

Dynamika psychických procesů a výtvarná tvorba

Hana Stehlíková Babyrádová
Pavel Šafář
Júlia Zorkovská
Jana Ovčáčková



Dokořán
Masarykova univerzita

DOKORÁN

muni
PRESS

Dynamika psychických procesů a výtvarná tvorba

Hana Stehlíková Babyrádová
Pavel Šafář
Júlia Zorkovská
Jana Ovčáčková

Dokořán
Masarykova univerzita
2018

Vydání publikace bylo podpořeno v rámci projektu specifického
výzkumu PdF MU Výchova uměním MUNI/A/1107/2015

Recenzentky

doc. Mgr. Petra Šobáňová, Ph.D.

Mgr. Bc. Pavla Novotná, Ph.D.

Vědecká redakce Masarykovy univerzity

prof. Ing. Petr Dvořák, CSc.

Mgr. Iva Zlatušková

Ing. Radmila Droběnová, Ph.D.

Mgr. Tereza Fojtová

Mgr. Michaela Hanousková

doc. Mgr. Jana Horáková, Ph.D.

doc. PhDr. Mgr. Tomáš Janík, Ph.D.

doc. JUDr. Josef Kotásek, Ph.D.

doc. Mgr. et Mgr. Oldřich Krpec, Ph.D.

PhDr. Alena Mizerová

doc. Ing. Petr Pirožek, Ph.D.

doc. RNDr. Lubomír Popelínský, Ph.D.

Mgr. Kateřina Sedláčková, Ph.D.

prof. RNDr. David Trunec, CSc.

doc. PhDr. Martin Vaculík, Ph.D.

prof. MUDr. Anna Vašků, CSc.

doc. Mgr. Martin Zvonař, Ph.D.

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této elektronické publikace nesmí být reprodukována
nebo šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu
vykonavatele majetkových práv k dílu, kterého je možné kontaktovat na adrese:
Nakladatelství Masarykovy univerzity Munipress, Rybkova 19, 602 00 Brno.

© Dokořán, 2018

© Masarykova univerzita, 2018

© Hana Stehlíková Babyrádová, Pavel Šafář, Júlia Zorkovská, Jana Ovčáčková, 2018

ISBN 978-80-870-2 (Dokořán. Praha)

ISBN 978-80-210-8950-1 (Masarykova univerzita. Brno)

1

Proměny duše v arteterapii

Hana Stehlíková Babyrádová

Charakter terapie jako procesu	9
Proměnné a konstanty v terapii uměním	16
Katarze – dynamika proměny	21
Smysl tvorby a procesy léčení psychiky	25

2

Přístupy k práci s archetypem v terapii uměním

Pavel Šafář

Archetyp v terapii uměním	37
Jungjiánská analytická arteterapie – práce s vnitřními obrazy v terapii	50
Aktivní Imaginace	50
Sen jako cesta k nevědomí – práce se sny v terapii	57
Mýtus v terapii – mytologický přístup k diagnóze psychické poruchy a psychického profilu osobnosti	63
Dynamika vnitřních obrazů – symboly proměny duše	74
Symbolické jednání – otevřenost symbolu	74
Symboly bytostného Já	85
Archetypová psychoterapie – slovo a obraz v terapii	87
Změna paradigmatu	87
Archetypová – estetická psychoterapie	90
C. G. Jung, umění a arteterapie – terapeutické aspekty symbolu	96
C. G. Jung a moderní umění	96
Symbol a terapie	108

3

Premena energie — rituálně správanie a umelecká tvorba

Júlia Zorkovská

Je zvyk železná košeľa?	125
Rituál a pohľady naň	129
Očista tela na povrchu	132
Obsedantno kompulzívna porucha a rituál	132
Prieniky obsedantno-kompulzívnej poruchy a rituálu	136
Sklička dotykov	137
Byť ľahká, ako pierko, čistá, ako víla	146
Anorexia nervosa a rituál	146
Prieniky anorexie nervosa a rituálu	148
Umenie odolať – návrh konceptu odkazujúci na anorexiu	151

4

Hra jako terapie duše

Jana Ovčáčková

Tělo pláštěm duše	162
Na povrchu	176
Vzpomínka na dítě	186
Dětství v kostkách aneb hra jako zdroj inspirace	198

5

<u>Resumé</u>	213
<u>Literatura</u>	214
<u>Věcný rejstřík</u>	220
<u>O autorech</u>	222

*I ten, jehož duše je zahrada,
potřebuje věci, lidi a myšlenky.
Je však jejich přítelem, ne jejich
otrokem a šaškem.*

Carl Gustav Jung



Proměny duše v arteterapii

Hana Stehlíková Babyrádová

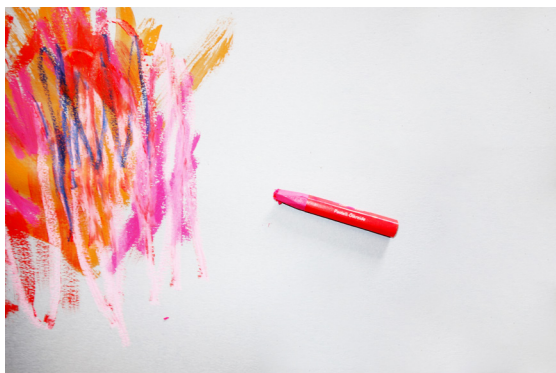
Charakter terapie jako procesu

*Nebe nelze najít nahoře ani dole,
vpravo ani vlevo, nebe lze najít přesně
ve středu prsou člověka, který má víru.*

Salvador Dalí

Psýché – duši člověka je obtížné pozorovat, její povahu nelze přesně popsat a ještě obtížnější je ji pochopit či stanovit pro ni nějakou definici. Psychiku člověka lze přirovnat k řece, jejíž proud se neustále proměňuje, a do něhož vstupuje mnoho postranních ramen, z nichž přitékají další proudy měnící její obsahy a celkové složení. Popsat detailně principy dynamiky psychických procesů je velmi těžkým úkolem pro odborníky, jako jsou psychologové, psychiatři, pedagogové či antropologové nebo sociologové. Umělci psychiku nepopisují, ale podvědomě ji vyjadřují skrze svoje díla. V umění jsou psychické fenomény symbolizovány, a právě skrze symboly jim lze částečně porozumět. Umělci, spontánní tvůrci, ale i charismatické osobnosti zabývající se terapií uměním, mají určitou výhodu, jelikož procesuální dynamiku neustále se proměňující psýché zakoušejí v dobrodružství tvorby, která se v kontextu léčení psychických poruch stává svobodným nástrojem vyjádření niterných obsahů duše jedince.

Sledovat dynamiku psychiky znamená věnovat pozornost mentálním pohybům, jež jsou málokdy předvídatelné. Podmínkou vzniku každého, jakož i mentálního pohybu je však vždy určitý impuls – motivace. Fenomény motivující psychické pohyby jsou tedy důležitými faktory ovlivňujícími jakékoliv dynamické aspekty duševních hnutí. Zde je třeba vzít v úvahu, že motivační fenomény mohou



Kresby barevnými voskovkami a fixy provedené s klienty psychiatrické léčebny byly motivovány jednoduchým zadáním, které směřovalo k zobrazení stavu vlastní mysli a pocitů. Zobrazení „proudících energií“ je v tomto případě jakousi uvolňující etudou podobající se automatické kresbě. Způsob takové vizualizace vlastního nitra signalizuje procesualnost a neustálou možnost změny. (foto Jana Ověáčková)



Obraz vznikl v kurzu arteterapie a byl vytvořen jednou studentkou, která do něj promítla svůj tísnivý životní příběh. Zadání k vytvoření obrazu znělo: Vyjádři jednu z polarit emocí – buď obraz slasti, nebo strasti. Jak autorka obrazu sama uvedla, vyjádřila obě polarity v jedné kompozici. (foto Jana Ověáčková)

sahat do hluboké časové minulosti. Například prožitky, osudová setkání a klíčové události z dětství ovlivňují lidskou psychiku po celý život. Jelikož jsou časově odlehlé, je těžké je znovu vyhledávat a vracet se k nim; pro odstartování léčebných procesů je to ale mnohdy zcela nezbytné.

V krásné literatuře jsou dynamické a někdy exaktně zcela neuchopitelné psychické procesy hlavním námětem díla, a to jak v krátkých literárních útvarech, jako jsou povídky, glosy, nebo i ve složitějších žánrech, jako jsou romány, autobiografické reflexe apod. Způsoby uchopení a vyjádření různých duševních dění slovy jsou různé. Tyto způsoby nelze nějak kategorizovat, pouze si lze všimnout, že za nejlepší autory beletrie bývají považováni ti umělci, jejichž svérázné výpovědi obsahují co nejvíce skrytých významů – konotací (metafor). Takovým autorem – mistrem metaforických sdělení – je například Jorge Luis Borges, jehož vyprávění jsou mnohdy těžko rozluštitelná, ale v každém případě z nich cítíme širokou spletnost lidské psychiky a zároveň opatrnost ve věci fixace jakýchkoliv „věčných pravd“: „Když se blíží konec, vzpomínky ztrácejí podobu. Zůstávají jen slova. Jaký div, že čas spletl slova, která kdysi byla mým obrazem, se slovy, jež symbolizovala osud toho, kdo mě po dlouhá staletí doprovázel. Byl jsem Homér. Zakrátko nebudu jako Odysseus. Nikdo. Zakrátko budu všichni: budu mrtev.“ (Borges, 2009, s. 218) Nechme se tedy poučit takovými a jim podobnými literárními díly ve věci hledání podob proměn lidské duše a zůstaňme u skromného přání naučit se iniciovat pohyby skrze obrazná vyjádření.

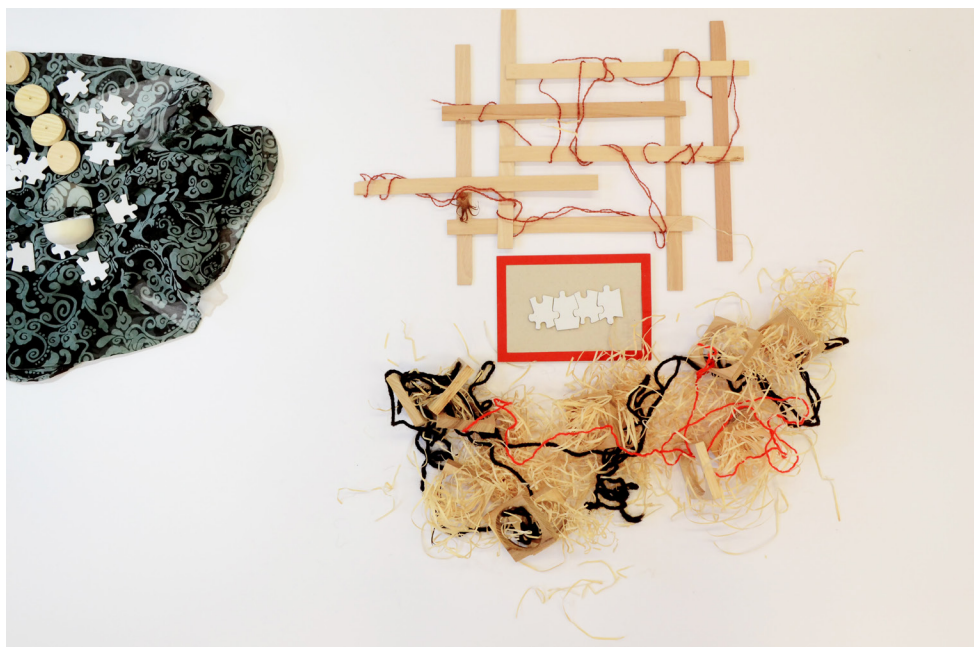
„Abych ilustroval, jak se expresivní umění používá k usnadnění stavu naladění, chtěl bych popsat cvičení, které často používám ve svých třídách. V tomto konkrétním cvičení začleňuji zvuky, rytmus, pohyb, vytváření obrazů a poezii, aby se ukázalo především to, co se stane, když se umění používá postupně, nebo to, co se často označuje jako „intermodální přenos.“ (Knill et al., s. 231, 1995)

Jak uvádí Knill, velmi důležitou součástí arteterapie související s dynamikou psychiky jsou etudy zahrnující synkretismus smyslů probouzející činnosti, v nichž dochází k transferu jednoho smyslu do druhého a zároveň k dynamizování psychických „událostí“ v mysli i v duši klienta.

V arteterapii je možno se mezioborovými postupy nebo přímo imaginativními technikami výtvarníků inspirovat. Přitažlivým zdrojem současné arteterapie je také celá oblast intermediálního umění, kdy je procesuální charakter tvorby násoben kooperací několika lidí tvořících ve vzájemné interakci ve skupině. K takovému sdílení tvůrčích procesů vybízí například jeden z mnoha intermediálních umělců Petr Váša, který napsal o svých originálních mezioborových uměleckých postupech knihu nazvanou *Tomatom*, v níž uvádí následující výzvu: „Spolupracujte jeden s druhým i sami se sebou, ať se vaše schopnosti a nadání svobodně mísí. Používejte různá média. Dělejte divadlo, video, performujte. Múzy dělají, že režírují svět kolem sebe.“ (Váša, 2014, s. 100) Z Vášova výroku je zřejmé, že nejde jen o to, že lidi „dělají umění“, ale důležité je také „že umění (múzy) tvoří svět“ a utváří i nás samotné (ve smyslu působení na naše chování, vztahy, emoce a tedy i na veškerý náš duševní život). Pokud jde o arteterapii, je pro ni právě takový druh umění jakousi „pokladnicí výzev“. To, zda se ten či onen umělecký experiment v arteterapii ujme, souvisí pouze s jeho léčebným potenciálem, který je ovšem jen těžko měřitelný.

„Ke každému prožívání patří já, které prožívá, jistý způsob, jak prožívá (souzení, představování, cítění, chtění, pochybování, vnímání, hodnocení, tvrzení...), a pak to, čeho se týká tvrzení, chtění, pochybnost... – předmět: matematická poučka, rozhodnutí... něco, co se liší od způsobu prožívání samého“ (Patočka, 1995, s. 18), píše Jan Patočka ve svých úvahách o vztahu duše a těla, který ve vztahu k našemu tématu chápeme jako klíčový. Terapie duše uvádí výše uvedené procesy jako „...představování, cítění,... vnímání

či tvrzení“ do pohybu. Jejím cílem není najít pouze jedno integrované východisko. Pracuje s prožíváním a s hodnocením a znovuzacheňováním prožívaného (Descartovo ego-cogito-cogitatum, já prožívám prožívané – jak píše Patočka).



Instalace z drobných předmětů je výsledkem zadání terapeutické etudy, kdy měly studentky arteterapie za úkol vytvořit zcela osobní sestavu z přinesených drobných předmětů, symbolizující osobní příběh z jejich života. Každý detail z instalace byl nositelem informace vypovídající o pohybech v autorčině psychice a také o jejich vyhodnocení – šlo tedy o jakousi autoreflexi. (foto Jana Ovčáčková)

Psychoterapii a také i arteterapii je třeba vnímat jako oblasti specifických mezioborových činností, jejichž charakter je procesuální. Procesy probíhající v kontextech arteterapeutických setkání lze rozlišit dle toho, zda se jedná o dění související s duševními obsahy interními (vlastní nitro klienta a jeho osobnost), nebo zda jde o externí vztahy, které klient navazuje s prostředím a s lidmi ve skupině. Je třeba vzít na vědomí, že zmíněné procesy probíhají často paralelně a jejich účinky vzhledem k terapeutickým efektům se mohou buď křížit, nebo navzájem posilovat. Jak umění, tak i psychoterapie a arteterapie mohou být prováděny individuálně i kolektivně. Povaha psychických procesů, které při obou zmíněných druzích terapie probíhají, je daná sledovanými cílovými efekty, ale je také určována nečekanými náhodami. Procesy prevence a léčení psychických problémů a psychopatologických stavů jsou dlouhodobé a jejich průběh je poměrně složitý a mnohdy i nepředvídatelný. Předpokladem iniciace těchto procesů je jednak ochota a připravenost klienta ke spolupráci s terapeutem, a jednak i způsobilost terapeuta k práci s klientem. Časté otázky kladené v souvislosti s úspěšností psychoterapie a arteterapie se týkají problému, do jaké míry lze proces terapie naplánovat a také řídit, a jakou měrou je tento proces ovlivněn improvizací, empatií a neočekávanými zvraty. V arteterapii je procesuální charakter spolusdílení materiálu, prostoru a dění mezi terapeutem a klientem zcela dominantním rysem. Terapeut se často inspiruje procesuálním a také intermediálním charakterem současného umění, neboť tvůrčí procesy přirozeně počítají s náhodou, na jejímž sdílení se autor podílí spolu s „diváky“ (diváci se stávají také aktéry samotných děl). Dynamika vnímání, myšlení a samotné tvorby se přímo dotýká i pohybů v samotné psychice. Smyslem následujícího textu je naznačit a vyhodnotit povahu těchto pohybů na konkrétních příkladech arteterapeutické práce a naznačit možnosti inovace doposud běžných metod užívaných v terapii uměním, zvláště uměním výtvarným.



Terapie obrazem realizované na praxi studentů PdF MU v psychiatrické nemocnici. Technika domalované koláže umožňuje procesuální proměny obrazu motivovaného námětem krajiny. V průběhu práce se vynořují stále nové možnosti řešení kompozice (jde o vrstvení, prolínání lazur, kombinace různých fotografických detailů), při nichž se autorům nečekaně vybavují různé momenty ze života. Toto vynořování klíčových životních prožitků a případně i přání je podmínkou otevření pohybu v psychických strukturách. (foto Jana Ovčáčková)

Proměnné a konstanty v terapii uměním

„Umělecká tvorba vyžaduje prostor, a nesejde na tom, jak moc je, či není stísněný. Nezáleží ani na tom, jestli je to místo k rozjímání či úkryt před světem, obyčejný ateliér nebo vlastnoručně stlučený srub: tak nebo tak, vždycky je to odrazový můstek sloužící fantazii k rozletu. A pro umělce-vizionáře je tento hmotný interiér bez výjimky i interiérem duševním.“ (Cardinal, 2015, s. 16)

Roger Cardinal zde mluví o spontánním umění v surovém stavu, při jehož vzniku jsou prostor i čas vnímány jako nástroje tvorby. Téměř každý průběh záměrné terapie uměním však podléhá určitým pravidlům souvisejícím s etickými zásadami uplatňovanými v léčebné praxi a ve výchovné a sociální práci. Konstantní – trvalé aspekty práce arteterapeuta vyplývají z etických zásad platných pro sociální práci jako takovou a jsou dány také jeho osobním etickým profilem, souvisejícím s jeho charismatem.

