřících. Za zajímavý fakt lze považovat, že 707 649 občanů naší země se označilo za „věřící bez příslušnosti k nějaké církvi“ (ČSÚ, 2011).

V minulých i současných dobách se vyjadřování náboženských pravd projevovalo různými způsoby, často dokonce i válkami. Vyskytuje se ovšem několik skupin, které nazírají na problematiku smyslu života různě. Jedna skupina říká, že život smysl má. Jinou skupinu tvoří lidé, kteří tvrdí, že život a dějiny nemají žádný smysl, a spatřují ho jen jako slovní obrat bez určitého významu. Další skupina tvrdí, že život má smysl tehdy, když člověk tento účel naplní. Existují i skupiny, jež zastávají názor, že smysl života do dějin vkládá svět, tedy něco mimo člověka. Takový význam může existenci člověka dávat jeho práce nebo věda. Poslední skupina hledá svůj směr mimo dějinný rámec a mimo prostor i čas. Tito lidé jsou přesvědčeni, že smysl života jim může poskytnout transcendent viděná v etablovaných náboženstvích (Adorno, 2001; Kenny, 2004; Frankl, 2002).

Orientace na tomto „duchovním tržišti“ se pro člověka komplikuje a svoboda je pro něho základní charakteristikou lidské existence (Kenny, 2002). Zatímco tzv. „svoboda-od“ je snaha být nezávislý (na rodině, lidech, společenských institucích apod.), „svoboda-k“ je odpovědností vůči lidem, environmentu atd. „Svoboda-k“ je dobrovolné podřízení člověka vůči zavedeným zákonům a je propojením s etablovaným řádem (zejména náboženstvím), legislativním systémem a zároveň je zpětnou vazbou „svobody-od“.

Důležité v osobnostním a duchovním rozvoji takového člověka jsou pak hodnoty (tvůrčí, zážitkové, postojové), které platí obecně. Opravdový hodnotový duchovní zážitek, který jedince uspokojí, mohou poskytnout i nová náboženská hnutí, jež leckdy reagují na požadavky jedinců lépe než etablovaná náboženství (Adorno, 2001).

Náboženské hodnoty se nedají v některých případech předpokládat, přesto dochází ke konverzitě bez ohledu na věk, pohlaví, vzdělání aj. Je tomu pravděpodobně tím, že lidský život se uskutečňuje nejen v radosti, ale i v utrpení, které člověk vnitřně přijme, ale zároveň se adaptuje k určité víře.

Osud v životě jedince se nedá nikterak předpovídat, má ovšem dimenze biologické, psychologické i sociologické. Spiritualita jedince vyžaduje jeho svobodu, jelikož zmíněné dimenze nemohou determinovat člověka a jeho chování (nemohou ho zbavit jeho svobodné vůle a rozhodování). Člověk i v negativním prostředí, které razantně omezuje svobodu rozhodování, je schopen utvářet svou náboženskou spiritualitu. Hod-

notový systém není měřitelný. Život přináší situace k prověření etiky daného člověka, kdy mezi hodnotami musí volit. Tehdy musí zvážit volby ztráty a zisku ve svém osobnostním i duchovním rozměru. Ať už se člověk rozhodne jakkoli, má volnost přijmout minulost fakticky, nebo se z ní poučit (Frankl, 2005).

V tomto kontextu je možné hovořit také o pozitivním vlivu náboženské víry na zdravotní stav člověka, na kvalitu života a jeho smysl. Z tohoto pohledu je obhajoba a víra v Boha správná, neboť utváří něco důležitého, k čemu člověk smysluplně v životě směřuje. Člověk na vyskytnuté životní otázky, na důležitou otázku smyslu života reaguje tím, že odpovídá na své každodenní bytí. Křivohlavý (2001) uvádí, že víra totiž nepochybně pomáhá najít smysl tam, kde je člověk vystaven mnohým otázkám a pochybnostem.

Neměl by se ptát, ale je naopak tázán. Odpovědí člověka je pak přebírání zodpovědnosti, v níž je smysl lidské existence. Lidskému životu je možné dát smysl prací, zážitkem, ale i realizací hodnot a každodenních lidských potřeb. Tabulka 1 ukazuje stručný přehled nejrůznějších potřeb člověka a možností, které nabízí jejich možné naplnění vírou.

Tab. 1 Přehled potřeb člověka a jejich naplnění (Dolista, 2004)

Potřeba	Naplnění
někam patřit (společenství, parta aj.)	náboženská komunita, přátelství, vztahy
být přijímán jako osobnost (prosadit se)	obdiv (love bombing)
ulehčit v odpovědnosti za své rozhodování	jasné vedení, vzorce chování
altruismus (pomoci druhým)	služba, charita
založit kvalitní rodinu	doporučení pro dokonalou rodinu
poznávat, vědět víc, vzdělávat se	studium, semináře, meditace, vyšší vědomí
zdravý život (životospráva, wellness, ekologie)	zásady zdravého života v souladu s přírodou
touha po moci	možnost růstu v hierarchii
ovlivnit osud ve svůj vlastní prospěch	metody, techniky, principy jeho ovládní
orientace v nepoznaném (magickém)	možnost prožít, porozumět či je ovládat
zasloužit si své spasení, nalézt smysl života	úkoly a úkony k plnění
zbavit se stereotypu	tvůrčí přístup v denním životě
nespokojenost s konzumem	seberealizace, alternativní životní styl

Náboženská spiritualita může pomoci řešit smysluplnou cestou problémy, jež člověk chápe buď jako akutní, nebo chronické. Mezi problémy, které je možné charakterizovat jako akutní, patří osobní, rodinné či společenské tragédie, nemoci, živelné pohromy, smrt blízkého člověka, rozvod, dále pak změny zaměstnání, bydliště či školy. Jako chronické problémy označujeme např. různé komplexy (rasy, náboženství, nadřazenosti), osamocenenost, dlouhodobé nemoci, únavu a vyčerpání, stres, znechucení z jiných oblastí života, nefungující rodinu, nespokojenost s konzumní společností současnosti.

Náboženské myšlenky pomáhají při nesnadném duchovním hledání, při řešení problémů, které člověka obklopují. Duchovní náboženský zážitek napomáhá prožít pocit naprostého bezpečí, ztratit komplexy. Náboženskými pravdami lze víru transformovat ve zkušenost, v odpovědi na všechny otázky, ve vyplnění pocitu prázdnoty, který bývá v hedonistické konzumní společnosti pocíťován palčivě. Náboženská sugestibilita je přirozenou vlastností lidské psychiky reagovat na vnější podněty a přejímat je bez nutnosti kritického hodnocení. Záměrnou sugescí lze docílit, aby objekt tohoto působení přejal některé duševní děje, zvláště emoce a názory, a to přímo bez vlastní kritiky nebo jiného duševního zpracování. Intenzita sugesce je ovlivněna několika faktory: osobnostmi obou stran (sugerujícího a přijímajícího) a nejrůznějšími vnějšími faktory.

Vliv přenosu je sugestivnější, je-li podán duchaplnými frázemi, nenutíci k přemýšlení, vtipnými přírovnáními, důvěryhodnou osobou, z níž vyzařuje silné vlastní přesvědčení o věci, kterou předkládá, a navíc jej dokáže podepřít emočně strhujícím řečnickým přednesem. Pokud je společnou myšlenkou či zájmem spojeno více lidí, zesiluje se u nich jejich sugestibilita, a to především ve smyslu společné myšlenky (ideje), která je jim předkládána. Mezi účastníky takové skupiny nastává změna v myšlení, zvláště ve směru zvýšení sugestivnosti, nastupuje davové myšlení řídicí se zákony davové psychologie. Při ní se uplatňují spíše srozumitelné, jednoduché společenské sklony a instinkty a naopak se tlumí individuální diferencované vlastnosti získané výchovou i vzděláním. Vystupuje více společná emotivita skupiny, zpočátku bez vlivu intelektových složek, kdežto sebeovládání, smysl pro odpovědnost, altruistické sklony, přijaté zásady, společenské způsoby i zkušenosti mají vliv na společné myšlení a jednání jedinců. Společné skupinové smýšlení nabývá převahy nad individuálním. Lákavé může být „prodloužení dětství“ ve smyslu odpovědnosti někoho jiného za „moje rozhodování“. Stupeň synteticky konvenční víry, který vypracoval americký sociolog James W. Fowler, úzce souvisí s tímto tématem. Podle Fowlera (2007) počátek této víry je v období kolem 15–17 let a rozvoj pokračuje v letech mladé dospělosti. K tomuto stupni dochází především rozšířením sociální perspektivy a vývoje formálních myšlenkových operací. Rozšířený přehled ho dostává do mnoha různých vztahů, často konfliktních zájmů. Víra by měla syntetizovat toto široké spektrum do smysluplných souvislostí, a poskytnout tak jednoznačnou orientaci. Potřeba jedince získat ucelený, propojený náhled na svět vytlačuje vše negativní, co by mohlo tento náhled ohrozit. Utváří si tak jednoznačné ucelené hodnotové soudy. Člověk jedná tedy podle toho, co od něho očekávají lidé, kteří jsou pro něho významnou autoritou. Také podle víry člověk hledá svůj obraz světa a z něho vyplývající hodnoty. Jednání konformně přizpůsobuje tomu, co od něho náboženské společenství očekává. Etablovaná náboženství vytvářejí různá prostředí, kde lze dosáhnout víry na synteticky konvenčním stupni. Lze sem řadit širokou škálu sportovních a volnočasových klubů organizovaných v rámci církevních institucí. Zde se může změnit náhled člověka na život. Synteticky konvenční víra může být nahrazena vírou na dalším stupni, a to vírou individuálně reflexní. Stupně bývá dosaženo před koncem mladší dospělosti, zpravidla po 30. roce, ještě později či vůbec. Okolí je pro jedince sice významné, vědomí vlastní identity přestává být na ostatních lidech závislé, získává svobodu a zdravý náhled. Pohled z ideologie se mění na citlivější soudy reálného světa (Vojtíšek, 2007).

Je nutné si uvědomit, že člověk se přizpůsobuje vzniklým společenským vzorcům a vztahům, že již od narození své chování upravuje a formuje své vlastnosti v interpersonálních vztazích, které jsou důležité pro originalitu a výstavbu osobnosti. Člověk je

si sám sebe vědom nikoli nahodile, ale především na základě postojů svého prostředí v podobě sociální skupiny, v níž se nachází. Stává se sám sebou tím, že přejímá vzorce společnosti prostřednictvím příkazů i zákazů. Současně platí, že evoluce společenských norem, hodnot či víry svým způsobem odráží a stanovuje změny probíhající v osobnosti. Tento princip má pro pochopení procesu vstupu, bytí. Jedním z témat je, že víra na základě vědomostí a nových zkušeností obohacuje rozhled jedince (dalajláma, 2015). Významné místo v průběhu získávání zkušeností a schopností jedince může hrát i nápodoba (např. v podobě obřadů). Imitační učení, založené pouze na pozorování, nemusí vždy mít odraz v aktuálním chování, přesto však může být jednou z forem manipulace jedince. Vidíme, že jedinec během své existence je postupně včleňován do řady sociálních vztahů, struktura jeho osobnosti je v neustálém vývoji od velmi jednoduchého chápání souvislosti až po složité systémy. Abychom mohli zcela objasnit nově nastolený ráz procesu konverze, musíme včlenit do života jedince pojem „pozice, role“. Jednotlivé role na sebe vážou určitou formu společenského očekávání, kdy prostřednictvím misijní činnosti je jedním z úkazů jasně příslušnosti i odhodlání člena. Člen potvrzuje příslušnost k náboženství tím, že se učí vykonávat jistou sociální roli, ze které má celé uskupení malý či velký prospěch (např. rozdávání propagačních materiálů na veřejných místech apod.).