Je však třeba počítat se skutečností, že do procesu terapie uměním vstupují vždy nejméně dvě individuálně založené osobnosti – klient a terapeut, mezi nimiž se vytváří téměř intimní pouto. Vztah mezi klientem a arteterapeutem podléhá také dynamice, která by měla být ze strany terapeuta pod kontrolou a z velké části by se měla vyvíjet podle určitého plánu. Příkladem zde může být jungiánský přístup, jehož uplatnění spočívá v tom, že klienti jsou vyzýváni dlouhodobě k tvoření obrazů, a tyto jsou pak v terapii postupně dešifrovány ve vztahu k odkazům na všeobecnou kulturní platnost a výklady symbolů, které autoři obrazového materiálu spontánně použili. Procesy, které se v setkání odehrávají, jsou tedy ovlivněny oběma stranami a dá se říci, že podléhají vždy neopakovatelnému,

jedinečnému průběhu. Terapeut nahlíží skrze slovní nebo obrazové projevy do klientova soukromého života, a to jej do jisté míry zavazuje k respektu osobnosti klienta a následovně k empatickému pochopení jeho problémů. Zatímco profil klientů je proměnlivý – terapeut pokaždé pracuje s jiným klientem, profily a procesy reprezentující chování terapeuta jsou zčásti neměnné (zahrnují určité etické konstanty). Zčásti však i terapeutovo chování obsahuje prvky improvizace, při jejichž aplikaci ale nesmí překročit základní etický kodex. Mezi fixní vlastnosti arteterapeuta patří zcela jistě otevřenost, vstřícnost, profesní nadhled. Arteterapeut by měl být také flexibilní ve věci sledování mnohdy nepředvídatelných procesů odehrávajících se během klientovy tvorby.

„A tak vloží emoční prožitky vlastních motorických orgánů do externích objektů a rozpozná je v kameni nebo v drápu nebo pěsti. Toto rozpoznání můžeme chápat jako objektivaci pojmů. V kameni je ukryta, jak by řekl Platón, idea nástroje, jeho podstata, kterou musí dělník nebo sochař z kamene vyprostit. Schopnost ‚rozpoznat‘ lidský motorický orgán v kameni nebo holi je navíc projevem schopnosti promítat pocity a impulzy periferních orgánů na vnější objekty. Projekce subjektivních pocitů naplňuje subjektivitou objekt, který pak bude prožíván jako živý a nadaný impulzy.“ (Frankl, 2003, s. 36) Tímto způsobem nás Frankl upozorňuje na jakési prazáklady tvorby, které souvisí se vztahem subjektu k prostoru a k objektům, které v něm nachází a které se projektováním idejí do hmotných předmětů stávají nástroji či uměleckými díly.

Hlavním hybným faktorem psychiky jsou emoce. Emoce mohou být však pouze zčásti kontrolovány, a pokud někdo prohlašuje, že má svoje emoce, nebo dokonce i city plně pod kontrolou, je to znakem spíše určitého stagnování psychického vývoje, anebo dokonce popření jeho dynamiky jako takové.



Kartonový objekt – vymyšlená stavba. Autorem objektu je klient psychiatrické léčebny, objekt vytvořil spolu se studentkou na praxi. Dynamika vytváření celého objektu byla podmíněna skutečností, že neexistuje předem daný koncept podoby výsledného díla. Improvizace při tvoření z papírů má abreaktivní ráz – autor transformoval do vznikajících tvarů svoje asociace a představy (foto Jana Ovcáčková)



Fotodokumentace vzniku společného obrazu tří klientů motivovaného námětem imaginární krajina. Voskový pastel, akvarel na papíře. Formát A1. (foto archiv autorky)



Klienti psychiatrické léčebny při tvorbě plošných masek, vytvářených prostřiháváním z papíru a následně barevným zpracováním technikou haptického nanášení plastelíny. Masky vznikaly nejdříve v přímé interakci s arteterapeutem a později je tvořili klienti sami. Podoba masky není v tomto případě přímo dopředu koncipována – vzniká při roztírání barevných hmot a je stále proměňována. Emocionální výraz masky se rodí pouze jakoby z náhody – v konečné fázi symbolizuje podoba hlavy některý z palčivých problémů klienta. (foto Jana Ovcáčková)

„Filozoficky jsem přesvědčen, že síla organizované arteterapie byla přesně v jeho rozmanitosti. Funkčně však tyto rozdíly – vyjádřené silnými, individualistickými a vokálními osobnostmi – často vedly ke konkurenční bitvě o moc a dominantní postavení v komunitě umělecké terapie, která spotřebovává důležitou vnitřní energii, která by mohla být lépe využita i jinde.“¹

Z Jungových úvah o smyslu arteterapie vyplývá, že při malování, kreslení či jiných výtvarných aktivitách inspirovaných duševními hnutími dochází k jakémusi přelévání sil zevnitř ven a naopak. Toto „přelévání“ či „proudění“ je podmínkou dalšího psychického vývoje klientů arteterapie, který je v symbolech předznamenán v jejich výtvarných produktech.

Na počátku každé tvorby, jedná-li se o tvorbu vypovídající o nitru jedince, jsou emoce. Emoce nevznikají náhodně – jsou to sociálně konstruované procesy, zahrnující osobní zážitky libosti a nelibosti, jsou často doprovázené fyziologickými změnami, motorickými projevy, a mají vliv i na proměny chování.

1 „Philosophically, I am convinced that the strength of organized arttherapy has been exactly in its inclusiveness of differences. Functionally, however, these differences – expressed by strong, individualistic and vocal personalities – have often resulted in a competitive battle for power and dominance in the art therapy community, which consumes important energy internally that could be better used elsewhere.“

Junge, M. B. (2014). *Identity and Art Therapy: Personal and Professional Perspectives*. Springfield, Illinois, U.S.A.: Charles C Thomas.

MLA (Modern Language Association)

Junge, Maxine Borowsky. *Identity And Art Therapy: Personal And Professional Perspectives*. Springfield, Illinois, U.S.A.: Charles C Thomas, 2014. eBook Collection (EBSCOhost). Web. 31 Jan. 2017.

Hliněné objekty vytvořené klienty psychiatrické léčebny. Anděl na první fotografii představuje spontánní práci, která vznikla mimo arteterapeutická zadání. Objekty na další fotografii vznikly jako otisky rukou a paží se záměrem vyvolat pohyb téměř „psychofyzický“ – fyzické otisky probouzely představy o prostoru a o budoucí prostorové instalaci motivované nejrůznějšími tématy, jako například schránka, vize domu, úkryt apod. (foto Jana Ovčáčková)



Katarze – dynamika proměny

Už nezáleželo na ničem. Vyčerpávající boj o neposkvrněnost duše, věčné potlačování touhy železnou vůlí, všechno bylo zbytečné. Stačil jediný dotyk, aby vybuchla síla, která v něm dřímala, a propukl chaos, v němž rozum podlehl vášni a vůle ducha vůlí těla!

Zjistila jsem, že můj deník je svého druhu katarze, ve které psaní neběhá kolem dokolečka, jak to někdy dělají myšlenky o některých událostech.

Colleen McCulloughová

Dynamické proměny psychických stavů obsahují určité klíčové body, které nazýváme „katarze“. Tento pojem je převzat z řečtiny (katharsis), kde označoval vnitřní očištění člověka – zejména hrdiny dramatu, a byl spjat s momenty, kdy se dotyčný nacházel na pomezí dobra a zla. Psychoterapie převzala tento pojem také v souvislosti s faktem, že prožití uměleckého díla uvolňuje napjaté vztahy a stavy. Symbolizace této vyhrocené situace skrze dílo je katalyzátorem pro spuštění abreakce (uvolnění napětí). V tomto případě se mluví o katarzním efektu či účinku. Co se týká celkové dynamiky vývoje vztahu mezi arteterapeutem a klientem, mezi klientem a materiálem, mezi světem imaginace a konečnou podobou díla, je dosažení katarzního účinku klíčovým momentem terapeutického procesu.

„Umělecký terapeut, který popírá negativní účinky podskupin, doslova nevidí, co se děje v uměleckém ateliéru.“

V této situaci je ve studiu nedostatek dohledu. Ústředním principem efektivního jednání s dospívajícími je, že pokud jste dospělý terapeut, nekomentujete chování dospívajících, dospívající se domnívá, že jej schvalujete. Umělec-terapeut, který je v popírání, neslyší ani neodpovídá tak, jak by měl. Terapeut ignoruje nepřátelské nebo sexuální vtipy a komentáře, a někdy se dokonce účastní. Existuje smysl, za kterým je odmítnutí terapeuta velmi důležité. Odmítnutí je strach z dětského vzteku, který by mohl být vyjádřen dospělým, pokud je požádán, aby odložil uspokojení, a očekává se, že se bude zabývat skutečnými základními otázkami sebeúcty, ztráty kontroly a osamělosti.² Americký arteterapeut Moon hovoří o nutnosti všít si při tvorbě klientů arteterapie i zdánlivě nepodstatných detailů, které v konečné fázi mohou o dynamice psychických proměn autora vyprávět a mohou osvětlit i samotné katarzní momenty v psychoterapeutických účincích výtvarného projevu.

Pojem katarze je vyložen už v Aristotelově *Poetice*, kde autor přičítá velký význam katarzním procesům v psychice (v duši), z nichž za nejdůležitější považuje prožití nejprve utrpení, strachu a následného očištění. Později

2 “The art therapist who is in denial about the negative effects of subgrouping literally does not see what is going on in the arts studio. In this situation, there is a lack of supervision in the studio. A central tenet of dealing effectively with adolescents is, if as an adult therapist, you do not comment on an adolescent’s behavior, the adolescent will assume you approve of it. But the artist-therapist who is in denial does not hear or respond in the way she should. The therapist ignores hostile or sexual jokes and comments, and sometimes even participates in them. There is meaning beneath this therapist’s denial that is very important. Denial is a fear of the infantile rage that might be expressed by the adolescent if she is asked to put off gratification and is expected to deal with the real underlying issues of self-esteem, loss of control, and loneliness.”

APA (American Psychological Association)

Moon, B. L. (2012). *The Dynamics of Art As Therapy with Adolescents*. Springfield: Charles C Thomas.

MLA (Modern Language Association)

Moon, Bruce L. *The Dynamics Of Art As Therapy With Adolescents*. Springfield: Charles C Thomas, 2012. eBook Collection (EBSCOhost). Web. 31 Jan. 2017.

zejména v křesťanství je katarze ztotožňována s projevy víry v boha, která zahrnuje prožitky odříkání, oběti či doslova utrpení, které je nutno absolvovat, aby byl člověk spasen – očištěn a aby se mohl dostat do vyšších duchovních sfér. Teprve ten, kdo prožije toto očištění, se dostává do stavu vyrovnanosti a je připraven na další etapu života. Sigmund Freud upozornil pak na nebezpečí způsobené vyhýbáním se katarzi ve smyslu opomíjení příležitostí k vybití hněvu, vzteku a jiných negativních emocí. Absence využití možnosti abreakce alespoň symbolickým zažitím zla vede podle něj ke vzniku neuróz.

Psychika člověka podléhá změnám po celý život a v určitých obdobích může vykazovat i známku regrese ve smyslu návratu k dřívějším ontogenetickým stadiím – například do dětství: „S archetypem dítěte jsme se setkali ve spontánních i terapeuticky indukovaných individuálních procesech. První projev ‚dítěte‘ je zpravidla naprosto nevědomý fenomén. Pacient se tu ztotožňuje se svým duševním infantilismem. Potom pod vlivem terapie dosáhne více nebo méně postupného oddělení a objektivizace ‚dítěte‘, totožnost se tedy hroutí a je provázena (někdy technicky navozeným) zintenzivněním fantazie; výsledkem je, že archaické nebo mytologické rysy jsou stále zřetelnější. Další transformace probíhá v souladu s hrdinským mýtem. Motiv ‚velkých‘ činů zpravidla chybí, na druhé straně však hrají stále větší roli mytická nebezpečí.“ (Kerényi, Jung, 1997, s. 103)

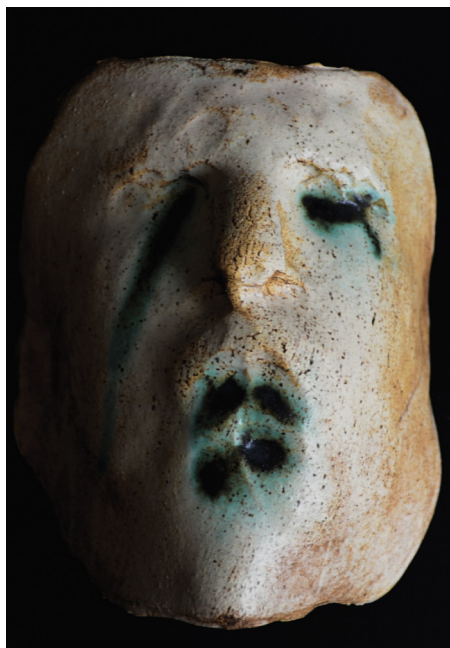
Originální oděv vytvořený klientem psychiatrie (na fotografii jako model student, který inspiroval klienta k vytvoření pomalovaného trička v rámci své praxe).





Malířské zpracování námětu masky klientkou psychiatrické léčebny, formát A3, akryl. Hlava – maska má jednoduchý tvar, expresivně působí především barva pozadí. Oči i ústa jsou vyplněny žlutou a černou barvou, jinak je obličejová část modelována okrovými a hnědými odstíny. To vše kontrastuje s nápadně červeně vyplněnými pozadím. Konečný výklad tohoto způsobu rozvržení obrazu lze vyložit tak, že autorka zobrazila sebe v jakémsi výrazu údivu s pootevřenými ústy v kontrastu se svými okolím symbolizovaným červeně. Tato interpretace vyvolává otázku, zda tedy právě ona sama není v rozporu s externím prostředím, nebo zda jím není přímo ohrožena. (foto Jana Ovčáčková)

Otisky obličejů v keramické hlině – po přezahu byly objekty poglazovány a vypáleny při 1 150 °C. Autory jsou klienti Psychiatrické nemocnice v Černovicích v Brně. (foto Jana Ovčáčková)



Smysl tvorby a procesy léčení psychiky

*V úzkých hrdlech řek pod jazyky vod
se kutálejí oblázky. Trhliny
v řeči mají větší důležitost
než karetní hra slov.*

D. Ž. Bor (2004, s. 21)

Každá tvorba, pokud nemá pouze reprezentativní či doslova pragmatický ráz je spojena s procesy vyvolávání představ, nebo dokonce s pronikáním do fikčních světů imaginace. V praxi se můžeme setkat s námitkou, že tyto fikční světy jsou chaotické a neuchopitelné, že je těžké se v nich vyznat. Při delším kontaktu s klientem arteterapie si však pomocí intuice i profesního odstupu můžeme vytvořit schopnost reflektovat určité pravidelně se opakující typické znaky objevující se v případech tvorby klientů. Tyto znaky se pak stanou základem našich reflexí ve formě kazuistik.

Výtvarná tvorba v nejširším slova smyslu má různé účely. Zatímco původní smysl výtvarných děl byl ztotožňován s magickým účelem, v historickém vývoji podléhaly funkce a účel umění stále více reprezentaci. V současnosti nelze sice roli arteterapeuta ztotožňovat s rolí šamana, je však zřejmé, že původní prezentativní funkce umění, která spočívala ve zpřítomňování (prezentace) jednoty přírodních, fyzických a psychických elementů, je pro léčebné procesy důležitější, než funkce reprezentativní. V tomto smyslu má například soudobé výtvarné umění, které je intermediální, určitou výhodu oproti klasicky pojímaným uměleckým oblastem, jako je literatura, hudba, dramatická a pohybová umění. V arteterapii je potřeba přechodu z pozice čtení nebo pouhého poslechu či dívání se na obrazy do prostoru

vlastního snění velmi naléhavá. Gaston Bachelard vyjadřuje potřebu plynulého přecházení od čtení k obrazovému snění následovně: „Je to jedno z tisíce snění, jež nás vynášíjí mimo svět, staví nás do jiného světa, a romanopisec je potřeboval, aby nás přenesl do tohoto zászvětí, do světa nové lásky. Lidé tísnění lidskými starostmi sem nevstoupí. Čtenáře knihy, který sleduje vlnění velké vášně, může tento vstup kosmičnosti překvapit. Čte knihu takřka jen lineárně, sleduje jen nit lidských událostí. Pro něj události nepotřebují obraz. O kolik snění nás však lineární snění připravuje!“ (Bachelard, 2004, s. 167)

Při iniciaci pohybu psychických procesů je nutno na začátku věnovat pozornost procesu vyvolání představ, kterému se také v arteterapii říká „aktivní imaginace“. Jako motivace vyvolávání určitých představ v mysli a ve své vlastní fantazii mohou posloužit nejrůznější techniky. Jde například o aplikaci synkretického vnímání (vnímání všemi smysly najednou), kdy dochází k zintenzivnění imaginativních schopností. K vyvolání vizuálních představ a otevření fantazie může sloužit i aktivní poslech určitého druhu hudby nebo zainteresovaná³ četba uměleckých textů (příběhů) či pouhé citování jednotlivých slov nebo krátkých vět (asociační metody). Jeden z nezáhadnějších českých umělců, Mikuláš Medek, ve svých textech popisuje například užitečnost surrealistických metod: „Metody vytváření surrealistických obrazů byly využívány jako prostředky dosažení toho, čemu surrealisté říkali vnitřní model. Vnější model – malíř převádí jeovou, optickou skutečnost do obrazu, popisuje ji a zaujímá k ní stanovisko. Vnitřní model je tam, kde se středem malířova zájmu stává vnitřní stav člověka, tedy jeho psychika (touha, strach, láska atd.). K tomu, aby umělec dokázal popsat oblast mentálních situací a představ člověka, aby dokázal tuto celou oblast

³ Pod pojmy „aktivní poslech“ a „zainteresovaná četba“ je míněna duševní spoluúčast na prožívání zvuku hudby nebo na vnímání a porozumění textu krásné literatury.

ztvárnit, dát jí určitý tvar, k tomu surrealističtí malíři volili několik metod: psychický automatismus (Miró, Tanguy), surrealistický objekt, koláž (Duchamp, Ernst), dekalk, frotáž (Ernst, Dominguez). (Medek, 1995, s. 26)

Postupy surrealistů jsou pro arteterapii inspirativní, jelikož jsou zaměřeny na práci s podvědomím a s experimenty s psychikou nejrůznějšího druhu. Rozdíl je ovšem v tom, že terapeut nemůže podobně, jako to činili umělci s psychickými motivacemi výtvarného projevu, neomezeně experimentovat, protože sleduje léčebné cíle. Sleduje tedy spíše vývoj psychiky během výtvarného vyjadřování a v obrazech zviditelněných příběhů čte sdělení týkající se osudu jedince.

„Označení tohoto přístupu jako existenční arteterapie odolává definici. Základní principy existenciální filozofie neumožňují kvantifikaci ani empirismu. Přesto budu začínat definicí, která otevře téma pro diskusi: Existenciální arteterapie je dynamický přístup k terapeutickému využití uměleckých procesů a obrazů, které se zaměřují na konečné obavy lidské existence.“⁴ (Moon, 2019, s. 160)

Například spontánně vytvořené umění – art brut, z něhož arteterapie může čerpat, představuje v kontextu hodnocení významu celé umělecké produkce zcela zvláštní kapitolu, neboť je mu jeho obdivovateli přisuzována téměř spásitelská role: „Art brut je součástí lidských dějin, zcela nepochybně je to jeden z nejdůležitějších pokladů, o které se musíme dělit: jen je třeba se přitom držet několika základních pravidel. A také nezapomínat, že velká část těchto děl je dokladem snahy o nápravu, o zastavení pádu, o záchranu sebe sama.“ (Šafářová, 2015, s. 183)

⁴ „The designation of this approach as existential art therapyv resists con-cise definition. The foundational principles of existential philosophydo not lend themselves to quantification or empiricism. Still, I will begin with a definition to open the topic for discussion: Existential arttherapy is a dynamic approach to the therapeutic use of arts processesand imagery that focuses attention on the ultimate concerns of humanexistence.“

Probudit v amatérském tvůrci zájem o výtvarný projev a doslova „rozpohybovat v okamžiku probuzení tohoto zájmu i jeho psychiku“, zejména pokud nemá žádné vlastní zkušenosti s tvorbou, je někdy velmi obtížné. Při iniciaci výtvarného tvoření je nutno mimo jiné věnovat pozornost procesu odbourávání zábran v práci s materiálem. Například klienti s psychotickým onemocněním mohou mít zábrany při práci s jakýmkoliv materiálem. K uvolnění může dojít právě při zapojení celé skupiny, kdy si musí při práci vzájemně pomáhat.

Finální podobu toho, co v arteterapii vzniká, ovlivňuje už od začátku práce míra kreativity, se kterou klienti přistupují ke zpracování materiálu. Skutečné psychické obsahy vyvěrající z jejich niterného světa lze ztvárňovat pouze tehdy, když nejsou klientům nabízeny šablony, schematizované přístupy a pouze na efekt zaměřené techniky výtvarné práce. Hlína jako jeden z nejdostupnějších a nejtvárnějších materiálů skýtá nepřeberné možnosti výrazu, zacházení s hlinou ale vyžaduje určitá poučení a trpělivost. Už samotná volba materiálu ovlivňuje možnost projekce vlastních pocitů do konečného díla. Klíčové aktivity v motivační fázi arteterapie by však měly být zaměřeny v individuální práci na sebezpytování a v práci skupinové pak na vzájemné poznávání a odhalování nejen toho, jak se vidím já, ale také toho, jak mne vnímají jiní. Marian Liebmannová o tom píše: „Záměrem sezení (předcházejícího vytváření masek) bylo připravit lidi na vzájemné rozhovory, začínalo se nějakým známým tématem. V sezeních rozvíjejících sociální dovednosti lidé často diskutují o svých ‚tvářích‘, svých fasádách, o nichž se začali domnívat, že to jsou skutečně ‚oni‘ sami. Často si své vlastní masky neuvědomovali, ale mnohem jednodušší bylo vidět je u druhých lidí.“ (Liebmann, 2010, s. 95)

Dynamika psychiky je v širších souvislostech však pouhým nástrojem dosažení moudrosti a zkušenosti a v konečné fázi i nadhledu. Otevřeným změnám jsou často v procesu arteterapie přístupnější ženy. Hledání

uplatnění celé škály psychických potencialit se pro ženu může stát dlouhodobým procesem směřujícím k nalezení „vnitřního božství“ ve smyslu rozvinutí specificky femininních potencialit psychiky: „Většinu lidí trvá celý život, než si jejich psyché najde vztah k bohyni. Ta se v duši objevuje ve své trojrozměrné přirozenosti, někdy jako panna, někdy jako matka, někdy jako stařena. Avšak naše kultura tak brutálně potlačila jen stařenu. Tato vědma, která uzdravuje a proměňuje, byla jednou z největších hrozeb patriarchálního světa. Je ironické, že se zakládáním univerzit (center jednoty) se v 11. století přirozené nadání žen pro to, aby udílely rady, uzdravovaly a byly nositelkami moudrosti, omezilo, protože ženám se ve studiu bránilo.“ (Bly, Woodmanová, 2002, s. 73)

Co se týká procesuálního a dynamického charakteru psychiky a jejich proměn v průběhu terapie uměním, je téměř nezbytnou potřebou pracovat s emocemi, a to dle jejich kvality – tedy s emocemi jednoduchými (nazývanými také nižšími) a zároveň i s emocemi komplikovanými (vyššími). Mezi jednoduché emoce můžeme zařadit například hněv, radost, nadšení, zoufalství, strach, odpor, děs, stud: patří sem ale i pudové projevy, jako je hlad, sex, únava. Ke složitějším emocím pak patří například láska, smutek apod. Emoce lze vyhodnocovat také dle délky a intenzity jejich trvání – krátkodobé emoce jsou označovány jako afekty, střednědobé jako nálady a dlouhodobé emoce nazýváme city.

V prvních fázích arteterapeutických sezení můžeme zařazovat expresivní reakce vizualizované v okamžitých obrazech (gestická kresba nebo malba). Obrazové nebo pouze gestické vyjádření afektu má abreaktivní funkci. Dochází zde k posunu vlastního prožitku do symbolu a ke zbavení se negativních pocitů nebo naopak k upevnění euforických zážitků.

Námětem sebevyjádření můžeme učinit ale také vyšší emoční stav – náladu. Kvalita našich nálad ovlivňuje

i psychické funkce jako pozornost, motivaci, myšlení, paměť, chování. Pro trvalé léčebné efekty je třeba ale využít i ovlivňování dlouhodobých emočních vztahů – citů, které se přímo podílejí na utváření osobnosti a jejího vztahového pole. Jde zde například o všeobecně lidské vlastnosti jako například přátelství, lásku, vášeň, ale i nenávisť, cit pro spravedlnost, svobodu atd.

Vyšší emoce se týkají etického a morálního profilu osobnosti. Jsou to trvalé vlastnosti člověka projevující se v jeho jednání a postojích. Jedinec je nabývá tzv. sociálním učením se ve společnosti, kde žije. V získávání vyšších emocí sehrávají určitou roli autority, které se mohou v krajních případech transformovat v „modly“ (tyto jsou uctívány bez ohledu na vlastní mínění jedince a přijímány jako autority bez výhrad). Nelze opomenout skutečnost, že na utváření vyšších emocí má velký podíl prostředí a společenství, v němž je jedinec vychováván. Při výchově však může dojít k otevřené negaci většinového uznávání autorit a k vyhledávání vlastních, s preferencemi společnosti kontrastujících, vzorů.

Výtvarná tvorba, má-li být skutečně vnitřně prožívána a vnímána, případně interpretována ve vztahu k osobnímu psychickému rozpoložení a dalšímu duševnímu vývoji autora, je s dynamikou psychických procesů přímo spjatá. Její význam spočívá v tom, že zpravidla to, co nelze slovy zcela přesně vyjádřit, a proměny, které lze jen obtížně postihnout v pojmech, je možné uchopit v symbolických obrazech.

Je těžké vyprávět o sobě slovy, je však schůdnější podělit se o své niterné proměny skrze obrazy. Uchopit a dále i interpretovat dynamiku psychických procesů odehrávajících se v hlavě jedince a ovlivňujících i jeho fyzickou stránku znamená ale iniciovat a hodnotit tvorbu v delším časovém úseku. Nelze předpokládat změny ze dne na den.

Každopádně dobře a soustavně praktikovaná arteterapie (zahrnující i autoarteterapeutické stránky výtvarného vyjadřování) pracuje s dynamikou jak nižších emocí a instinktů či pudů, tak i s vyššími city, které jsou v průběhu tvorby kultivovány a tříbeny a které v konečné fázi ovlivňují utváření osobnostního charakteru a podílejí se na způsobu sociálního chování. Důležité je na začátku terapeutického procesu zařadit smysly probouzející jednoduchá cvičení a teprve postupně přecházet k složitější výtvarné artikulaci pocitů a citů. Vnímání, zrakové představy a jejich vyjadřování je třeba stále motivovat vhodnými metodami, nutné je také rozvíjet pozorování, pocitování, prožívání a posléze abstrahování, reflexi a myšlení. Rozvíjíme také vnitřní a vnější řeč a pěstujeme paměť.

Věnujeme-li se v tomto textu tématu dynamiky psychických procesů a jejímu vyjadřování prostřednictvím arteterapie, je třeba zmínit také jistá úskalí provázející stavy „psychické strnulosti“. Tyto stavy mohou mít různé příčiny, často jsou zapříčiněny stresem, nedostatkem podnětů k sebereflexi a k seberozvoji a omezením kontaktů s okolím. Stavy psychické stagnace se jen těžko „rozhybávají“ a je třeba přiznat, že pro výtvarné ale i jiné vyjadřování expresivního charakteru slouží lépe stavy psychické rozjitřenosti, exaltovanosti, byť by šlo i třeba o krizové periody života přinášející utrpení a bolest. Stres a jiné krizové životní situace uvádějí do pohybu psychiku, kterou je potřeba stabilizovat. Obtížně zvládnutelný zlom však nastává tedy, když se jedinec dostane do patologického stavu, jehož symptomy vykazují trvalejší psychickou

poruchu. Zde je potřeba diagnostikovat daný stav a určit příčiny specifikující druh psychické poruchy či nemoci a stanovit terapeutické metody. Arteterapie pak může přispět k celkovému léčení psychopatologických stavů a přímo ovlivňuje samotné psychické procesy a jejich proměny. V motivačních fázích terapeutického tvoření jde o zapojení procesů souvisejících s vnímáním, v dalších fázích pak jde také o iniciaci psychických aktivit souvisejících s vyvoláváním nálad a citových stavů, dále pak s pozorností a upevňováním paměti a rozvíjením kognitivních schopností. Umělecké aktivity mohou působit i na utváření psychických vlastností a charakteru a na rozvoj celkové psychické citlivosti vůči světu. Celá řada psychopatologických jevů je způsobena nedostatkem příležitostí k aktivaci čivosti (základních počitkových procesů). Omezení schopnosti vnímat a vyhodnocovat jednoduché vjemy jako barvu, chuť, tvar, vůni může být počátkem frustrace, stresu a předpokladem vzniku a rozvinutí psychické poruchy. V arteterapii zejména v prvních počátcích je důležité nejprve zařazovat aktivity probouzející nejrůznější druhy pohybové a prostorové představivosti. Složitější aktivity pak mohou rozvíjet vizuální, akustickou a motorickou paměť. Teprve postupně rozvíjíme citové a volní vlastnosti. Při složitějších úkolech jde pak o zapojení kulturních a sociálních schopností, sociálních interakcí, nebo dokonce vzdělávání.

Fotografie zachycují proces vzniku společného keramického objektu v arteterapeutickém ateliéru psychiatrické léčebny. Zadání bylo jednoduché – vytvoření duté hory se zapojením válení, hmatání a „přilepování“ jednotlivých částí. Soudržnost celé „stavby“ byla přímo závislá na vložené energii autorů a jejich spolupráci. Finální objekt byl vysušen, pokryt engobami a vypálen v peci. (foto Jana Ovčáčková)





2

Přístupy k práci s archetypem v terapii uměním

Archetyp v terapii uměním

Archetypy patří k nezcizitelné součásti každé psýché a tvoří onen „poklad v poli temných představ“, o němž mluví Kant a o němž nás bohatě zpravují nespočetné motivy pokladu ve folklóru. Archetyp o sobě patří k nejvyšším hodnotám lidské duše a zalídlil proto všechny Olympy všech náboženství.

Carl Gustav Jung

Objev nevědomí na počátku 20. století je připisován psychoanalýze a především jejímu zakladateli S. Freudovi, který zásadně pozměnil pohled na člověka a na jeho biologické, kulturní a společenské podmínky. Již před Freudem mnozí myslitelé pracovali s fenoménem, který měl podobné charakteristiky jako nevědomí. A. Schopenhauer mluvil o nevědomé vůli k životu, která prý v našem tajuplném nitru pohání svého služebníka – intelekt: „Vůle je jako statný slepec, který nese na svých ramenou vidoucího, ale chromého člověka. Pouze zdánlivě jsou lidé přitahováni něčím, co je před nimi, ve skutečnosti jsou poháněni zezadu. Žene je nevědomá vůle k životu.“ (Schopenhauer, 1998, cit. dle Störig, 2000, s. 387) Na tyto myšlenky navázal Friedrich Nietzsche, který rozpoznal dva estetické principy – apollinský princip dobra, krásy a řádu a princip dionýský, noční, chaotický a dynamický, ve kterém lze spatřovat jakýsi předstupeň psychologického pojmu nevědomí. „Oba tak venkoncem rozdílné pudy postupují vedle sebe, jsouce skoro napořád v otevřeném sporu a dráždíce se bez

přestání k novým, silnějším výtvorům, v nichž se ustaluje onen protiklad, jen zdánlivě překlenutý společným výrazem „umění.“ (Nietzsche, 1993, s. 12–13) Není divu, že tito myslitelé ovlivnili švýcarského lékaře a psychoterapeuta, C. G. Junga, který pojmu nevědomí přidal nový rozměr v konceptu nevědomí kolektivního.⁵

C. G. Jung pak překračuje hranice psychologie a jeho myšlenky se stávají inspirativními pro filozofii, etiku, politiku, historii, literární vědu a vědy o umění obecně. Jung začal svou vědeckou dráhu svým příspěvkem k psychoanalýze, který spočíval zejména v objevu slovního asociačního experimentu. Jung spolupracoval se S. Freudem, avšak po počáteční spolupráci se později tito zakladatelé psychoanalýzy neshodli na charakteru nevědomých materiálů a jejich cesty se rozdělily. Jung odmítal Freudův jednostranně orientovaný přístup k nevědomí jako oblasti, kde se ukrývají výhradně potlačené sexuální touhy. Vedle těchto sexuálních potřeb rozpoznal Jung zejména v kolektivním nevědomí potřeby a zdroje obecné lidské duchovní povahy a paměti. Jak výstižně popisuje analytický psycholog a interpret díla C. G. Junga, E. F. Edinger: „Jungovým základním a nejdalekosáhlejším objevem je kolektivní nevědomí, jež nazval archetypická psýché. Z jeho výzkumů již víme, že individuální duše není pouhým produktem osobní zkušenosti, nýbrž má také před-osobní či transpersonální dimenzi, která se projevuje univerzálně, ve vzorcích a obrazech, jež můžeme nalézt ve všech světových náboženstvích a mytologiích.“ (Edinger, 2006, s. 13)

Jung k tomuto zásadnímu objevu dospěl srovnávacím studiem snů, fantazií a vizí svých psychicky nemocných pacientů, které léčil na psychiatrické klinice v Burghölzli.

⁵ Jung definoval kolektivní nevědomí jako vrozenou vrstvu psýché, která na rozdíl od osobního nevědomí nepochází z individuální zkušenosti, nýbrž představuje všeobecný duševní základ nadosobní povahy. Tato hlubší strukturální vrstva psýché je tvořena preexistujícími formami tzv. archetypy.

Zpočátku vůbec nebyl schopen porozumět těmto výtvorům, avšak k jejich pochopení došlo poté, co se začal zabývat srovnávací mytologií, archeologií a náboženstvím. Jung rozpoznal podobné symbolické motivy mezi výtvary svých pacientů a motivy objevující se v mytologii. Tento objev vedl Junga k závěru o existenci hlubší vrstvy psýché, která by mohla představovat všeobecný základ nadosobní povahy, a tuto sféru nazval kolektivní nevědomí. O obsazích kolektivního nevědomí mluvil Jung jako o vrozených pramyšlenkách nebo obrazech, pro které si vypůjčil pojem „archetypus“.⁶ „Archetyp má numinózní charakter: působí fascinací, vstupuje do účinného protikladu k vědomí, ba na dlouhou dobu formuje osudy nevědomým a teprve později rozpoznaným ovlivňováním našeho myšlení, cítění a konání. Skutečně můžeme o prapůvodním obraze říct, že se prosazuje, a sice s vědomou osobností, bez ní nebo proti ní.“ (Jung, 2009, s. 202)

Nauka o archetypech tvoří jádro analytické psychologie a je založena na názoru, že jádrem každé psychické struktury je vrozená struktura nebo dominanta, která je základem lidského prožívání a chování. Po mnoha z počátku odmítavých postojích a přístupech k nauce o archetypech, které např. považovaly analytickou psychologii za příliš mytologickou a mystickou, dnes můžeme spatřovat z hlediska mnoha nových vědních přístupů tento koncept za dalekosáhle potvrzený.⁷ Jungem bylo popsáno

⁶ Jung tento pojem znovuobjevil pro psychologii, neboť s tímto pojmem před Jungem pracovali mnozí filozofové: F. Alexandrijský popsal „Imago Dei“ jako obraz Boží v člověku. Dionýsios Areopagita popsal „nehmotné archetypy“, nebo se objevuje v alchymii jako „ohnivě jiskry duše veškerenstva“.