Komplexně lze postoj společnosti a víry vidět z pohledu, že náboženství je dosahováno vazbou vytvoření určité víry u lidí, kde víra je chápána jako objekt poznání (Novak, 2015b). Tato vazba je oboustranná a přináší člověku pocit uspokojení. Jistota takové vazby je základním předpokladem pro vývoj člověka i rozvoj způsobnosti a vykonávání určitých rolí. Z tohoto hlediska může být náboženství chápáno jako proces, pomocí kterého mohou být předávány komponenty kulturního rámce (např. hodnotové orientace, etiky, víry). Příchod náboženství s prvky kulturních rámců z území, na kterých vznikly, je příchodem na nová území právem považovaná za nová, nerespektovaná, alternativní, zvláštní, kde prvky jejich norem (např. stravování, oblékání, urbanizace, vyznávání víry, výchova dětí, učení) se neshodují s kulturou dané společnosti (Novak, 2015a).

Utváření náboženské víry může souviset s duševní energií člověka, jak ji definoval pro jednotlivé dimenze bytí již Sigmund Freud za použití známých označení „id, ego a superego“. Ego se řídí principem reality. Převádí požadavky id do praktických způsobů naplňování potřeb tak, že stanovuje povahu a vhodnou dobu uplatnění náboženských pocitů. Ego je racionální, působí na vědomé úrovni, zvažuje činy a jejich následky (Plháková, 2006).

Vnitřní náboženské konflikty, jež vznikají mezi biologickými potřebami jedince, tedy vrstvou id a náboženskými normami reprezentovanými dimenzí superega, jsou potlačovány a mohou být příčinou bio-psycho-sociální nerovnováhy, v krajním případě i poruchy, nemoci.

Podle Eysencka (2008) člověk žije třemi projevy (somatické – mentální – spirituální), které se navzájem prolínají a tvoří neoddělitelný celek. Somatické projevy jsou chápány v kontextu tělesného zdraví, saturování primárních potřeb apod. Mentální a spirituální projevy jsou chápány jako realizace vitality, pozitivních emocí, vybalancování napětí, vyrovnanost. Nenaplněním těchto tendencí vzniká napětí a frustrace, naopak naplnění vede k uspokojení a slasti. Spirituální projevy vrcholí v hodnotách, jakými jsou víra, odpovědnost. Jankovský (2003) navrhuje pro jednotlivé stupně existence člověka užívat pojmy „pud, prožívání, reflexe“ pod souhrnným názvem „vědomí“, neboť člověk

myslí, cítí a zároveň si vše uvědomuje (tab. 2). Podle Krejčí (2017) bylo toto pojetí známé již v dávném staroindickém konceptu *antahkarana* (vyšší vědomí), kdy funkcemi antahkarany jsou *man* – mysl, *buddhi* – rozum, *čitta* – jasnozřivost a *ahamkára* – ego.

Tab. 2 Vrstvy bytí člověka (Jankovský, 2003)

dimenze spirituální	superego, reflexe, duch
dimenze psychická	ego, prožívání, duše
dimenze biologická	id, pud, tělo

Z důvodu ochrany ega před jeho nárůstem a před egoistickými ohrožujícími myšlenkami či přáními, která vyvolávají úzkost, člověk mnohdy nesprávně uplatňuje opatření v podobě tzv. obranných mechanismů, jako je vytěsnění, sublimace, agrese, regrese a fixace. Naproti tomu náboženství a religiozita by měly vést k pokoře a bio-psycho-sociální rovnováze. V souvislosti s tím je potřebné uvést Freudovu teorii o snech, ve které tvrdil, že sny dávají jasný vhled do nevědomých přání osoby, že sny jsou splněním nevědomých přání. V každém snu jsou pozůstatky uplynulého dne spojující se s nevědomím. Sny mají svůj zjevný (manifestní) a skrytý (latentní) význam. První z nich je srozumitelný jedinci, který měl sen, druhý je otázkou, kterou musí rozluštit terapeut (Hunt, 2006).

Podle Freuda je víra v Boha iluzorním naplněním touhy po otci, který vyřeší všechny problémy, na něž člověk sám nestačí. Podle Freuda je tato touha infantilní, iracionální a na vědomé úrovni zapomenutá (vytěsněná), proto si nejsme vědomi psychologického základu své víry v Boha. V podstatě však jde o vztah malého dítěte k otci, který je viděn jako všemocný a který snadno prohlédne každý pokus oklamat ho. Bůh je ovšem nevyhnutelně oidipovský otec. Člověk k němu zažívá ambivalentní vztah jako k mocnému ochránci a zároveň jako k tomu, kdo svými zákazy stojí v cestě našim pudovým přáním. Strach a pocit viny, primárně nevědomý a iracionální (proto tak mocný), sekundárně vykládaný církevní doktrínou, to jsou podle Freuda mocné kořeny etablovaných náboženství (Říčan, 2002).