⁷ Viz např. nové přístupy v biologii, evoluční psychologii, genetickém výzkumu, kognitivní psychologii a také psychoanalýze. Existují dále např. pokusy hledat souvislosti mezi koncepcí kolektivního nevědomí C. G. Junga a moderní kvantové fyziky. Jak Jung píše: „Dříve nebo později se atomová fyzika a psychologie nevědomí významně sblíží, neboť obě vědy, nezávisle na sobě a z opačných stran, pronikají do transcendentální oblasti, jedna s představou atomu, druhá s představou archetypu.“ (Aion, 2003, s. 250)

mnoho archetypů a archetypových motivů, např. matka, otec, božské dítě, já a stín, animus a anima, hrdina, moudrý stařec, bytostné Já. Materiál bohatý na archetypové motivy můžeme najít zejména v pohádkách, v mýtech, v náboženstvích a v umění.

Pro terapii uměním jsou obzvláště důležité obrazy ve fantaziích, snech, vizích, ve všedních způsobech prožívání a chování člověka. Archetypy nepůsobí jen na motivy a činy jednotlivce, ale ovlivňují také společenské a kolektivní události, kde jsou zdrojem nejsilnějších impulzů lidstva, náboženských představ, ale také filozofie, vědy a morálky. Vliv archetypů na umělecké dílo popsal Jung jako tvůrčí proces, který využívá osobních dispozic člověka, aby se skrze něj mohl archetyp projevit. „Není to Goethe, kdo dělá Fausta, ale duševní komponenta ‚Faust‘ dělá Goetha. A co je to ‚Faust‘? ‚Faust‘ je symbol, není to jen sémiotický znak či alegorie čehosi dávno známého, nýbrž výraz praživoucího činitele v německé duši, jehož zrození musel Goethe napomoci.“ (Jung, 1922, 2013, s. 116–118) Podle Kastové (Kastová, 2013) Jung chápal umělecké dílo jako překlad archetypálního obrazu do jazyka současnosti. Pomocí účasti na tvůrčím díle je pro každého člověka možné najít přístup k „těm nejhlubším pramenům, které by mu jinak zůstaly nepřístupné.“ Tímto pro člověka umělecká díla představují jakési vnitřní zdroje, které navíc přinášejí každé době to, co nejvíce chybí „duchu doby“. Pro Junga je tedy důležité uznat autonomii tvůrčího procesu, v němž se vždy oživuje, rozvíjí a zpodobňuje archetyp skrze tvůrčí umění, až k úplnému uměleckému dílu. V tvůrčím, velkém uměleckém díle nepodřizuje umělec látku své utvářející vůli a tím své osobnosti, ale je podřízen silám látky, archetypu. Příkladem může být např. umělecké hnutí „Sturm und Drang“. Toto německé básnické hnutí bylo uchváčeno tvůrčím nutkáním, jak můžeme vycítit třeba z Goethovy básně Prometheus, nebo z působení středověkých mystiků, jako

byl italský teolog Jáchym z Fiore,⁸ který přinášel moderní a z mnoha ohledů kacířský náboženský postoj, jenž vycházel z jeho identifikace s novým nadcházejícím obdobím Ducha svatého. „Jáchym, ale mohl být – a to je psychologicky nejpravděpodobnější – nevědomě uchvácen archetypem ducha. Nepochybně se opíral o numinózní zážitek, což je příznačné pro všechny, kdo jsou uchvázeni archetypem.“ (Jung, 2003, s. 87) Příkladem takového uchváčení byl podle Junga (1998, 2015) také největší filozof 19. století Friedrich Nietzsche, který napsal k okolnostem vzniku a inspirace díla *Tak Pravil Zarathustra*: „Všechno se děje na výsost mimovolně, ale jako ve vichru svobody, bezpodmínečnosti, moci, božství... Nejpozoruhodnější je při tom mimovolnost obrazu, podobenství, už není znát, co je obraz, co podobenství, všechno se nabízí jako nejbližší, nejsprávnější, nejprostší výraz. Zdá se opravdu, abych připomenul slovo Zarathustrovo, jako by věci samy přicházely a nabízely se k podobenství.“ (Nietzsche, 2001, s. 82) Taková velká umělecká díla mají na společnost podobný vliv jako sny na člověka. V případě, že se vědomí chová jednostranně nebo nadutě, následně svým působením kompenzují jeho vědomý postoj.

Můžeme si připomenout např. archetyp animus a anima, jako obraz ženství v muži a mužství v ženě, který se objevuje tak často a je oblíbeným námětem středověkých lyrických básníků jako byl Dante, jehož průvodkyní rájem byla Beatrice. V případě největšího rytíře španělského rytířského románu *Dona Quijota* to byla Dulcinea, která si získala navždy jeho srdce. Dále např. fenomén archetypu hrdiny⁹ v jeho nejnovější podobě, tzv. „superhrdiny“, který je v naší době všudypřítomný, počínaje komiksovým a literárním

8 Gioacchino da Fiora (1135–1202) byl jednou z nejvlivnějších osobností, které ohlašovaly příchod nového věku Ducha. Jeho učení bylo zavrženo již na IV. lateránském koncilu v roce 1215.

9 Archetyp hrdiny můžeme najít od nejstarších dob v každé kultuře – od řeckého Herakla a Odyssea až po moderní verze komiksových hrdinů od vydavatelství Marvel Comics: Iron man, Captain America, The Incredible Hulk.

zpracováním, až po nejnovější verze filmového Batmana, Supermana, Spidermana apod. Postava hrdiny ovšem v každé kultuře a době ztvárňovala právě ty vlastnosti a hodnoty, které daná společnost opomíjela nebo vytěsnila.

Psychoanalytické a jungiánské teorie měly na vývoj arteterapie¹⁰ hluboký vliv. Do jisté míry vesměs všechny arteterapeutické přístupy vzrostly z těchto základů, jak uvádí C. Malchiody (2011). Tyto základy se opírají o fenomén tzv. nevědomí, které člověka výrazně ovlivňuje, jak pomocí tzv. asociační metody dokázala psychoanalýza. Člověk si však často tento vliv vůbec neuvědomuje nebo si uvědomuje, že jeho chování není vždy zcela svobodné. Uvedu příklad, se kterým se možná setkal každý z nás. Při seznamování s cizími lidmi se musím často ptát znovu na jméno oné osoby, neboť jsem si ho při prvním seznámení nezapamatoval, přestože jinak mám paměť velmi dobrou. Dalším příkladem může být nechvalně známé okno při zkoušce, kdy člověku jinak velmi dobře připravenému náhle vypadne slovo, které předtím dobře znal. Oba tyto příklady mají jednu věc společnou, a sice selhání paměti.¹¹ Jung svým tzv. asociačním experimentem dokázal, že člověk reaguje na podnětová slova určitým reakčním časem a na některá specifická slova reaguje reakčním časem delším. Jung si uvědomil, že tento delší reakční čas souvisí s tzv. komplexem, který je s tímto podnětovým slovem v jakémsi vztahu a souvisí také s pamětí. Takto Jung objevil komplex, jako část psychické energie, která se oddělila od psýché a stala se autonomní. Tento komplex je podle Junga (1934) příčinou toho, že člověk není do jisté míry zcela svobodný, neboť zabírá egu, aby mělo

10 „Jungovsky orientované arteterapie jde tedy především o diagnostiku a terapii pomocí analýzy a interpretace symbolů ve snech, fantaziích, mýtech, jež jsou zviditelněny v umělecké expresi.“ (Šicková-Fabrice, 2016, str. 66–67)

11 Těmito chybnými úkony (přeřeknutí, přehmátnutí, chyby ve výslovnosti, neobvyklá umístění některých předmětů) se zabýval S. Freud v práci *Psychopatologie běžného života*, 1921.

přístup ke své přirozené schopnosti se rozvíjet. Jung se domníval, že čím více si je člověk komplexu vědom, tím méně je v jeho moci a je tedy více svobodný. Jak je tedy možné odhalit skryté nevědomé obsahy a pracovat s komplexem? Jung vypracoval některé přístupy a metody, které umožňují člověku zpřístupnit nevědomé obsahy. Vedle asociační metody, která se používá v psychoterapeutické praxi, používal Jung především metodu aktivní imaginace, práci se sny a fantaziemi. O možnostech terapeutického využití píše J. Jacobi: „Má všechny potřebné podmínky k tomu, aby člověku poskytla léčbu jeho psychických i s nimi souvisejících psychogenních chorob, má všechny nástroje k odstranění nejnepatrnější psychické poruchy, zdroje vážnější neurózy i k úspěšnému zvládnutí nejtěžších a nejkomplicovanějších chorobných psychických procesů.“ (Jacobi, 2013, s. 67)

Materiál, který získáme těmito metodami, neobsahuje pouze vytěsněný¹² nebo podprahově ukrytý materiál osobní povahy, jak se domníval Freud, nýbrž obsahuje i psychologické obsahy, které ještě nebyly podrobeny vědomému zpracování. Tento zděděný lidský potenciál, který sestává z preexistujících forem – archetypů, není možné nahlédnout „o sobě“, neboť je transcendentní¹³ a jeho povaha je nezachytitelná, a proto ji Jung nazval „psychoidní“. Archetyp je možné zpracovat teprve sekundárně uvědoměním v podobě archetypických představ a obrazů, které se objevují ve snech, fantaziích a mýtech, a tyto obrazy potřebují lidskou řeč a vyžadují vždy nový výklad.

12 Vytěsnění představuje nevědomou eliminaci psychických obsahů neslučitelných s postojem vědomí z důvodů nekonvenčnosti a společenské nevhodnosti. Freud objevil, že vytěsnění je hlavním mechanismem při vzniku neurózy.

13 Transcendentní (z lat. transcendere) znamená překročení nebo přesah. Z hlediska teorie poznání má význam přesahující rozumové a smyslové možnosti poznání. Naši smyslově názornou zkušenost překračuje bytostně jádro viditelných věcí a všechno duchovní.



Dante s Beatricí v ráji. Cod. marc. It. IX, 276, 14. století. In: ECO, Umberto (ed.). *Dějiny krásy*. Přeložila Gabriela CHALUPSKÁ. Praha: Argo, 2005. s. 171. ISBN 80-7203-677-7.

Iluminace z Manesského rukopisu písní.
14. století. Heidelberg, Universitätsbibliothek.
In: ECO, Umberto (ed.). *Dějiny krásy*. Přeložila
Gabriela CHALUPSKÁ. Praha: Argo, 2005.
s. 159. ISBN 80-7203-677-7.



„Protože archetypy jsou jako všechny numinózní¹⁴ obsahy relativně autonomní, nemohou být integrovány prostě racionálně, nýbrž vyžadují dialektický postup, to znamená vlastní vyrovnávání, jež pacient provádí často formou dialogu, čímž uskutečňuje, aniž by to věděl, alchymickou definici meditace: totiž meditace jako „colloquium cum suo angelo bono“, vnitřní rozhovor se svým dobrým andělem. Tento proces má zpravidla dramatický průběh s mnoha peripetemi. Projevuje se nebo je doprovázen snovými symboly, jež jsou příbuzné s oněmi „représentations collectives“, které ve formě mytologických motivů odedávna představovaly duševní procesy proměny.“ (Jung, 1997, s. 104)

Zde bych připomněl řecké slovo „dialógos“ jako formu rozmluvy nebo rozhovoru, která v antické filozofické tradici např. u Platóna znamenala řeč skrze duši se sebou samým, ale především také metodu hledání pravdy, kterou poprvé použil Sokrates¹⁵ a kterou později tak proslavil právě jeho žák Platón ve svých dialozích.

Vedle objevu nevědomí je další podstatnou částí psychoanalytického přístupu fenomén projekce a přenosu. „Projekci nevykonáváme, ta se děje. Jung ji definuje jako přesunutí subjektivního pochodu do objektu.“ (Jung, 1937, in Jacobi, 2013, s. 99) „Pod pojmem projekce chápeme

14 Výrazy numinózní a numinosita pocházejí z latinského pojmu „numinosum“, který označuje dynamické působení nezávislé na vědomé vůli člověka takovému působení vystaveného. Numinózní působení je provázáno hlubokými emocemi.

15 Sokrates se stal velkým předchůdcem a inspirátorem analytické psychologie, jak napsal B. Rafailov (2008, cit. dle Jung, 2000, s. 46) v práci *Filozofické aspekty v díle C. G. Junga*. Sokratovy známé výroky „Vím, že nic nevím“ a především „Poznej sám sebe“ ukazují na potřebu obrácení se do sebe sama. Tento přístup představuje filozofický koncept „péče o duši“ a je velice blízký Jungovu psychologickému konceptu individuace. „Individuace se na jedné straně jeví jako syntéza nové jednoty, kterou předtím tvořily od sebe oddělené části, na druhé straně se však jeví jako vyjevení bytosti, jež existovala už před já, ba dokonce je jeho otcem či stvořitelem a jeho celostí.“ (Jung, 2001, s. 170).

většinou obranný mechanismus, při kterém jsou osobní psychické aspekty přemísťovány do osob, skupin, věcí, situací a v nich jsou pak viděny.“ (Müller, 2006, s. 290–291) Fenomén projekce tedy způsobuje, že naše jednání a vztah k našemu okolí a vnějšímu světu je vždy více méně závislé a omezené. Čím méně jsme si svých komplexů a nevědomých faktorů vědomi, tím více je promítáme do svého okolí. Tedy člověk není schopen zcela se svých projekcí zbavit a působit objektivně a svobodně. Naše okolí, kultura, umění, společnost jsou výsledky našich projekcí. Jung studoval náboženské fenomény a zjistil, že bohové starověkých kultur jsou projekce našich vnitřních principů Archetypů. Tito bohové v průběhu času ztratili svoji důležitost podobně jako křesťanský bůh, o kterém Nietzsche prorocky předpověděl, že „Bůh je mrtev“¹⁶. „Kam se poděl Bůh?“ vzkřikl, „já vám to povím! My jsme ho zabili, – vy a já! My všichni jsme jeho vrahy!“ (Nietzsche, 1992, s. 123–124)

Svět můžeme nahlížet, jako ohromnou paletu lidských projekcí, které odkrývají lidské nitro a odhalují vnitřní a nevědomé drama duše. Toto drama duše probíhá v nitru člověka od prapočátku historie a procesem projekce se promítá nevědomě do vnějších fenoménů. Takto se v historii setkáme např. s pojetím fenoménů života a smrti, jako základní a nezměnitelné „skutečnosti duše“, jež se ve vnějších událostech analogicky odrážejí v přírodních zákonitostech jako den a noc, světlo a tma, východ a západ

16 V pojetí prof. Tomáše Halíka myšlenka „smrti Boha“ vyslovená v Nietzscheho díle *Radostná věda* otevírá prostor nové filozofické reflexi víry v kontextu postmetafyzického myšlení. Halík interpretuje Nietzscheho v opozici proti tradičnímu výkladu, který klade Nietzscheho do kontextu novověké ateistické kritiky náboženství. Ale tato myšlenka je ještě starší: „Jak však ukázal Hegel, pro křesťanství je ‚smrt‘ integrální součástí křesťanského příběhu o Bohu (Lebenslauf Gottes obsahuje Philosophischer Karfreitag). Ostatně Hegel i Nietzsche slyšeli poprvé výraz ‚Bůh zemřel‘ jako děti v lutherských hymnech evangelických kostelů.“ (např. v příspěvku na konferenci „Nietzsche a člověk“, FHS UK, 2.6. 2005.)

slunce.¹⁷ „Vždyť nebe poseté hvězdami je ve skutečnosti otevřená kniha vesmírné projekce, odraz mytologémů, totiž archetypů. V tomto pojetí si astrologie a alchymie, dvě antické představitelky psychologie kolektivního nevědomí, podávají ruku.“ (Jung, 1997, s. 36)

Jakmile si člověk uvědomí svoje projekce, tyto se stáhnou dovnitř a zmizí. Podobný osud čeká všechna božstva světových náboženství.