Freud považoval sny za královskou cestu do nevědomé mysli. Věřil, že plní funkci strážce našeho spánku a že jejich nejdůležitějším úkolem je vyplnit nevědomá přání, která by mohla snícího ve spánku rušit. Sny ovšem musí pracovat „chytře“, aby se proti nim nepostavil cenzor v podobě vědomé kontroly, morálky a etiky, které by vzbudily kritické „Já“. Jelikož člověk mívá i taková přání, za která by se styděl, nebo by si je dokonce nikdy vůbec nepřiznal, je výklad sice komplikovanou záležitostí, ale stojí za to se nad ním zamýšlet. Sen mívá mnohdy nejhlubší smysl právě tam, kde se zdá nejmzátenejší. Freud předpokládal, že sny umožňují nově zpracovat konfliktní materiál života a mají vztah ke spiritualitě.

2.1 Základní charakteristiky etablovaných náboženství

Uchopit fenomén etablovaných náboženství je velmi obtížné. V jistém ohledu svou podstatou jsou to společností uznaná, zavedená, respektovaná náboženství. Jsou vy-

mezená velmi silně historicky a kulturně – hinduismus, buddhismus, judaismus, křesťanská kultura neboli katolictví, pravoslaví, protestantismus a konečně islámská kultura neboli sunité, šíité atd.

Zajímavým termínem v souvislosti s charakteristikou etablovaných náboženských směrů je bigotnost, kdy se jedná o často přehnaně pobožnou a přitom k jiným postojům netolerantní osobu či určitý postoj. Nejedná se o religiozitu, ale o úzkostné dodržování jejich forem. Podle Ottova slovníku naučného (2003) je bigotní člověk ten, který: „...si příliš zakládá na vnějších projevech náboženských a menší příkazy náboženské úzkostlivě koná, ale nešetří vnitřní zbožnosti, důležitějších předpisů náboženských, jmenovitě spravedlnosti a lásky k bližnímu“. Sakralizace znamená v tomto kontextu proces posvátného rázu a charakteru. Vznikají tak např. posvátné předměty, jimž se přisuzují nadpřirozené vlastnosti apod.

Už nejstarší archeologické nálezy dosvědčují, že lidé vždy cítili bytostnou potřebu uctívat někoho, kdo je vyšší, mocnější a silnější než oni. České slovo „náboženství“ můžeme zřejmě chápat jako myšlení „na Bohu stojící“. Latinský pojem *religio*, jenž se objevuje s malou úpravou v řadě evropských jazyků, je patrně odvozen od slovesa *religere*, které v sobě kromě jiného skrývá i význam „na něco připevnit“. Náboženství je pokusem přijít na kloub odvěkým otázkám spojeným s lidskou existencí (kdo jsem? proč tu jsem? kam jdu?).

Německý bohoslovec Schleiermacher definoval náboženství jako „cit závislosti“. Je to vědomí, že chťe nechťe stojím v nějakém vztahu ke skutečnosti, jež mě zcela přesahuje a na níž jsem závislý. Masaryk (1934) vyjadřuje bytostnou potřebu jedince „na něčem nebo na někom viset“ lapidární otázkou: „Hřebík, nebo Bůh?“ Zde se dostáváme k vlastnímu jádru celého „problému náboženství“. Člověk má totiž o „neznámém“, jehož moc a moudrost může vidět pod hvězdným nebem, v kráse přírody i sám v sobě, své představy. Chce se tohoto tajemství zmocnit, zpřístupnit si je a stáhnout tak trochu na svou úroveň. Náboženství je v ustavičném pokušení Boha „vlastnit“, ovládnout jej a donutit k tomu, aby dělal to, co si přeje člověk. Německý filozof Buber (1997) si jednou posteskl, že „*nic nedovede zkreslit boží obličej víc než náboženství*“. Privil tak na základě dějinných zkušeností. Ani dnes se nejedná jen o minulost. „*Náboženská nenávisť, vybíjející se v atentátech fundamentalistů i v bojích celých etnik, píše krev a slzami naše moderní dějiny*“ (Buber, 1997). Člověk se snaží za každých okolností vytvářet něco, s čím se identifikuje, co chce uctívat a na čem postaví smysl svého života. Zbožšťí cokoli – hokejové mužstvo, populární zpěváky apod. Lidé hledají smysl života a svůj přesah, také pravdu a jistotu, na něž je možné se zavěsit. Nicméně stabilita těchto „hřebíků“ je velmi pochybná. A tak se za čas začne hledat hřebík nový a lepší (Rejchrt, 1995).

Pod termínem náboženství je chápána společná víra osob spojených vírou k určitému projevu božství, ve které věří. Ve světě existuje několik velkých náboženských směrů z hlediska počtu věřících a z hlediska jejich historického významu. Tradičně se označují odborným výrazem „etablovaná (světová) náboženství“. Mají značný politický vliv v různých částech světa. Náboženství lze definovat také vznikem výjimečného zážitku, daru, něčeho, co si nelze koupit, co je důležité svou vysokou hodnotou, cenné a vnitřně odměňující.