Fenomén přenosu se stal centrálním pojmem psychoanalýzy. Freud se z počátku domníval, že nesplněná pudová přání z dětství žijí nevědomě dál a v průběhu terapie se mohou přenést na osobu terapeuta. Jung rozpracoval fenomén přenosu dále a byl přesvědčen, že přenos je přirozený proces, který působí na podkladě projekcí ve všech mezilidských vztazích a také v analýze. Jeho pojetí nezahrnuje pouze osobní životní historii člověka, ale také obsahy archetypové povahy pramenící v kolektivním nevědomí a zárodky budoucího vývoje vědomí. Jung ukázal na problémy a možná nebezpečí přístupu k fenoménu přenosu: „Fenomén přenosu je bezpochyby nejdůležitějším a obsahově nejbohatším syndromem procesu individuace a znamená více než pouhou osobní náklonnost či nechuť. Díky jeho kolektivním obsahům a symbolům daleko přesahuje osobní sociální sféru a upomíná na ony vyšší lidské vztahy, které náš dnešní společenský řád, či spíše nepořádek, co nejbolestněji postrádá.“ (Jung, 1946, 1998 s. 245)

Z hlediska terapie uměním je projekce důležitý fenomén, neboť umožňuje člověku externalizaci jeho nitra, tedy jeho tužeb, obav, ale také archetypických obrazů do vnějšího světa, např. na druhé osoby. Lze ji také zaznamenat pomocí uměleckého ztvárnění, exprese. Expresa představuje proces, který dává vnější formu různým vnitřním obsahům

17 Tyto přírodní fenomény popisovaly ve svých mýtech staré kultury, např. egyptský bůh Amon-Ra nebo starořecký Apollón – na své cestě porazí netvora, aby se poté zrodil jako nová slunce.

a hnutím. K tomu užívá výrazové prostředky, jako jsou gesta, tvary, barvy, rytmy, melodie atd. Expresie chápeme jako výrazy. Jan Slavík (2013) vymezuje expresi jako projektivní aktivitu: „ve které aktér, zpravidla pod vlivem silnější emoce, ve snaze po vyjádření intuitivně přiřazuje určitému svému vnitřnímu stavu vnější formu. V takové projektivní aktivitě ‚přikládáme‘ či ‚promítáme‘ určité vnitřní obsahy na vnější objekty, jako když např. vidíme či ztvárníme lidskou tvář v oblacích či ve skvrnách na zdi.“ (Slavík, Chrz, Štech, 2013, s. 224) Jakým způsobem může člověk dojít ke svobodě a reflexi skutečné exprese? „Podle Junga (1989) je k svobodnému a reflektovanému symbolickému životu třeba dojít skrze ‚inferioritu‘, tj. skrze setkání se svými komplexy. Řečeno metaforicky, ‚poklad naší expresivity‘ bývá někdy ukryt, zvláště na počátku cesty vedoucí k rozvinutí expresivního potenciálu v poněkud nevábných oblastech.“ (Slavík, Chrz, Štech, 2013, s. 243) Toto setkání se zpočátku děje výhradně formou projekce do vnějších oblastí a není-li vědomě zpracováno, může vyústit až v psychické onemocnění člověka, neboť ony nevědomé obsahy jsou neustále aktivní a snaží se působit na náš vědomý postoj. „Expresivní tendence je patrně prvotní a zůstává stále přítomnou tendencí umělecké tvorby. Vyplývá to z vnitřního nutkání nějak se navenek projevit a patří k základním pudům člověka, kterými byl vybaven pro svůj život.“ (Jebavá, 1997, s. 13)

Jungiánská analytická arteterapie – práce s vnitřními obrazy v terapii

Aktivní Imaginace

Jung znovuobjevil význam imaginace a tvůrčí fantazie pro člověka a společnost, když napsal: „Veškeré lidské dílo vzešlo z tvůrčí fantazie.“ (Jung, 2004, s. 52) Domníval se, že tato základní lidská schopnost byla pozapomenuta v důsledku přehnané víry v intelekt a vědecké poznání světa. Přestože sám byl exaktním vědcem, jeho pojetí se značně proměnilo poté, co prožil zvláštní zkušenost, kterou později popsal jako setkání s nevědomím. „Jungovo experimentování se sebou také předznamenalo změnu v jeho analytické práci. Svě pacienty vybízel, aby se pustili do podobného procesu. Dával jim pokyny, jak provádět aktivní imaginaci, vést vnitřní dialogy a malovat své představy.“ (Jung, Shamdasani, 2010, s. 206)

Michael Edwards (2008) v knize *Přístupy k arteterapii* popsal, jak Jung zejména v časech osobních krizí kreslil, maloval a modeloval obrazy svých vnitřních zážitků. Tyto zkušenosti představovaly pro Junga živý zdroj vhledu do jeho psychické životní situace a staly se také inspirací při formulování mnoha jeho teorií. Již Freud pracoval se snovými představami a s nevědomými faktory v obraze a přistupoval k nevědomému obrazu jako ke skládačce, která se má vyřešit a vysvětlit.¹⁸ Jung zacházel

18 Freudova metoda výkladu snů byla reduktivní, tedy zpětně sledující, nutně kauzálně spojený nepřetržitý řetěz asociací. Základem byla metoda „volných asociací“, která analyzovala vše, co pacienta napadlo, co mu zrovna procházelo hlavou a co popsal v rozhovoru s psychoanalytikem.

s nevědomými obrazy jako s jedinečnými jednotkami a jeho přístup k interpretaci byl otevřený a opatrný. Ve svých dílech interpretoval mnohé snové obrazy a motivy, ale často upozorňoval na skutečnost, že povaha těchto nejhlubších aspektů skutečnosti zůstává člověku skryta, neboť lidská touha porozumět všem aspektům života je větší než jeho možnosti a schopnosti.

Jung doporučoval psychoterapeutům, aby nepodceňovali fantazie svých pacientů a aby s nimi pracovali, neboť představují mateřskou tvořivou sílu mužského ducha. Podle Junga (1993) nejsme nikdy povzneseni nad fantazie, přestože někdy mohou být chorobné nebo neuspokojivé a mohou se zdát bezcenné. Tyto fantazie nejsou mylné, neboť jsou spjaty se základem lidských a zvířecích instinktů. Tvořivá činnost těchto fantazií může člověka odpoutat od jeho strnulého postoje vědomí a pozvednout jej do stavu hravosti. „Účinek, k němuž směřuji, je vyvolání takového duševního stavu, v němž můj pacient začne se svou bytostí experimentovat, kdy už není nic provždy daného a beznadějně zkamenělého, vytvoření stavu plynutí, proměny a vznikání.“ (Jung, 2004, s. 52) Výsledkem může být někdy sen, který je obzvláště barevný a pacient může mít pocit, že by jej rád ztvárnil jako obraz. V takovém případě může pacient namalovat to, co viděl ve snu nebo fantazii, neboť sny často vypovídají o fotografiích, o malbách nebo kresbách či o iluminovaných rukopisech a také o filmu. Jung připomíná důležitý fakt, že pacient někdy namítá, že není žádný malíř, aby se takovým způsobem vyjadřoval. Podle Junga však malíři v jeho době také nebyli žádní malíři, a proto bylo malířství volné jako pták, a tedy, že tu stejně nejde o krásu, ale spíše o námahu, kterou člověk na obraz vynaložil. „Malovat zvenčí je totiž jiné umění, než malovat zevnitř ven.“ (Jung, 2004, str. 52)

A. L. Seifert (2004) v knize *Aktivní imaginace* popisuje, že dnes si stále více lidí intuitivně uvědomuje, že jde

o tuto proměnu vědomí, že je čím dál tím důležitější vnímat vnitřní stránku osobnosti a pečovat o ni stejně jako o vnější. Aktivní imaginaci můžete praktikovat, když si ve svém nitru nejste něčeho vědomí, nebo např. když se vás silně emočně dotkla nějaká situace, když se právě cítíte nešťastni, když je ve vás hněv nebo zuřivost. Tuto metodu můžete také použít, když pociťujete silnou touhu být vedeni, nebo když se ve vašich snech objevilo něco, čemu nerozumíte.

„Proces vztahování k nevědomí byste však měli vnímat jako něco, k čemu přistupujete s respektem – ne jako k něčemu ‚svatému‘ nebo sentimentálně, nýbrž prostě, jasně, přímo, s respektem, tak jak byste uvítali ve svém domě hosta, který přichází z velké dálky a přiváží vám s sebou pěkný dárek.“ (Seifert, 2004, s. 19) Imaginace člověku v obtížné situaci tedy poskytuje určitý pohled nebo přístup k problému, kterého si nebyl dosud vědom. „Aktivní imaginace nás vede k nevinnosti, nese v sobě energii měnící a očišťující vědomí. Proto tolik pomáhá v životních situacích, které jsou těžké, nebo se dokonce jeví úplně beznadějně.“ (Seifert, 2004, s. 35) Postavy, které se během imaginace člověku zjevují, jsou často postavy rádců, průvodců, hrdinů nebo mudrců.¹⁹ Jejich chování je často takové, že člověku nastavují zrcadlo a ukazují mu možnosti, které náš vědomý postoj přehlíží.

„Zkušenosti s aktivní imaginací, které jsme v průběhu let učinili sami se sebou i s mnoha lidmi a díky příkladům z literatury, nám poskytly konejšivou jistotu: v nouzi, která nás může postihnout, nejsme sami. V překonávání těžkých životních situací není naše vědomí já odkázáno jen samo na sebe. Může počítat s tím, že se pomoc vynoří z nevědomí. A to přesně taková pomoc,

¹⁹ Tyto postavy se hojně vyskytují také zejména v mytologii, literatuře a pohádkách. Připomenu např. postavy moudrých čarodějů Gandalfa ze ságy *Pán Prstenů* nebo Merlina z Artušovských legend. Vzpomeňme také např. našeho „děda Vševěda“ a na jeho *Tři zlaté vlasy* z pohádek K. J. Erbena.

jakou v příslušné situaci potřebujeme.“ (Seifert, 2004, s. 37) Takové setkání s postavami ve svých představách a snech zažil také Jung poprvé v r. 1914, kdy se nacházel v obtížném psychickém rozpoložení po rozchodu s Freudem. Jak popisuje J. J. Antier (2012) oddával se v této obtížné době vizím, fantaziím, nořil se do světa cizího a současně intimního, hluboko do svých vidin a iluzí, ale měl současně na mysli šílenství Nietzscheho. Cítil se ohrožen, byl plný emocí ze svých vizí. „Kdybych vše nechal jen na emocích, nevědomé obsahy by mne roztrhaly. Snad bych je mohl potlačit, ale to bych zase podlehl neuróze.“ (Jung, 2015, s. 206) Jung znal případ Nietzscheho, který byl pod silným vlivem archetypu moudrého starce v podobě Zarathustry, s kterým se identifikoval do takové míry, že to odneslo Nietzscheho psychické zdraví. Je zajímavé, že se tomu také stalo po rozchodu Nietzscheho s jeho velkým přítelem a vzorem R. Wagnerem. Jung také zažil setkání s postavou moudrého rádce, kterého pojmenoval Filemón.²⁰

Jung se zabýval analýzou fantazií americké spisovatelky Frank Millerové,²¹ která popsala postavu hrdiny Chiwantopela vystupujícího v jejích snech a fantaziích. Tento sebevědomý a odvážný hrdina velmi přitahoval zájem slečny Millerové, která byla pod silným vlivem mateřského imaga a nedokázala se odpoutat od své matky. Chiwantopel vyjadřoval její nejtajnější přání a myšlenky. „Hrdina jako postava anima jedná zástupně za vědomé individuum, to znamená, že dělá to, co by subjekt dělat musel, mohl nebo chtěl, ale opomíjí to. Co by se mohlo odehrát ve vědomém životě, ale neděje se to, to se

20 Filemón byl hrdinou antické mytologie, který měl podobu starce s býčími rohy a křídly charakteristické modré barvy jako má ledňáček. Tato tajemná postava, která Junga doprovázela dlouho v jeho vnitřních dialogích, ho vedla k rozhodujícímu poznání, že v duši existují věci, které nevytváříme, ale které vytvářejí samy sebe a mají svůj vlastní život.

21 Tuto analýzu Jung popsal ve spisu *Symbole proměny* vydané a přeložené do češtiny v VII. a VIII. svazku *Výboru z díla*.

odehrává v nevědomí, a proto se to objevuje v projikovaných postavách. Chiwantopel je charakterizován jako hrdina, který se odtrhl od rodiny a otcovského domu, aby hledal svůj duševní doplněk. Představuje tedy to, co by se normálně mělo stát.“ (Jung, 2009, s. 204)

Tento případ projekce americké spisovatelky Frank Millerové však neplatí jen na individuální úrovni, ale můžeme jej sledovat také na úrovni kolektivní. Dnes se objevují noví hrdinové v ohromné produkci hrdinských ság, komiksů a hrdinských příběhů v literatuře a počítačových hrách. Všechny tyto postavy a příběhy nás obklopují ze všech stran a jsme jimi přímo zavaleni, např. již malé děti se setkávají s těmito motivy už od raného mládí. Uvedu jen několik příkladů za všechny, např. Batman jako hrdinný ochránce Gothamů je snad nejpobulárnějším hrdinou v jeho posledním filmovém zpracování v režii Nolena a nebo Spiderman, jehož pavoučí oblek nosí dnes tak často mladí chlapci. Ve skutečnosti se množství postav hrdinů ke konci 20. století ještě zvýšilo, stačí zmínit jen ty nejznámější jako Harry Potter, hobit Frodo nebo rytíř Jedi. Všechny tyto nesčetné příklady hrdinského motivu imaginace moderního člověka ukazují na nesmírnou sílu projekce současného člověka, který své nejhlubší přání a potřeby promítá do nesčetných děl své fantazie. Tyto projekce ukazují na velmi silnou potřebu hrdinského boje naší „západní duše“, avšak nikoli na plátně kin nebo v počítačové hře, v politice nebo na bojišti, ale pouze a jedině ve svém nitru. „Lid vždycky touží po hrdinovi, po drakobijci, když ho naplňuje nebezpečí psychické skutečnosti.“ (Jung, 2012, s. 22)

Případ Frank Millerové představuje fenomén psychologického uváznutí, který může vést až k psychickému onemocnění, pokud není včas nevědomý materiál správně rozpoznán a integrován.

V mytologii je tento stav psychologického uváznutí pod vlivem matky symbolizován hrdinou, který je pověšen

na stromě, jako např. germánský Ódin, řecký Marsyas. Dalším symbolem ustrnutí je v mnoha mýtech motiv pohlcení v břiše velryby nebo sestup hrdiny do podsvětí. Symbolické přemožení nestvůry, které se v mýtech objevuje jako souboj hrdiny s drakem, představuje psychologické přemožení matky, jež symbolizuje nevědomí a znovuzrození. „Syn matky, pokud je pouhým člověkem, umírá brzy, jako bůh ale může vykonat věci nedovolené, nadlidské, dopustit se magického incestu²² a tím získat nesmrtelnost. V různých mýtech ovšem hrdina neumírá, musí ale za to přemoci draka smrti. Drak vyjadřuje, jak už si čtenáři dávno ujasnili, negativní obraz matky majíc odpor proti incestu, případně strach z něho.“ (Jung, 2009, s. 138)

„Jakýkoli druh obrazů z vlastního nitra, ať je člověk sám namaluje, objeví se mu ve snech, nebo se projeví v pohybu, například v tanci, vytváří obrovské množství emoční energie. V aktivní imaginaci je energie pomocí vynořujících se obrazů nejen vyvolávána, je navíc ještě zesilována, protože velké množství energie, která se bezcílne rozptýlí, nemá takový účinek jako energie, která je zadržena a řízena určitým směrem.“ (Seifert, 2004, s. 71)

Metoda aktivní imaginace, kterou Jung znovuobjevil a vyzkoušel nejprve sám na sobě a později pro psychoterapii, ovlivnila také zejména přístupy k arteterapii. Jungovou největší zásluhou bylo, že navrátil význam lidské imaginaci, která byla vedle intelektuálních schopností člověka upozaděna a opomíjena. Připomenu některé myšlenky o fantazii, které zazněly v románu *Nekonečný příběh* M. Endeho,²³ jež pronesl netvor Gmork v rozhovoru s Átrejem.

22 Incest jako sexuální spojení s matkou bylo společně s myšlenkou otcovraždy, kterou Freud odhalil v tzv. „Oidipovském mýtu“ základním pilířem větší části psychoanalýzy. Od tohoto pojetí se však odklonil Jung, který pokládal vynoření incestního motivu za známku, že jedinec vstoupil na cestu k individuaci.

23 Pro symbolickou interpretaci *Nekonečného příběhu* německého spisovatele Michaela Endeho z r. 1987 z pohledu psychologie můžeme zmínit esej studenta

Svět fantazie se téměř rozplynul, protože lidé už v něj přestali věřit, namísto toho uvěřili v mýtus vědy a konzumu.

Ale fantazie nezmizela, protože nikdy zmizet nemůže. Když dal mladý chlapec Bastien, který pocházel z reálného světa, nové jméno smrtelně nemocné princezně, tímto aktem zachránil svět fantazie, neboť uvěřil a pochopil, že svět fantazie má svoji realitu a smysl, a že je součástí jeho samotného. Tento příběh je velice symbolický a obsahuje mnoho archetypických motivů, ale je především podobenstvím o ztrátě víry člověka v jeho fantazii, v možnosti a terapeutické účinky, které se v ní skrývají. „Kniha postuluje schopnost imaginace jako základ lidské psychiky. Imaginaci je možno využít k vytváření vize a inspirace, a nebo ke lži a k představám, které člověka uvrhávají do zoufalství, do vnitřního žaláře, do otroctví představ. Člověk, jenž svou vizi nemá, je náchylný přijmout lež v podobě obrazu, sdělení, které mu předloží někdo jiný. Síly, které s touto lží záměrně pracují, protože vidí, že většina lidí je vůči ní bezmocných, jsou v knize představovány Nicotou a Gmorkem.“ (Franče, 2012)²⁴ Další zásadní význam má Jungovo propojení imaginace a umělecké tvorby, tedy zpracování vnitřních obrazů do vnější podoby kresby, malby, slov, básně, tance nebo např. písečné stavby. Není podstatné jakou formou je tento obsah vyjádřen, podstatný je význam a samotný proces tohoto zpracování, který má pro sebepoznání tvůrce.

psychologie na FF UK v Praze a lektora grafologie Vojtěcha Franče (<http://ografologii.blogspot.cz/2008/05/michael-ende-nekonecny-pribeh.html>). Záměrem eseje je seznámit čtenáře s obsahem *Nekonečného příběhu*, který můžeme číst jako nádherné podobenství o procesu individuace, ale také jako varování, co by se mohlo stát, kdybychom ztratili schopnost vytvářet vlastní vize.

24 FRANČE, V. Grafologie a Psychologie, Hieronymus Bosch [online]. [cit. 5. května 2012]. Dostupné z: <<http://ografologii.blogspot.com/2009/08/hieronymus-bosch.html>>.

Sen jako cesta k nevědomí –
práce se sny v terapii

Jung pracoval se sny celý život, považoval je za jeden z nejdůležitějších přístupů k nevědomí. Samotného Junga mnohokrát v životě ovlivnily nebo inspirovaly sny, například při volbě studia mezi humanitními a přírodními vědami, apod. Sen z roku 1909, který Junga poprvé přivedl na myšlenku kolektivního nevědomí, měl podobu postupného sestupování v prostoru a čase hluboko do základů velkého a starého domu. Nejdříve prošel obývacím pokojem v rokokovém stylu, poté sešel do bytu z patnáctého či šestnáctého století v přízemí, dále sestoupil ještě níže do místnosti z římských dob a potom ještě hlouběji do skalní jeskyně, kde v nejspodnějších vrstvách našel pozůstatky primitivní kultury, která obsahovala nádoby, lidské kosti a dvě lidské lebky. Některé sny C. G. Junga bychom mohli nazvat prorockými, jako např. v roce 1913: „V říjnu, když jsem byl sám na jedné cestě, zachvátilo mě z čista jasna vidění. Viděl jsem nesmírné spousty vod, které zatopily všechny severní a níže položené země mezi Severním mořem a Alpami. Potopa sahala od Anglie až po Rusko, od pobřeží Severního moře až téměř k Alpám. Když dosáhla ke Švýcarsku, viděl jsem, že hory rostly výš a výše, jako by chránily naši zemi. Odehrávala se jakási strašlivá katastrofa. Viděl jsem mohutné žluté vlny, plující trosky kulturních děl a smrt nesčetných tisíců. Pak se moře proměnilo v krev.“ (Jung, 2015, s. 153–154)

Jungovy vize, sny a fantazie jej doprovázely po celý život, avšak pocity, které při těchto stavech vytržení zažíval, byly někdy na pokraji psychického onemocnění, jako např. mezi 15. prosincem 1916 a 16. únorem 1917. Jung svolil k vydání pouze jediného zlomku z obrovského množství archetypálního materiálu z tohoto období. Tento zážitek byl doprovázen tajemnými událostmi a parapsychologickými

úkazy a výsledkem bylo pojednání *Septem sermones ad mortuos*.²⁵ Toto pojednání bylo počátkem Jungových poznámek, které inspirovaly *Červenou knihu*, jež je záznamem prazvláštních vnitřních zkušeností, celkem 1330 rukopisných stránek vlastnoručně ilustrovaných a gotickým písmem zapsaných a svázaných v červené kůži.

„Využívám samozřejmě hodně snů, protože sny jsou objektivním zdrojem informací při léčbě psychoterapií. Když má lékař případ, těžko se ubrání, aby si o něm netvořil nějaké představy. Ale čím víc člověk o případech ví, tím více by se měl snažit vynaložit hrdinské úsilí, aby nevěděl, aby dal pacientovi dostatečnou možnost. Vždy se snažím nevědět a nevidět.“ (Jung, 2011, s. 100)

Jung doporučoval nechat pacienta přijít se svým vlastním snovým materiálem, který by měl obsahovat nikoli pouze jeden sen, ale spíše sérii snů, neboť se takto lépe analyzuje celý proces, který probíhá v nevědomí. Podle Junga může sen ukazovat aktuální psychickou situaci snícího. Jako příklad uveďme sen muže, který popsal blížící se katastrofu dlouhého vlaku řítícího se kupředu zatáčkou, v jehož zadní části se nacházeli snící. „Teď strojvůdce přijíždí do konečného bodu a otevírá páru naplno, lokomotiva začíná táhnout a vlak se řítí kupředu. Snící vidí blížící se katastrofu, vlak sjíždí z kolejí, on křičí a pak se probouzí se strachem, charakteristickým pro noční můru.“ (Jung, 1995, s. 116) Tento motiv snu, kdy snícímu stojí v cestě stovky překážek, představuje stav, kdy vůči vědomému úmyslu existuje nevědomý odpor. „Sny jsou reakce na náš vědomý postoj, a to stejně jako když reaguje tělo na to, jestliže se přejíme nebo dost nenajíme, nebo když s ním nějak špatně

25 Tento spis s německým podtitulem: Sedm promluv k zemřelým sepsal Basileidés v Alexandrii, ve městě, kde se Východ dotýká Západu. Tento spis je dosti odlišný od Jungových vědeckých pojednání. Jedná se o metaforický styl použitý v tzv. *Červených knihách*. Pro uvedení do studia tohoto textu doporučuji knihu *Jung a Gnóze* od Stephana A. Hoellera z r. 2006.

zacházíme.“ (Jung, 1995, s. 116) V tomto případě sen varoval pacienta, aby ve svém životě neudělal stejnou chybu jako strojvůdce vlaku a nepřecenil svoje síly, v opačném případě by také psychický život snícího mohl skončit katastrofou v podobě nějaké formy psychického onemocnění.

Jung popsal dvě teorie, kterými lze přistupovat ke snům. První přístup pracuje se sny jako s jednajícimi osobami našich snů, coby se zástupci našich komplexů.²⁶ Tyto komplexy představují odštěpené části osobnosti, které se oddělily od vědomí a fungují autonomně, aniž by je bylo možné ovlivnit vůlí. Druhý přístup pracuje se sny, které mají komplementární nebo kompenzační funkci.

Sny tedy kompenzují vědomý postoj snícího, který se mohl rozvinout příliš jednostranným zaměřením a svým působením opravuje a uvádí psychickou situaci snícího na pravou míru. Dalším možnou funkcí snu může být do nevědomí vstupující anticipace budoucích vědomých skutků, které ukazují budoucí cíl v nějakém vztahu k snícímu, např. katastrofické sny mohou poukazovat na nějakou osobní pohromu snícího. Jung odmítl Freudovo pojetí snu coby překroucené reprezentace tajného přání, které je neslučitelné s vědomým postojem. Odmítal také Freudovu metodu interpretace snů pomocí volné asociace.²⁷ Metoda volných asociací znamená otevřít se jakémukoliv množství a druhu asociací, jež vedou ke komplexům jedince. Jung se však neptá po komplexech svých pacientů, nýbrž chce vědět, co dělá nevědomí člověka s jeho komplexy a na co se pacient sám připravuje. „Proto zacházím se snem, jako by to byl

26 Teorii komplexu Jung popsal v I. svazku *Výboru z díla*. Podle Junga komplexy představují samotnou příčinu snů a jejich projevení je doprovázeno výrazným emocionálním nábojem. Každou konstelaci komplexu je stav vědomí porušen.

27 Freud popsal tuto metodu v díle *Výklad snů* z r. 1900. Freudova metoda výkladu spočívala v redukci obrazového materiálu snu na znak nebo symptom sexuálního biologického pudu tzv. libida. Spočívala v kauzálním odhalení skrytého, zašifrovaného obsahu ve zjeveném snu.

text, kterému pořádně nerozumím, řekněme latinský, řecký nebo text sanskrtský, kde jsou pro mě určitá slova neznámá nebo je text útržkovitý a já pouze užívám obyčejnou metodu, které by užil každý filolog při čtení takového textu. Myslím, že se nic neskrývá; jednoduše nerozumíme jeho jazyku.“ (Jung, 2011, s. 105) Jung pro výklad snů a dalších forem nevědomého materiálu používal metodu amplifikace, která představovala hledání paralel a analogií pro nějaký symbol, obraz nebo motiv, v rámci všeobecně lidských archetypových souvislostí. Takové analogie slouží k rozšíření nebo obohacení smyslu tohoto motivu o souvislosti kulturní, mytologické, náboženské a všeobecně lidské.

Ve snech také mohou vystupovat postavy, které jsou personifikacemi archetypů – stínu, animy, moudrého starce nebo matky. Tyto postavy se mohou skrývat za nejrůznějšími jednajícími osobnostmi našich snů. Jung se dlouhodobě zabýval fenomenologií některých archetypických postav objevujících se ve snech a vytvořil pozoruhodné analogie s postavami mýtů, pohádek a literatury. Archetyp animy, který popsal jako ženskou postavu představující archetyp života. Tuto postavu antický člověk znal jako postavu bohyně nebo čarodějnice a ve středověku měla podobu bohyně Královny nebes a Matky Církve. V lidové tradici nalezneme obdobu v postavách Rusalek, Sirén, Meluzíny, víly a podobně. Anima tedy představuje určitý aspekt nevědomí, který může představovat jednak chaotické puzení k životu, ale také něco velmi významného, jako tajné vědění nebo skrytá moudrost. Další postavou vystupující ve snech jako mág, profesor, dědeček nebo postava medicinmana v primitivní společnosti zosobňuje archetyp moudrého starce.

„Elijáš ode mě stoupá vzhůru, do veliké výše. Následuji jej. Na vrcholu přicházíme ke zdivu postavenému z ohromných balvanů. Je to hradba, která se táhne kolem vrcholu. Uvnitř se rozprostírá velké nádvoří a ve středu se nachází mohutný balvan jako oltář. Na tomto kameni

stojí prorok a promlouvá: „Toto je chrám Slunce. Tento prostor je nádobou, která shromažďuje sluneční světlo.“ (Jung, Shamdasani, 2010, s. 206). V lidové tradici zejména v pohádkách vystupuje tato postava často jako zlý kouzelník, Kostěj nesmrtelný, zlý myslivec. Přináší osvícení, jako bůh Thovt²⁸ nebo Hermes Trismegisthos²⁹ hermetické literatury. Postava ducha ovšem jako každý archetyp vykazuje dvojznačnost, tedy svůj pozitivní a negativní aspekt. Může představovat ducha v podobě chlapce nebo jinocha, přičemž se zkouší morální schopnosti člověka nebo může být rádcem a průvodcem postavy hrdiny. V případě zlého ducha představuje dárce nebezpečného osudu, který je třeba naplnit, aby bylo dosaženo celosti. Takový proces zosobňuje integraci stínu, jenž je zlým duchem zastoupen.

„Hillmanův základní text o snech – *Sny a podsvětí* – přichází s argumentem, že fantazie o kompenzaci je prvním krokem, který nás odvádí od přítomného obrazu. Kompenzační fantazie prohlašuje, že snový obraz je sám o sobě neúplný a dožaduje se výkladu, který hledá ve vědomém postoji snícího protikladný prvek. Tento krok fakticky vyvede sen z podsvětí, imaginárního prostoru, který je podle Hillmana rodnou zemí snu, bájnou říší, která se vyznačuje hloubkou, metaforickou dvojznačností, stínem, skrytostí a věrným vyobrazením.“ (Butler, 2015, s. 27) Hillmanův přístup k snovým obrazům vysvětluje Jason A. Butler (2015) v knize *Archetypová psychoterapie*. Hillman souhlasí s Jungem v názoru, že pečlivé estetické zpracování psychické události odhaluje její smysl. Podle Hillmana je však třeba se držet obrazu v jeho úplnosti a plnosti a ponechat imaginaci prostor, aby vypovídala o smyslu obrazu samého. Hillman doporučuje věnovat obrazu péči a naslouchat jeho

28 Thovt (Thot) je jméno staroegyptského boha poznání, magie a stvoření zobrazovaného v podobě muže s hlavou ibise. Řekové tohoto boha ztotožnili s Hermem.

29 Bývá ztotožňován s egyptským bohem Thovtem. Je považován za autora pojednání o hermetické filozofii tzv. *Corpus Hermeticum*, a za tvůrce alchymie.

metaforické řeči, aby se usadil v jeho mysli a následně obraz prostoupil bdělý život, vztahy a psychodynamiku. Podle Hillmana nám k amplifikaci obrazu může sloužit obraz sám, když s ním zacházíme citlivěji a naladíme se na něj. Znalost symbolů, kulturních souvislostí může pomoci při naslouchání obrazu, avšak když obraz ožije, vytvoří gravitační pole, v němž krouží po vlastních oběžných drahách.

Carl Gustav Jung. Filemon (Elijáš). Červená kniha In: JUNG, Carl Gustav. Červená kniha: Liber Novus. Praha: Portál, 2010. s. 154. ISBN 978-80-7367-767-1.



liegt mir um die hru/hüml' um' d' mantel getrag' ist nach' gewan' d' die
 schlang' lieb' i' habe ihr nassel erhalt'. i' sehe mi' z' ihn' auf die haßf' steine am
 wege. i' weiß sie läßt v' gnasam z' fang'/sone kalt' kampf/die d' ahnunglosf'
 in die ferse stich'. i' bin ihr freund geword' v' blas' ihn' eine mildlösende
 stöte. meine höhe ab' schmückte i' mit ihr' schillernd' häut'. wie i' so mein'
 weg' dahinschritt/da kam i' z' ein' röhlich' süß/darauf lag eine große
 buntschillernde schlange. da i' nun beim groß' PHAMWON die magie ge
 lernt hatte/so holte i' meine stöte hervor v' blas' ihr ein süß' zauberlied vov
 daß sie glaub' machte/sie sic meine fele. als sie genügend bezaubert war/

Mýtus v terapii – mytologický
přístup k diagnóze psychické
poruchy a psychického profilu
osobnosti

Moderní doba se snaží na mýty dívat vědecky a nabízí možné interpretace a přístupy, přistupuje k mýtům intelektuálně, tedy používá metody jazykové, historické, biologické. Jung poukázal na skutečnost, že primitivní mentalita mýty nevymýšlela, ale prožívala je. „Jako se archetypy, coby mýty, vyskytují v dějinách národů, tak se také nacházejí v každém individuu a tam působí vždy nejsilněji, to znamená antropomorfizují skutečnost nejvíce tam, kde je vědomí nejužší nebo nejslabší, a kde proto může fantazie zaplavit danosti vnějšího světa“ (Jung, 1997, s. 128).

Z pohledu analytické psychologie je možné dívat se na mýtus jako na vnitřní a nevědomá dramata duše, která se stále znovu a znovu prolínají našimi životy i vším, co kolem sebe vidíme.

Jung ve své psychoterapeutické praxi došel k poznání, že v určitých případech má mytizace zkušenosti (rozpoznání archetypálních vzorů, tj. „pečeti“ mytické narativity³⁰ v individuálních potížích), uzdravující efekt. Z hlediska pojetí vtiskování signatury, spočívá amplifikace ve vytvoření takového kontextu (prostřednictvím mytických paralel), ve kterém se může určitá konfigurace prostřednictvím přenesení vlastnosti stát nositelem signatury archetypálního významu. „Jungovská hlubinná psychologie usiluje o ‚reflexivní mytické vědomí‘, neboli

30 Termín „narace“ pochází (z lat. narratio, tj. vyprávění). Narativita znamená schopnost a dovednost vyprávět příběhy. Podle prof. Ivo Čermáka (2012) příběh je příběhem proto, že jeho jádrem je potíž, dilema, krize či rozvrat. V jungovské perspektivě jde o komplexy, které teprve prostřednictvím mytické narativity získávají svůj hlubší rozměr vyjádřený hledáním odpovědi na otázku „odkud kráčíme“ a „kam směřujeme“. (viz text k proslvu uvedení posledního svazku *Výboru z díla C. G. Junga*)

si uvědomuje perspektivní charakter mytického světa a vědomě a odpovědně participuje na jeho tvoření.“ (Slavík, Chrz, Štech, 2013, s. 265). Tedy na mýty je třeba se dívat z psychologického hlediska a mytické skutečnosti uvádět do souvislosti s každodenní životní zkušeností.

Podle archetypové psychologie, která je spojena především se jménem Jamese Hillmana,³¹ usiluje zejména o revizi mýtu a psychopatologie. Podle Hillmana „mýty neukotvují, ale otevírají svět“, tedy umožňují formulovat archetypickou informaci pomocí klasické řecké mytologie, aby osvětlily způsob, jak se její příběhy projevují v individuální psychodynamice. „Naše životy řídí mytologické postavy: jednáme, myslíme, cítíme jen tak, jak nám dovolí základní vzorce ustavené v imaginárním světě. Naše psychologické životy napodobují mýty, a tedy úkolem archetypové psychologie a terapie je odhalit archetypický vzorec určitých forem chování.“ (Butler, 2015, s. 109)

Když jsou lidé v úzkých nebo prožívají těžkosti, často hledají analogie s lidmi, kteří mají podobný osud, a tím svůj problém dokážou přijímat přirozeněji. Tato společně prožitá bolest někdy dokáže dodat člověku více síly a naděje překonat problémy a jít dál. V antice byly mýty velmi důležité pro tuto terapeutickou funkci, neboť prožít zkušenost, kterou zakusil také bůh, bylo ulevující.³²

31 J. Hillman (1926–2011), americký psycholog byl jedním z nejvýznamnějších jungovských teoretiků, tvůrcem a hlavním mluvčím archetypové psychologie. Je autorem spisů *Myšlení srdce a duše světa* (česky 2013) nebo *Nářek mrtvých* (česky 2014) a nejnověji vyšla v češtině jeho kniha *Máme za sebou sto let psychoterapie a svět je stále horší* (2016).