Štampach (2008) uvádí, že při sledování náboženského procesu je obvykle kladen důraz na momenty socializace, tedy na zařazení člověka do širších společenských souvislostí, na společenské hodnoty a normy, na celkové utváření osobnosti i na její osobnostní a duchovní růst. Další porozumění nám pak v této oblasti odhalí pojetí

+
náboženství v jiných kulturách a společnostech (např. Afrika, Amerika), které se vyskytují ve větších počtech a různorodostech pojetí víry, než je viditelné v naší kultuře. Náboženský proces vedle zmiňované dimenze zahrnuje i dimenzi diferenciací. Lidé, jak již bylo naznačeno, jsou socializováni v rozdílných sociokulturních prostředích, jsou postupně připravováni na odlišné sociální a profesionální role, procházejí různými socializačními drahami a jsou do společnosti integrováni na rozdílných úrovních. Tato diferenciací dimenze socializačního procesu má velký vliv na oblast víry. Samotná existence hierarchické struktury náboženského systému v určité oblasti ovlivňuje chování a jednání lidí. V této dimenzi se tedy sledují významné problémy spirituality, jejichž řešením je podmíněno odhalení mechanismů a faktorů, které zasahují i ovlivňují povahu etablovaného náboženství ve společnosti, které v určitém významu otevírají otázku nerovnosti a sociální spravedlnosti, kdy zahajují dialog náboženské svobody. Jak uvádí Ústava České republiky v Listině základních práv a svobod, čl. 15 a 16: „Svoboda myšlení, svědomí a náboženského vyznání je zaručena. Každý má právo změnit své náboženství nebo víru anebo být bez náboženského vyznání“ (Ústava, 1993). Podobně to vidí Evropská ústava, čl. II-70, neboť: „Každý má právo svobodně projevovat své náboženství nebo víru buď sám, nebo společně s jinými, soukromě, nebo veřejně, bohoslužbou, vyučováním, náboženskými úkony nebo zachováváním obřadu“ (Evropská ústava, 2005).

Ze strany společnosti proto nestačí jenom analyzovat statistické údaje o počtech náboženství a postupném získávání jejich členů, ale je třeba se zamyslet, co způsobilo tento často nečekaný nárůst rozdílných náboženských hodnot. Právě zde se projevují zásadní odlišnosti pojetí náboženských idejí mezi rozdílnými řády, ať je vidíme v rozdílném projevování náboženské víry, na otázce šancí a bariér nebo při analýze dodržování etických hodnot v určité společnosti (Lenzi, Stokl, 2014). Současně je nutné si uvědomit, že společnost je okolním vlivům dosti otevřena tak, že příchod i působení náboženství nejsou tragicky vytlačovány, jako to vidíme na územích, kde převládá jeden náboženský systém a řád (např. svět islámu). Existence rovného náboženského vyznání je předpokladem úvah o náboženské svobodě. Ovšem záruka svobodného výběru a rovného práva na soukromé vyznávání víry je problematizována vírou převažujícího etablovaného náboženství (např. hinduismu, buddhismu) i historicky na určitém území (Lechner, Gabriel, 2009). Jsou zde vidět některé zajímavé aspekty konfliktu náboženství a společnosti:

- problém práva na demokratické vyznání víry, a to samostatně, nebo skupinově (zákon č. 40/2009 Sb.)
- problém vlivu primárního sociálního prostředí na možnosti vlivu religiozity
- problém fungování celosvětového svobodného náboženského systému, bez pronásledování a válek

Tyto okruhy nepojímají celou problematiku náboženství ve společnosti. Vedle nich jistě existuje velká řada dalších faktorů a dialogů, o jejichž významu nelze pochybovat a které určitým způsobem doplňují vymezený konfliktní rámec (např. osobnostní a duchovní růst člověka, rodinná politika, manželství, ekonomické faktory).

Společnost, která tuto zásadní podmínku náboženské rovnosti splňuje, tedy po roce 1989 učinila správný krok k řešení problému rovnoprávnosti přístupu k víře a rozvoji demokracie především. Právo na náboženství je jedno ze základních práv, jež jedinec může uplatňovat vůči společnosti. Projevování víry však nemůže být založeno na

porušování zákonů, zájmů a na potřebách společnosti. Tím je zdůvodněna i nutnost regulace alternativní religiozity ze strany státu, a tedy i stanovení zákonných hranic spontánního uplatňování práva člověka na vyznání víry (zákon č. 3/2002 Sb.).

Sociální prostředí pozitivně působí na intelektuální rozvoj člověka, což některá náboženství nemohou poskytnout a dochází k destrukci jedince. To může být z pohledu většinové společnosti oprávněně chápáno jako poškozování osobnosti (Antonello, Gifford, 2015). Na druhou stranu je nutné dodat, že některá náboženství jsou ze strany společnosti neoprávněně obviňována z poškozování osobnosti, a to může vést k vyvolání zbytečných konfliktních situací. Z toho důvodu při posuzování svobodné víry je vždy potřebné vycházet ze samotné spirituality člověka, jemuž vstup do náboženství může poskytnout osobnostní i duchovní růst, smysl života v láskyplném společenství apod.

V současné společnosti začalo být nebezpečí v oblasti výskytu jevů, jako jsou náboženská nesnášenlivost, etnické a národnostní konflikty i migrace obyvatelstva. Na celém světě se bohužel zvyšuje náboženská agresivita a z toho pramenící ozbrojené konflikty, již ne na úrovni jednotlivců, ale celých velkých organizovaných skupin s nadnárodním vedením. Náboženský terorismus se stává nejen národnostním, ale celosvětovým problémem, definice je z důvodu komplexnosti velmi obtížná. V obecném smyslu je možné terorismem chápat formu organizovaného násilí proti osobám z důvodu dosažení politických, náboženských či jiných cílů. Samotný terorismus má velké množství hledisek (kulturní, filozofické, historické, politické, právní), k tomuto fenoménu je tedy nutné přistupovat z pohledu interdisciplinárního.