32 V Sofoklově řecké tragédii *Oidipus vladař* se thébský král a hrdina Oidipus, který zjistil pravdu z věštby delfské věštinry, a aby se vyhnul osudu, opustil své domnělé rodiče a vydal se do Théb. Cestou však nešťastně nevědomky zabije svého otce Laia, ale podaří se mu rozluštit záhadu Sfingy. Za zásluhy se stane králem a manželem nedávno ovdovělé lokasty, o které Oidipus neví, že je jeho matkou. Poté se však od věštce dozví o své minulosti, jeho matka a manželka se ve svém pokoji oběsí a Oidipus se osleplí a rozhodne se odejít z Théb. Tato Sofoklova tragédie připomínala lidem strašlivou skutečnost lidského osudu,

Podívejme se na některé motivy tragédie z psychologického hlediska. Nejprve rozluštění hádanky Sfingy,³³ které umožnilo Oidipovi stát se thébským králem a ocitnout se tak na vrcholu. Tento výjev ukazuje na sebejisté a úspěšné já, které se domnívá, že se již vypořádalo se svými problémy. „Nevěděl, že důvtip muže nikdy hádance Sfingy nedorostl. Je jasné, že takový faktor nebyl vyřízen zodpovězením dětské hádanky. Hádanka byla právě pastí, kterou Sfinx poutníkovi připravila. V důsledku přecenění svého rozumu do ní ryze mužským způsobem padl.“ (Jung, 1999, s. 80) Dalším velmi důležitým motivem je hrůzná pravda, zjevená Oidipovi věštcem Theiresiem, který mu prozradil, že vrahem krále Laia je právě Oidipus. „V psychologickém pojetí byl Oidipus přemožen náhlou realizací stínu a intenzitou jeho reakce je naznačeno, že se střetl se stínem archetypickým, nikoli osobním.“ (Edinger, 2007, s. 148) Tedy před Oidipem náhle vyvstala jeho skutečná identita a vina, která však byla podmínkou jeho budoucí proměny a spásy. Dokonce i největší řecký hrdina Herakles, který byl synem Dia a Alkmeny, dcery mykénského krále, spáchal strašný čin vraždy svých dětí. V Delfách se dozvěděl, že se může ze zločinu vykoupit a očistit, pokud splní dvanáct úkolů určených králem Eurystheem. Tento hrdinský mýtus ukazoval, jak mohl spáchat strašlivý čin vraždy dokonce i velký hrdina, ale co bylo nejdůležitější, poukazoval na možnost vykoupení a nápravy. Pouze uvědoměním si může člověk dosáhnout

který nikdy zcela neznáme a jemuž čelíme více méně nevědomky. Tento mýtus má však velký význam z hlediska hlubinné psychologie.

33 Hádanka, kterou thébská Sfinga kladla kolemjdoucím a nemilosrdně roztrhala každého, kdo nedokázal najít řešení. Teprve Oidipus odpověděl správně a zbavil tak rodné město této strašlivé obludy. Hádanka zněla takto: „Co má hlas a chodí z rána po čtyřech, v poledne po dvou a večer po třech?“ Oidipova odpověď zněla takto: „Je to člověk. Člověk v jednotlivých obdobích svého života od dětství, kdy leze po čtyřech, přes dospělý věk, kdy stojí a kráčí po vlastních nohou, až po stáří, kdy se musí opírat o hůl.“

vyššího sebepoznání, avšak toto setkání bývá velmi obtížné. „Je pravidlem, že panuje podivuhodná nevědomost, co se týče stínu. Člověk zná jen své dobré motivy, a když se ty špatné už nedají popřít, je právě ‚nadčlověkem a panským člověkem‘ bez skrupulí, člověkem, který se mylně domnívá, že se do šlechtického stavu povyšuje dosahem svého cíle.“³⁴ (Jung, 1999, s. 87) Je zajímavé, jak byla tato temnější stránka duše v dějinách umění a kultury opomíjena, a byla dokonce považována za nedůstojnou umění, které bylo vždy krásné, harmonické a vznešené od dob klasického kánonu starověkých Řeků a Římanů. Velkým objevem bylo Nietzscheho dílo z r. 1872 *Zrození tragédie z ducha hudby*,³⁵ kde nastínil svoji koncepci apollinského a dionýského principu v umění: „Řecké umění nás naučilo, že neexistuje žádná opravdu krásná plocha bez hrozivé hloubky.“ (Nietzsche, 1871, cit. dle Kouba, 2006, s. 20) V *Zarathustrovi* můžeme najít podobnou myšlenku přijetí hrůzné stránky života, jako jeho součásti: „A nechťíti pomoci je leckdy vznešenější než ona ctnost, jež přiskakuje na pomoc. Ale míti soucit: to se dnes zove pravou ctností u všech malých lidí – ti nemají úcty před velkým neštěstím, před velkou ohyzdností, před velkou zrudností.“ (Nietzsche, 1967, s. 240–241)

Nietzsche byl první, kdo poukázal na to, že v západní metafyzice a estetice chybí zkušenost dionýského principu, který představoval tragickou, bolestivou a ošklivou povahu života. Ale v umění se tato stránka objevuje v tvorbě některých umělců,³⁶ kteří svojí silně rozvinutou

³⁴ V termínech, které zde Jung uvádí, je vidět značný vliv Nietzscheho myšlení. Nadčlověka nazval „smyslem země“, nový cíl dosažení člověka, jako tvůrčího, osvobozeného od předepsaného zákona.

³⁵ „Pro Nietzscheho není tedy krása snového zjevu jen útěchou, která zůstává v půli cesty, nýbrž skutečnou protiváhou bolesti zjevené Dionýsem. Krása zdání vyváží i úděs z dionýského poznání.“ (Kouba, 2006, s. 20)

³⁶ Jedná se zejména o malíře H. Bosche, W. Blakea, P. Brueghela, F. Goyu, G. Moreaua.

intuicí a imaginací vyjadřovali témata daleko za hranicemi obecných uměleckých měřítek. Byla to například osobnost holandského malíře přelomu 15. a 16. stol. Hieronyma Bosche, kterého Jung nazval mistrem nestvůrnosti a objevitelem nevědomého. H. Bosch svým fantaskním stylem zobrazoval bizarní postavy, věci a symboly, které pro jejich tajemnost představují dodnes velkou záhadu a úkol pro historiky umění. „Bytosti, které v triptychu *Pokoušení svatého Antonína* na poustevníka dotírají, nejsou ďáblové tradiční, příliš zlí, než abychom je brali vážně. Jsou téměř zábavní, jako masopustní figury, ale o to působivější. V souvislosti s Boschem se mluvilo o ‚dábelském v umění‘, byly rozpoznány fermenty hereze, odkazy ke světu nevědomí, alchymické náznaky a předzvěsti surrealismu.“ (Eco, 2007, s. 135) „Psychologové předpokládají (viz Jung), že nevědomí je u všech lidí velice podobné. A pokud tedy Bosch opravdu ‚pracoval‘ se svým nevědomím, bylo by pak to, co vytvořil, blízké všem a mohlo by to vyvolat něco, k čemu nemá recipient daleko a nějakým způsobem se ho to dotýká.“ (Rembertová, 2007, s. 77)

Nebudu se zde věnovat detailně rozsáhlému dílu a stylu H. Bosche,³⁷ ale zmíním některé typické motivy v Boschově uměleckém stylu, které můžeme také nalézt v mytologii a analytické psychologii. Začneme výjevem pocestného nebo poutníka,³⁸ který je chromý a kráčí po cestě obklopen kostmi, v pozadí můžeme rozeznat námět přepadení a vraždy a také bezstarostný tanec. Na obzoru spatříme šibenici a za poutníkem se blíží divoký pes. Obraz je melancholický a tragický a působí dojmem zmaru, prázdnoty a odcizení. Kosti, šibenice a násilný výjev ukazují na

37 Doporučuji zajímavou a přínosnou knihu *Boschův triptych v zrcadle Písma „Zahrada pozemských rozkoší“*, nebo *„Třetí den stvoření“* od Zdeňka Neubaera z r. 2016 nebo *Hieronymus Bosch – Zbožný pohan* od Mojmiry Grygara z r. 2014.

38 Jedná se o obraz nazývaný *„Poutř života“* na venkovní straně triptychu *„Fůra sena“* z r. 1500–1502, který je umístěn v Museo del Prado v Madridu.

symbolismus trápení, bolesti a smrti. Pro možnou interpretaci obrazu můžeme rozvinout toto téma do širších kulturních a uměleckých souvislostí podle Jungovy metody amplifikace. Nejprve se podíváme na různé projevy v mytologii a literatuře a následně podáme psychologický výklad.

Hrdina kráčející po své cestě se po vykonané pouti ponoří do noci, aby se ráno znovu probudil a pokračoval v cestě. Jung studoval tento motiv hrdinské pouti u nejrůznějších národů a kultur. Jednou z nejvýznamnějších analogií tohoto putování je pouť slunce, které prochází na své cestě od jitra východu přes postavení v zenitu až po své ponoření do temné noci, aby se ráno opět probudilo a pokračovalo v cestě. Jak popisuje Sallie Nichols:³⁹ „Alchymisté tuto etapu cesty za sebepoznáním označovali pojmem mortificatio. Požehnání jsou ti, kdo truchlí.“ (Nichols, 2006, s. 303–304)

Motiv putování je důležitou fází na cestě hrdiny, známe např. putování mytického krále Gilgameše za nesmrtelností, putování řeckého hrdiny Odyssea na rodnou Ithaku, ale tento motiv je častý také v pohádkách. „Pohádka jako spontánní, naivní a nereflektovaný produkt duše, nemůže vypovídat o ničem jiném než o tom, čím duše vsutku je. A tak nejsou tyto strukturální psychické vztahy zobrazeny pouze v naší pohádce, ale i v bezpočtu dalších.“ (Jung, 1999, s. 217) V ruské pohádce o Kráse nesmírné⁴⁰ se vydal hledat carevič Ivan nevěstu Krásu nesmírnou, která se nacházela ve zlatém carství, až na konci bílého světa, kde sluníčko vstává. Tato pohádka nám může připomenout putování ševce Jíry, aby našel svoji ztracenou princeznu v pohádce *O princezně Jasněnce*

39 S. Nicholsová studovala na institutu C. G. Junga v Curychu v době, kdy tam Jung působil. Vyučovala symbolismus tarotu na Institutu C. G. Junga v Los Angeles a přednášela v mnoha městech v USA.

40 Jedná se o pohádku *Krásu nesmírná* z výboru ze sbírky ruských lidových pohádek od Iriny Valerianovny Karnauchové z r. 1984.

a létajícím ševci. „Psychologicky je vyhnanství a putování nezbytným přechodným stavem v procesu individuace: člověk se nemůže dobrat trvalého vztahu k vnitřnímu centru, k bytostnému Já, dokud není zbaven pohodlných vnějších opor a identifikací.“ (Edinger, 2007, s. 149)

Nebudeme se zde věnovat všem fázím pouti hrdiny, jež jsou velmi podobné a opakují se u většiny hrdinských mýtů. Zde doporučuji práci o srovnávací mytologii hrdinů od J. Campbella – *Tisíc tváří hrdiny*. Poslední motiv, který si zaslouží psychologický výklad, je závěrečná pasáž posvátné smrti a pohřbu Oidipa, který po svém dlouhém putování již jako mudrc a svatý muž konečně dospěl do Athén. Vesničané mu sdělili, že se nachází v posvátném háji Eumenid, usmířených bohyň pomsty. Oidipovi se ulevilo, protože věděl, že je mu na tomto místě souzeno zemřít. Podle Edingera závěrečná fáze hry *Oidipus na Kolónu* představuje teofanii,⁴¹ při níž dochází ke znovuzrození na jiné úrovni a proměně emocí. Jung připisuje význam hrdinské smrti především obnovenému propojení s kolektivním nevědomím, které je zdrojem moudrosti, praobrazů a prasil. Symbolický prožitek umožňoval zažít v řeckém divadle „katarzi“,⁴² která podle Nietzscheho umožňovala připravit člověka nejen na svět světla a krásy, který byl oslavován v podobě boha Apollóna, avšak také na svět děsu, chaosu a smrti, který Nietzsche viděl v bohu Dionýsovi.

Dalším tématem důležitým pro analytickou psychologii, a které nalezneme také v mytologii, je motiv boje a hrdinské smrti. Pravděpodobně neexistuje tradice, která by v nějaké podobě tento motiv neznala. Boj hrdiny s nestvůrou najdeme v Mezopotámii v podobě boha

41 Termín pochází z řec. slova „theopaneia“ a znamená zjevení Božstva nebo setkání s Bohem. V řecké mytologii tato fáze představuje poslední ze čtyř fází klasické tragédie: zápasu, utrpení, nářku a teofanie. Tuto závěrečnou fázi nalezneme také v osudech Osírida nebo Krísta.

42 Katarze byla součástí antického umění a představovala „očistění“, které bylo způsobeno prožitkem strachu a soucitu s postavami a osudy postav antického dramatu.

Marduka s bohyní Tiamat, podobný nalezneme v Řecku, kde sluneční bůh Apollón svádí boj s hadem Pythonem. Válku musel začít vést také hrdina Ardžuna v staroindickém eposu *Mahábhárata*⁴³ nebo Odysseus v *Iliadě*. Podle Junga psychologicky znamená přemožení obludy vítězství vědomí nad nevědomím. Po tomto vítězném boji často následuje dosažení vytouženého skvostu ve formě pokladu, perly či zlata. Tento motiv psychologicky vyjadřuje dosažení duchovního cíle, kterým je setkání s archetypem.

„Vám neradím k práci, než k boji. Vám neradím k míru, než k vítězství. Vaše práce budiž bojem, váš mír budiž vítězstvím!“ (Nietzsche, 1995, s. 41) Tento Nietzscheho výrok, je podobný Ježíšovu podobenství: „Nemyslete si, že jsem přišel na zem uvést pokoj; nepřišel jsem uvést pokoj, ale meč.“⁴⁴ V historii byl stejně jako další Nietzscheho názory vykládán doslovně, a tedy mylně. Nietzsche prosazuje válku rituální, kterou znaly starověké národy, a tato válka se odehrává uvnitř člověka. Jung popsal tuto potřebu vnitřního boje v archetypu hrdiny. Jung pochopil, že vnější války jsou pouze projekcemi vnitřních konfliktů, které člověk prožívá ve svém nitru. Dokud si člověk těchto vnitřních nevědomých sil není vědom, pak ho tyto síly mohou zcela ovládnout. Podle Hillmana současná psychologie předstírá, že těmto silám rozumí a přistupuje ke konfliktům tak, že se dějí mezi mnou a mezi různými jinými postavami. Hillman však upozorňuje: „Jenže se začíná tím, že existují konflikty uvnitř těchto postav, mezi nimi, jsou to řekněme tenze, a nikoli konflikty, tenze a prohlášení nebo zjevení, které odhalují mou duši, a přece jsou historické, objektivní v tom smyslu podivně neosobní, nikdy se Jungovi nestaly, nejsou součástí jeho historie v osobním smyslu.“ (Hillman, Shamdasani, 2014, s. 50)

43 Obsahem tohoto eposu je bratrovražedná válka dvou spřízněných rodů Pánduovců a Kuruovců, kteří mají svůj původ od legendárního krále Bharaty. Tradičně je epos připsován mudrci Vjásovi a vznikl mezi 4. stol. př. n. l. a 4. stol. n. l..

44 Jedná se o citát z *Nového Zákona* – Matouš 10, 34-41.

Hieronymus Bosch: Haywainský triptich.
Poutník [olej na desce]. 135 x 90 cm.
1500–1502. Monasterio de San Lorenzo,
El Escorial. Dostupné z: <http://ografologii.blogspot.cz/2009/08/hieronymus-bosch.html>



Podle Hillmana (2014) psychologie po Červené knize musí být založena na fantazijních představách, neboť doposud platil názor, že fantazii lze odvodit a vysvětlit⁴⁵ z osobních determinant, z komplexů. Tedy Jung mluví o svých nejhlubších konfliktech jako o souhře obrazů, která je výsledkem fantazijního myšlení neboli utváření „představ“. Oidipovský mýtus se stal jedním z hlavních motivů, na kterých Freud postavil svoji teorii tzv. Oidipovského komplexu, neboli mužské nevědomé sexuální touhy k matce a strachu ze svého soka otce. Na základě tohoto mýtu Freud formuloval objasnění intrapsychické konfliktní situace pěti až šestiletého dítěte, která může vyústit až v různé nutkavě neurotické fenomény, hysterické poruchy, pocity méněcennosti, masochismus apod. Jung se díval na tento archetyp z poněkud jiného hlediska a odmítal představu, že u dítěte hraje roli skutečné sexuální spojení, ale spíše se jedná o souhrnný komplex citové závislosti dítěte jako připoutání se, žárlivost a závist. Matka v tomto období má pro něj spíše význam ochranný, obklopující a je z těchto příčin spjata se slastí. V bezprostřední vnitřní zkušenosti matka odpovídá kolektivnímu nevědomí a syn matky představuje vědomí, které se považuje za svobodné, které ale stále znovu propadá moci spánku a nevědomí. „Imago matky, však zastupuje nevědomí, jehož životní nezbytností je být napojeno na vědomí tak silně, jako je pro vědomí nevyhnutelné neztrácet souvislost s nevědomím.“ (Jung, 2009, s. 190) Podle Junga vynoření incestního motivu představuje, že jedinec vstoupil na cestu k individuaci. Jakmile se tento pud objeví, přestrojí se nejprve do symboliky incestu, protože nejbližší ženskou bytostí muže je matka, sestra či dcera, pokud nehledá ženství v sobě samém.

45 Jung si v Červené knize uvědomil, že snahy o racionální vysvětlení fantazií, které byly běžné v dosavadní psychologické praxi, vedou k zabíjení fantazie a pouze k předstíranému porozumění. Podle Hillmana je právě tento posun k jinému způsobu tzv. fantazijnímu myšlení jeden z hlavních výsledků, k nimž Jung dospěl po Červené knize.

J. A. Butler se v knize *Archetypová psychoterapie* věnoval klinickému odkazu Jamese Hillmana. Podle Hillmana Freudovo Ipění na mytologických formulacích lidského chování vyústilo v iniciaci celé kultury do Oidipovy tragédie, což ovlivnilo způsob, jakým vnímáme dějiny. Freudova psychoanalýza ovládla náš kult duší a osudový charakter získala raná léta a vytěsněné vzpomínky. Základním kamenem větší části psychoanalýzy se stal incest, otcovražda a neúnavné hledání pravdy v reduktivním myšlení. „Teorie založená na vývoji v dětství, život žitý dopředu, nás redukuje na naše nejmenší schopnosti, na infantilní stadium a jeho pošetilosti.“ (Hillman, Ventura, 2016, s. 70)

Hillman vidí hlavní smysl Oidipova mýtu nikoli v incestu a otcovraždě, ale spíše v zúženém nebo doslovném chápání. Podle něj Laios ani Oidipus nepochopili druhý smysl věštek.⁴⁶ Pochopili je doslovně a tím upadli do jejich moci. Hillman soudí, že tuto negaci metafory znázornila v mýtu vražda dítěte. Laios, který vystupuje jako charakteristicky rigidní král obhajující své nároky, je ohrožen možnostmi, jež představuje nové dítě – archetypické zosobnění imaginárních možností. Laios reagoval tím, že svázal dítěti nohy a nechal je zemřít na hoře Kithairon.