Jádro současného náboženského terorismu se soustředí kolem militantních islámských skupin, jež se vyskytují zejména v oblasti severní Afriky či Středního východu. Interpretace Koránu v podání těchto teroristických zfanatizovaných skupin představují v současné době důležité ohnisko, kde v zájmu víry se jednotlivci či skupiny vymanili z jejich obvyklých hranic a útočí na různé určené cíle, které mohou napadnout kdekoli na světě. Náboženský terorismus se stal problémem světové politiky i ekonomiky, který nezahrnuje pouze oblast mezilidských vztahů, ale také tlak na vnitřní politiku státu, jak jej vidíme v USA. Politika státního terorismu způsobuje strach z ohrožení vlastní suverenity a v důsledku napětí vzniká počet celosvětových lokálních i vojenských konfliktů i s tzv. islámským státem, Al-Káidou aj. *„Častěji však teroristické postupy motivuje náboženství, jež někdy vystupuje ve spojení s jinými faktory, jindy jako prvotní inspirace. Obecně se usuzuje, že v posledních desetiletích 20. a na počátku 21. století došlo k vstupu náboženského násilí po celém světě a lidé, kteří o takových záležitostech vedou záznamy, to potvrzují“* (Juergensmeyer, 2007). Současný náboženský terorismus není nic nového. V celých dějinách vidíme násilí v podobě biblických válek až po křížácká tažení, kde z důvodu víry umíralo mnoho nevinných lidí, až po současné projevy náboženských idejí v podobě „svaté války“ a náboženské nenávisti vůči okolnímu světu. Člověk se tedy nemění, mění se pouze doba, v níž žije (Ziebertz et al., 2003). Je nutné se zamyslet nad náboženskými teroristickými útoky v širším mezioborovém pojetí a najít možné východisko k řešení náboženských konfliktů, což se ale v současné společnosti jeví jako nesplnitelné.

Náboženství je odpovědí na základní prožitky vděčnosti, na darovanou existenci. Člověk, který je otevřený dané skutečnosti, ve které žije, má šanci, aby takový dar zažil, viděl a aby se pokusil na něj odpovědět. Ne každá odpověď je již náboženství. Je to určitý způsob našeho života. Není to jen něco, co jedince najednou přepadne a pak opět opustí. Náboženstvím se takový postoj stává tehdy, když je soustavný, když má nějaký

zákon, když nějaký čas vydrží, není nahodilý. Projev vděčnosti, ona odpověď musí být vyjádřitelná. I když pramen takového vidění je nevyjádřitelný, každé náboženství má snahu zkušenost vyjádřit slovy a oslovit i druhé lidi kolem sebe (Kretzmann, Stump, 2008). Podstatný rys každého náboženství je povinnost a snaha o to, co náboženství dělá a vyznává. Tento projev v podobě obřadu či zpěvu musí být zásadně uskutečňován veřejně a obracet se ke všem lidem. Náboženství je artikulovaný, soustavný a veřejný výkon úcty a vděčnosti. Úcta a vděčnost v podstatě obsahují vše, ale nezahrnují jistý prvek, a tím je zvláštní vážnost vůči skutečnosti. Náboženství je úžasem a vděčností vůči někomu. V náboženství leží poznání, že dar života je od někoho a že člověk se může na někoho obrátit. To je všeobecný základ všech náboženství (Dolista, 2004). V židovské tradici existuje okolnost, že Bůh jedince obdarovává, ale dokonce k němu i hovoří. Obrací se na něho ve větech a slovem. Bůh k jedinci mluví a dává mu zákony, příkázání. Izrael má výhodu oproti ostatním národům v tom, že právě k němu Bůh mluvil, jemu dal najevo, co má dělat, kdežto přírodní náboženství musí experimentovat (Ziebertz, 2003). Základním výrazem přírodních náboženství je oběť. Oběť zvířete je jeden z nejrozšířenějších rituálů a prvků přírodních náboženství. Podle religionistických úvah se za tímto rituálem skrývá myšlenka, že božstvo, které se vyčerpá tvořením všeho živého, musí od člověka dostat kousek nazpět, musí se posílit. V židovství se tato oběť také používá, ale náboženskou odpovědí je, že Bůh sám říká, jak má odpověď vypadat (Schmid, Schmid, 2003). Podle Kretzmann (2003) se dnes pro většinu lidí ztratil smysl přirozených věcí, jako je vděčnost, dar, úcta, víra, a zdá se, že dnešní náboženství proto stojí před velkým úkolem do budoucna: pokusit se obnovovat základní vztah úcty a vděčnosti k náboženským obsahům, ale i k obsahu celé přirozené skutečnosti člověka.

Na základě předchozích tezí uvádíme podle Vojtíška (2007) vydělení čtyř základních hledisek, jimiž lze zkoumat náboženství:

Perceptivní hledisko

Analýza zkoumání se soustředí především na nezvyklé chování, rituály, exotickou nápadnost apod. Veřejnost tyto projevy většinou přijímá s nedůvěrou, avšak mladé generaci připadá všechno nové a z normálu se vymykající se zdá velmi lákavé, atraktivní. Lákavé může být i prodloužení dětství díky závislosti na vnější autoritě, která odebírá odpovědnost za rozhodování. Panuje zde tendence soustředit se spíše na postavení konkrétní náboženské skupiny než na délku jejího působení (Vojtíšek, 2007).

Sociologické hledisko

Sociologické hledisko popisuje náboženství jako skupiny, které se přiklánějí ke zcela odlišným pojetím toho, co je skutečné, možné a morální, s poukazováním na svou jedinečnost a zvláštnost doby svého vzniku. Odmítají i jiná etablovaná náboženství na stejném území či domácí kulturu, které jsou postaveny na jiném základu víry. V tlaku od většinové společnosti uvnitř vznikají úzké sociální vztahy, vyrůstají vůdcovské a zakladatelské schopnosti, jež jsou charizmatizovány (dokumenty II. vatikánského koncilu, 1995, s. 96–115). Výhodou sociologického přístupu jsou jeho vědecké metody zkoumání.

Hledisko křesťanské teologie

Teologický přístup, na rozdíl od sociologického přístupu, uplatňuje spíše biblické normy než normy kulturní. Navíc se liší i tím, že není pouze deskriptivní. Je také srovnávací a hodnotící. Složitě srovnává jiné ideje s naukami Bible a hodnotí, zda mají právo být klasifikovány jako „křesťanské“.

Teologické soudy se totiž od perceptivních liší ve dvou důležitých ohledech:

- Jsou to soudy o doktrínách, nikoli o lidech.
- Jsou založeny na objektivnějších kritériích (z hlediska křesťanů).

Hledisko historického přístupu

Historickým přístupem se zkoumá historie a zejména zakladatelé náboženských směrů. Často se používá v souvislosti s přístupem teologickým. Zkoumá věrohodnost historických nároků náboženství či jeho spisů. Pokouší se porovnat, zda náboženství nemá přímou souvislost s jinou náboženskou ideou, která existovala již dříve v jiné podobě. Při použití tohoto kritéria je zřejmé, že vedle sebe mohou existovat náboženství s různými idejemi (Vojtíšek, 2007).

Tabulka 3 popisuje základní determinanty etablovaných náboženských směrů.

Tab. 3 *Základní determinanty etablovaných náboženství (Rejchrt, 1995)*

Náboženství	Hinduismus, buddhismus	Judaismus, křesťanství, islám
původ	asijská východní tradice	semitská západní tradice
vize	Bůh je obsažen v kolektivním vědomí živého i neživého světa a člověk se s ním setkává v duchovním rozjímání	Bůh přichází „zvenčí“ a dává se poznat ve slovech proroků
	je mnoho podob jednoho Boha	Bůh je jen jeden
	s Bohem lze splynout	Bůh je oddělený od člověka
	materiální svět je iluze	materiální svět je skutečný a stojí pod božím zákonem
	spása se týká duše	spása se týká duše i těla

Tyto základní determinanty se objevují ve všech níže stručně popsanych etablovaných náboženstvích.

Hinduismus

Hinduismus není jedním náboženstvím, ale velkou skupinou různých směrů, jako je tomu např. v křesťanství. Označení hinduismus bylo zavedeno v Evropě jako zastřešující pojem. Hinduismus je nejvíce rozšířen v Indii, Nepálu, na Bali a Mauriciu. Patří k nejstarším praktikovaným náboženstvím s kořeny sahajícími daleko před 1. tisíciletí př. n. l.

Základem hinduismu jsou *vědy*, nejstarší písemné památky lidstva, které vznikly v období 1500–400 př. n. l. (*Rgvéd, Sámavéd, Jadžurvéd, Atharvavéd*), ve slovesném podání jsou však daleko starší. Součástí véd jsou *Upanišady* podávající výklad o splynutí individuální lidské duše s Bohem. Velký význam pro věřící v hinduismu má epos *Mahábhárata*, zvláště jeho část zvaná *Rámájana* (hrdinný Ráma na cestě za vysvoboze-

ním manželky Sítý z rukou mocného démona Rávany), a dále část zvaná *Bhagavadgíta* (filozofický rozhovor mezi Krišnou, vtělením boha Višnu, a pochybujícím bojovníkem Ardžunou). Tato díla se považují za jedny z nejdůležitějších náboženských textů lidstva.

Prabhupáda (2017) uvádí oceňující výroky o *Bhagavadgítě* od Einsteina a Gándhího: „Když čtu *Bhagavadgítu*, jediné co mi přichází na mysl je, jak Bůh stvořil vesmír. Vše ostatní se zdá být malicherné“ (Einstein). „Nalézám v *Bhagavadgítě* útěchu, kterou postrádám i v ‚Kázání na hoře‘. Když mi nespokojenost zírá v tvář a když ve své samotě nevidím ani paprsek světla, utíkám se k *Bhagavadgítě*. Nalézám verš tu a verš tam a počinám se usmívat uprostřed neštěstí, která mě přemáhají. Můj život byl plný vnějších neštěstí, a nezanechala-li na mne viditelné rány, vděčím za to jediné *Bhagavadgítě*“ (Gándhí).

Hinduistou se člověk stává svým zrozením. Toto náboženství tudíž nepěstuje misijní činnosti pro šíření svého vyznání. Základní myšlenkou hinduismu je koloběh zrození – reinkarnací, přes něj se člověk dobírá poznání pravdy. Po pochopení je realizováno osvobození, spasení zvané *mókša*, jež znamená konec reinkarnací, a tudíž konec utrpení, které je jedním ze základních přívlasků života v omezeném materiálním světě. Každý čin člověka má karmický dopad, tj. je uplatněn zákon příčiny a následku. Podle hinduismu tak má člověk svůj život plně v rukou. Hinduismus je znám svým kastovním systémem, který prapůvodně vycházel z klasického společenského dělení na čtyři základní sociální třídy, tzv. *varny* neboli vrstvy, tj. třída inteligence (učitelé, duchovní), třída ochránců státu (vojáci, králové), třída obchodníků (kupci, řemeslníci), třída sloužících. Kasta je potom zvláštní výlučná skupina lidí, jejichž sociální status je předem dán zrozením. Členové se mohou vdávat a ženit v rámci jedné kasty.

Hinduistické chápání jednoho nejvyššího Boha je propojeno s tezí tří základních stavů bytí, svatou trojicí Brahma – Višnu – Šiva.

- **Brahma** – stvořitel je považován za hlavní boží projev; Brahmovou družkou je Sarasvati, bohyně vědy a učení
- **Višnu** – udržovatel je ochráncem; podle legend se Višnu na Zemi 9× inkarnoval – např. jako Krišna, Gautama Buddha, Ráma; Višnovou družkou je bohyně lásky, bohatství a prosperity Lakšmí
- **Šiva** – zvaný Ničitel, je symbolem neustálé proměny; nejznámější inkarnací Šivy je tanečník Natarádž, jehož tanec otřásl kosmem a vedl ke stvoření světa; Šivovou družkou je Párvatí, jeho synem Ganéša, božský projev moudrosti

Mezi hinduisty lze nalézt mnoho sádhuů – mužů na duchovní cestě, kteří se vědomě vzdali svého často velmi úspěšného hmotného života a vydali se na doživotní duchovní pouť.

Buddhismus

Je náboženstvím světového charakteru pocházejícím z oblasti Indie, které se rozšířilo po celé východní Asii. Vznik buddhismu je datován do 6. století př. n. l. Za zakladatele se považuje Gitana (někdy také psáno Gautama), nazvaný titulem Buddha (Probuzený). S indickým náboženstvím má buddhismus společnou víru v koloběh životů. Z tohoto koloběhu nespaturuje cestu ani v náboženských obřadech, ani v askezi. Buddha se spíše soustředil na praktické záležitosti než na náboženskou problematiku či na vztah plynoucí mezi Bohem a člověkem. Důraz kladl především na utrpení, jehož příčinou je žádostivost (Vojtišek, 1999). Celé učení buddhismu shrnuje vlastní Buddhův výrok:

„Pohledte, toto učil Buddha: pravdu o utrpení a o osvobození z utrpení“ (Rejchrt, 1995). Z postavy Buddha září klid a koncentrace. Nejstarší kanonický text uznávaný buddhisty je *Tipitaka* (tj. Tři koše), pochází z řad Buddhových pokračovatelů. U nás jsou zastoupeny významné směry buddhismu. Teravádový (jižní) buddhismus se pěstuje např. ve společnostech Přátelé Dharmy či Bodhi. Tímto náboženstvím jsou inspirovány i některé bojové sporty a školy bojového umění kung-fu, karate, aikido a další. Jsou i jedinci, kteří se věnují přednáškám a popularizaci buddhismu z vlastního zájmu. Zajímavé jsou i pokusy o snadnou, rychlou výměnu informací a vzájemné kontakty mezi českými buddhisty. Vedlo to k založení Buddhistické společnosti (Vojtíšek, 1999).

Jak uvádí Koubková (2015) podle učení tibetského buddhismu, příčinou všech forem utrpení, a tedy i nemoci, je karma, jak učí „druhá vznešená pravda“. Konkrétní nemoc je tedy podmíněna negativními emocemi a skutky z minulosti. Člověk však vůči tomu není bezmocný, ale má schopnost na současné události svobodně reagovat. Tato událost vytváří karmu, jež určuje budoucnost. V prostředí tibetského buddhismu jsou tyto příčiny nemocí označovány za vzdálené. Kromě nich ale existují i příčiny blízké, které souvisejí s bio-psycho-sociální a spirituální nerovnováhou (Koubková, 2015).

Judaismus

Jedná se o monoteistické náboženství, které vzniklo ve 2. tisíciletí př. n. l. Základní myšlenkou bylo vyvedení (tzv. exodus) židovského národa z egyptského zajetí Bohem – Otcem – Hospodinem (hebrejsky označováno tetragramem – JHVH = Já jsem, který jsem) a následné přijetí jeho zákona s nejdůležitější částí *Desaterem* na posvátné hoře Sinaj. Podle Bible se předkové Izraele dostali do Egypta, kde byli utlačováni, a okolo roku 1260 př. n. l. z Egypta pod vedením Mojžíše odešli a usadili se v oblasti Kenaánu. Dvanáct kmenů bylo později sjednoceno a vzniklo království. Prvním králem byl pomazán Saul, ale ve svém poslání selhal. Po jeho smrti se králem stal David, za jehož vládnutí se z Jeruzaléma stalo náboženské centrum. Davida po jeho smrti vystřídal na trůnu syn Šalamoun, který podtrhl náboženský význam Jeruzaléma výstavbou velkého chrámu. Zde pak byla uložena archa úmluvy. Základním textem judaismu je *Bible*. Židé věří, že obsahuje Bohem zjevenou nauku, která byla dána Izraeli – vyvolenému národu. Judaismus nevnímá Bibli jako „Starý zákon“, tedy pozdější křesťanskou reinterpretaci, ale vidí v ní knihu závazného učení a také historických kořenů, neboť židé odvozují svůj původ od osob biblických praotců. Za základ svých náboženských povinností pak židé považují smlouvu mezi Bohem a starými Izraelity. Smlouva předkládala soubor příkazů, které pokrývaly každý detail života, a srozumitelným způsobem vymezovala rámec umožňující svému lidu, aby poznal a konal boží vůli (Koubková, 2015). Náboženský život se začal přesouvat z chrámu do synagog, kde se žáci seznamovali především s tórou (pěti knihami Mojžíšovými, jež tvoří základ posvátných spisů). Chrám po zničení roku 70 n. l. již obnoven nebyl. Nejdůležitější knihou judaismu je *Bible* (tj. Starý zákon v křesťanské Bibli), na ni navazuje *Talmud*. Ten obsahuje části *Mišnu* a *Gemaru*. Ortodoxní judaismus vnímá souvislosti mezi skutky člověka a jeho nemocí. Nemoc může být pro člověka burcujícím momentem, který ho přivede k zamýšlení nad tím, jaké skutky činí. Zároveň však je zde přítomna i naděje související s konáním dobrých skutků. Ty se mohou stát jakýmsi obhájcem „souzeného“. Touto optikou je Bůh chápán jako soudce, jenž člověka může nemocí postihnout, ale také ho od utrpení zachránit (Koubková, 2015).