Jak píše Kastová v předmluvě ke knize *Dynamika symbolů*: „V psychologii C. G. Junga zaujímá ústřední postavení tvůrčí proces. Jungova terapie si klade za cíl umožnit, aby člověk začal experimentovat se svým bytím, aby dokázal tvořivě zacházet se svými problémy a zvláštnostmi své povahy. Namísto neuróz mají nastoupit možnosti tvořivé proměny.“ (Kastová, 2000, s. 11) Jak mistrně vyjádřil tento tvůrčí proces opět Nietzsche ve svém Zarathustrovi: „Miluji

46 Thébského krále Laia varovalo delfské orákulum, že bude zavražděn vlastním synem. Laios nedbal varování různých orákulí, v opilosti zplodil syna Oidipa, kterého ovšem hned po narození nechal odložit. Oidipus se zeptal orákula v Delfách na své rodiče: „Nechod do své vlasti!“ byla odpověď, „jinak zabiješ otce a oženíš se se svou matkou.“

toho, kdo tvořiti chce nad sebe samého a takto zaniká.“ (Nietzsche, 1995, s. 57). V tomto Nietzscheho výroku je ukryta myšlenka potřeby tvorby nových hodnot na úkor starých a již nepotřebných, podobně terapeutický proces C. G. Junga je založen na rozbití strnulého postoje vědomí, aby se umožnilo působit formám skrytým a dosud neprojeveným. K tomu je ovšem potřeba symbolické jednání, které umožňuje otevřený přístup k symbolům.

Dynamika vnitřních obrazů – symboly proměny duše

Symbolické jednání – otevřenost symbolu

Jung popisuje psychický systém jako dynamický, tedy jako neustálý tok psychické energie, pro kterou používal pojmu libido. Tato energie se dynamicky přelévá nebo přemísťuje v závislosti na potřebách a zákonitostech psyché. Jak píše Jolande Jacobi v knize *Psychologie C. G. Junga*: „Všechno živoucí je energií, a spočívá proto na protikladnosti.“ (Jacobi, 2013, s. 61) Tento fenomén protikladně působících sil považoval Jung za podstatnou zákonitost psyché, která funguje jako „seberegulační systém“,⁴⁷ jehož celkové množství energie je konstantní. Jung tedy jako hlavní vztah těchto protikladných sil, neboli vědomí a nevědomí,

⁴⁷ Seberegulační nebo autoregulační funkce psyché probíhá neustále formou kompenzačního vztahu mezi vědomím a nevědomím.

popsal jako kompenzatorní neboli kompenzační.⁴⁸ Spočívá především v tom, že ze strany nevědomí lze očekávat reakce vůči jednostrannostem vědomí tak, aby byla zachována integrita struktury celku. O této aktivitě píše Jung: „Duše jako seberegulující systém je vyvážena stejně jako život těla. Všechny děje, které zajdou příliš daleko, vyvolají okamžité a nevyhnutelně kompenzaci, bez níž by neexistovala ani normální látková výměna, ani normální psyché. V tomto smyslu můžeme nauku o kompenzaci považovat za základní pravidlo psychického chování. Příliš málo zde působí příliš mnoho tam.“ (Jung, 2004, s. 149)

Tato kompenzace, která je reakcí nevědomí neprobíhá na vědomé úrovni, avšak děje se nejprve formou aktivace nevědomých obsahů, které produkuje materiál vhodný k oživení a změně nežádoucího vědomého postoje. Tento materiál je možné zachytit prostřednictvím imaginace zejména v podobě snů, fantazií a vizí, které člověk získává ve sníženém prahu vědomí, avšak důležitou roli hraje také sebezpozorování a sebekritika. Tento nevědomý materiál může být doprovázen nepříliš pozitivními emocemi a stavy, jako jsou příznaky neurózy, špatná nálada, extrémní afekty, strach a vnitřní napětí. S těmito stavy je možné podle Junga různě pracovat, v případě špatné nálady radí se do nálady nepokrytě ponořit a písemně zachytit všechny fantazie a asociace, které se objeví. „Jelikož rozladu nezpůsobilo vědomí, ale je to nevíтанá interference nevědomí, je propracovaný výraz takřka obrazem obsahů a tendencí nevědomí, které jsou v rozladě globálně obsaženy. Postup představuje způsob, jak afekt obohatit a objasnit, aby se tak i se svými obsahy přiblížil k vědomí. Nabude tak na působivosti a tím i na srozumitelnosti.“ (Jung, 1997, s. 243)

Edinger popisuje důležitost tohoto procesu: „Nejnaléhavější potřebou moderního člověka je nalézt

48 Kompenzace je přirozený proces sloužící k nastolení nebo udržení rovnováhy uvnitř psyché.

skutečnost a hodnotu vnitřního subjektivního světa psýché, objevit symbolický život.“ (Edinger, 2006, s. 103) Symbol jedince neodolatelně přitahuje a fascinuje, protože mu přináší živoucí, subjektivní smysl, který dokáže uvolňovat a přetvářet psychickou energii. Podle Junga člověk ztratil schopnost prožívat symbolický život, neboť pro něj rituály již nemají v životě místo, avšak pouze symbolický život může uspokojovat každodenní potřebu duše. Podle Edingera jsou symboly plody archetypické psýché a člověk je tedy nemůže vytvořit, ale pouze objevit. „Archetypická psýché vytváří nepřetržitý proud živoucí symbolické obraznosti.“ (Edinger, 2006, s. 103) Je důležité nechávat symboly doslovně pouze jako vnější fyzická fakta a redukovat je tak pouze na znak, avšak je třeba zůstat otevřen účinkům symbolické obraznosti. Příkladem takového doslovného chápání symbolu může být symbol kříže, který byl spojován s fyzickým utrpením Krista na kříži, zatímco význam tohoto symbolu je daleko širší a mnohoznačnější. Tato otevřenost symbolu umožňuje dialog mezi já a vynořujícími se symboly, které tak mohou uvolňovat a transformovat psychickou energii za plné účasti vědomého porozumění.

Dynamická struktura psychiky má podle Junga finální orientaci⁴⁹ neboli je zaměřená na určitý cíl, kterým je celost psýché, tzv. bytostné Já. Toto bytostné Já Jung popsal jako ústřední archetyp celosti, řídicí a sjednocující střed celku psýché. Jak píše Peery, „archetyp bytostného Já zahrnuje a má vztah ke všem ostatním archetypům. Je to obraz Boha vložený v individuální osobnosti, který lze nalézt v náboženské symbolice různých kultur, ale také ve spontánních obrazech umělecké činnosti a snech zralých osobností v individuálním procesu, které vytvářely symboly bytostného Já, Jungem pojmenované mandaly.“ (Peery, C. J, 2002, s. 409)

49 Tato zaměřenost na cíl má kořeny ve filozofickém učení „teleologie“, které poprvé popsal Aristoteles ve 4. stol. př. n. l. Spojuje účelnost s příčinou a pokládá ji za jednu z nich, příčinu účelovou nebo cílovou (*causa finalis*), jakožto „to, kvůli čemu“ něco je nebo se děje. Jung přijal toto učení do svého systému dynamické povahy psýché.

Mandala neboli „rituální nebo magický kruh“ představovala pro Junga nejvhodnější symbol, který vyjadřuje celkový syntetický pohled na psyché. „Jung tyto symboly studoval 14 let, než se odhodlal k jejich výkladu; dnes však patří k nejvýznamnější oblasti psychologické zkušenosti, kterou odhaluje a zprostředkuje těm, kdo pracují pod jeho vedením.“ (Jacobi, 2013, s. 140).

Tento symbol se objevuje v nejrůznějších formách ve všech kulturách a patří mezi nejstarší náboženské symboly lidstva. Vyskytují se v paleolitu, u indiánů Pueblo, v rozetových oknech středověkých katedrál, ve středověkém kole štěstěny, avšak nejdokonalejší mandaly se objevují ve východní filozofické tradici, např. mandaly tibetského buddhismu. Jung studoval tyto formy zejména v alchymistické a náboženské symbolice,⁵⁰ ale také moderní formy mandal jako je fenomén UFO,⁵¹ který považoval za kompenzaci stádní kultury. „V minulosti tudíž mohly být létající talíře snadno považovány za ‚bohy‘. Jsou úchvatnými projevy celku a jejich jednoduchá kruhová forma znázorňuje archetyp Self,⁵² který jak ze zkušenosti víme, hraje hlavní roli při spojování zdánlivě nesmiřitelných protikladů, a proto se nejlépe hodí k odstranění současné rozštěpené mysli. Má sehrát obzvlášť důležitou roli mezi ostatními archetypy, neboť v první řadě usměrňuje a uspořádává chaotické stavy, přičemž dodává osobnosti největší možnou jednotu a celistvost.“ (Jung, 1999, s. 525–6) Typické mandaly jsou kruhovitěho tvaru, nebo mohou mít tvar mnohoúhelníku se symetrickým uspořádáním obrazových prvků vztahujících se ke společnému středu. Symbol mandaly se objevuje, když se znovu ustavuje rovnováha mezi Já a nevědomím. „Skutečná

50 Jung se zabýval fenoménem mandaly zejména v díle *Psychologie a alchymie I.*, které vyšlo v V. svazku *Výboru z díla*. Mnohé mandaly vytvořil a popsal také ve své *Červené knize*.

51 Modernímu mýtu UFO se Jung věnoval v knize *Tajemno na obzoru, o fenoménech ufo a mimozemských jevech*.

52 Self neboli archetyp bytostného Já.

mandala je prý vždy vnitřním obrazem, který je pozvolna konstruován (aktivní) imaginací, a sice tehdy, nastane-li porucha duševní rovnováhy nebo nelze-li najít nějakou myšlenku a je nutno ji hledat, protože není obsažena ve svaté nauce.“ (Jung, 1999, s. 154)

Podle Šickové-Fabrici (2016) je mandala pomůckou pro koncentraci a meditaci a vyjadřuje touhu člověka po celistvosti a seberealizaci. Lidé byli vždy fascinováni kruhem a mnozí filozofové mandaly používali při své meditaci jako např. Hildegarda z Bingen v 11. století, která psala o svých vizích, kde připodobňuje Boha ke kruhu. Podobně také renesanční učenec Giordano Bruno vytvářel kruhovitě obrazy, které měly dokonalou formu. Dokonce i u malých dětí se v jejich kresbách objevuje kruh – mandala, která představuje symbol zrodu jejich identity a integrace. Rhoda Kellogová provedla mezi lety 1945–1981 jednu z nejrozsáhlejších analýz dětských grafických projevů, kdy shromáždila ohromné množství „čaranic“ od dětí z celého světa ve věku 24–60 měsíců, aby zjistila, že v kresbách dětí stejného věku existují stejné kresebné vzorce. Kellogová poukázala na důležitý fakt, že tyto kresby obsahují tvary mandaly: kruhy, kříže uvnitř kruhu, slunce, kruhy s tváří apod. „Když se dítě pokouší zachytit lidskou postavu, navzdory větší vizuální zkušenosti ji nejdříve kreslí jako kruh s údy zachycenými pouze jako paprskovité výběžky kruhu. Empirická data, která tato studie přináší, naznačují, že malé dítě zakouší lidskou bytost jako kruhovou, mandalickou strukturu, a potvrzují tak pozoruhodným způsobem psychologickou pravdu Platónova mýtu o původním člověku okrouhlého tvaru. Dětské terapeuti rovněž zjistili, že mandala u malých dětí působí léčivě.“ (Edinger, 2006, s. 19)

Profesorka Šicková-Fabrici realizovala některé metody práce s mandalou v arteterapii, např. se svými studenty vytvářela formu rozety,⁵³ která sestávala z vytvoření podkladu

počáteční čmáranice jako způsobu volných asociací, aby v této spleť síti čar vyčlenili prostor asi 5 × 3 cm, který vybarvili pastelkami, výsledek pak připomínal barevnou vitráž. Tuto mandalu lze přenést také do plastické, např. hliněné podoby. Další metoda je popisována jako vytváření mandaly – těla, kdy na velký papír do připraveného kruhu klienti zakreslují nejprve svůj pocit vnímání svého těla, potom své myšlenky, pocity, postoje, dojmy a nálady. Výsledky těchto metod práce s mandalou interpretujeme z hlediska barevné symboliky, barevných kombinací, ale také z hlediska možných osobních projekcí, projekcí momentálních stavů klientů a konečně z hlediska projekcí nevědomých tvarů, archetypů a zkoumáme jejich symboliku.

Hildegarda z Bingenu. Kosmos ve tvaru vejce. 14. Století, In: ECO, Umberto (ed.). *Dějiny krásy*. Přeložila Gabriela CHALUPSKÁ. Praha: Argo, 2005. s. 58. ISBN 80-7203-677-7.



58

kruhové okno, často velkých rozměrů, umístěné většinou nad vstupním portálem stavby nebo ve štítech příčných chrámových lodí. Viz článek Zuzany Řezáčové Lukáškové *Mandala v artefiletice. Příspěvek k metodice*. (*Arteterapie* č. 29, 2012)

Hildegarda z Bingenu, Stvoření všehomíra a kosmický člověk, in: *Revelationes*, kolem 1250. Lucca, Biblioteca Governativa. In: ECO, Umberto (ed.). *Dějiny krásy*. Přeložila Gabriela CHALUPSKÁ. Praha: Argo, 2005. s. 114. ISBN 80-7203-677-7.



Podle Junga symboly nejsou tedy jen intelektuálním výtvorem, ale právě naopak úplné pochopení symbolu není možné, neboť symboly také vypovídají o niterných záležitostech duše, které nelze kategoriemi rozumu zcela pochopit. Jung popsal mnoho symbolů, které se objevují ve snech, fantaziích a vizích, mj. i libido. Jung popsal libido, které mělo původně u Freuda význam sexuální energie jako zosobnění psychické energie, která se neustále proměňuje a proudí. Tyto symboly Jung popsal v mytologii a náboženství v díle *Symbol a libido*, kde je odhalil zejména v symbolice slunečního boha, falu, ohně a hrdiny. „Tento sluneční bůh přebývá také v srdci člověka ve formě nepomíjivé síly života, světla a je vnímán srdcem, myšlením a duchem. Tato personifikovaná tvůrčí síla byla zpodobňována mnoha bohy plodnosti, např. germánský Frej, egyptský Osiris, indický Rudra nebo Palečci, Daktylové a Kabeirové, jejichž symbolem je falus.⁵⁴ Falus představuje libido, psychickou energii v jejím tvůrčím aspektu.“ (Jung, Brno 2004, s. 174)

Zde se nám nabízí možné srovnání těchto mytologických motivů a symbolů s tvorbou výtvarného umění. Produkci fantastických, bizarních a alchymistických motivů můžeme nalézt u H. Bosche, kterého někteří badatelé považují za prvního malíře, jenž na svých plátnech zachytil pod rouškou konvenčních témat skrytý svět nevědomí. Je tomu tak na slavném obraze *Zahrada pozemských rozkoší*, zachycujícím několik biblických scén. Levý panel představuje vyobrazení Ježíše Krista s Adamem a Evou. Ve střední části je zobrazen výjev s lidskými bytostmi během rozmanitých smyslných a milostných hrátek. Pravá část triptychu představuje peklo a zatracení.

54 Podle Junga falus představuje libido, psychickou energii v jejím tvůrčím aspektu. Libido zde symbolizované tedy nepředstavuje výlučně sexuální sílu, jak se domníval Freud, který termín „libido“ zavedl, avšak vyjadřuje mnohem větší rozsah významů.

Hieronimus Bosch, Zahrada pozemských rozkoší. [olej na dřevěné desce]. 220 x 389 cm. 1503–1504. In: ECO, Umberto (ed.). *Dějiny krásy*. Přeložila Gabriela CHALUPSKÁ. Praha: Argo, 2005. s. 147. ISBN 80-7203-677-7



Prostřední scéna ukazuje ohromné množství postav a symbolů odkazujících na lidskou smyslnost a sexualitu. Pronikavost a modernost některých výjevů obrazu jako by odkazovala na psychoanalytickou symboliku. Velké množství bodných symbolů,⁵⁵ jako např. probodnuté ovoce nebo trny propichující předměty, by mohly ukazovat na symboliku sexuální, tedy psychické energie. Kulovité symboly jako vejce,⁵⁶ se nachází ve středu pekla, modré kulovité předměty ve střední části, a především centrální kruhové jezírko, odkazují k dokonalosti. Koule nebo kruh v analytické psychologii vyjadřují lidskou celost neboli tzv. bytostné Já. Dále na obraze můžeme nalézt množství bájných zvířat,⁵⁷ jako jednorožec, ibis, okřídlené postavy, vodní víly, volavky, ryby, sovy. Tyto postavy by mohly odkazovat na symboly archetypu věčného dítěte,⁵⁸ který podle Junga vyjadřuje všeobjímající povahu duševní celosti a jako takové je symbolem počátku a konce. Velká rozmanitost symbolů ovoce ukazuje zřejmě na lidskou smyslnost a požívačnost, která může symbolizovat pozemské bytí. V horní části ústředního obrazu můžeme spatřit motiv centrálního modrého jezera se čtyřmi přítoky.⁵⁹

Ve středu se nachází kulovitý předmět se čtyřhranným sloupem nebo obeliskem vycházejícím do výšin. Kolem centrálního jezera se nachází čtyři předměty v podobě hory rostoucí do výšin. Můžeme zde tedy odhalit symboly čtvernosti⁶⁰ s centrálním bodem, což ukazuje

55 Symboly pronikání a penetrace, jako jsou nůž, oštěp, šíp a falus, náleží k duchovnímu principu otce.

56 Zlaté vejce může být obdobou perly nebo drahokamu.

57 Archetyp dítěte může získat pomoc od zvířat nebo od zvláštních spojenců, jako jsou bájná zvířata.

58 Archetyp „věčného dítěte“ (puer aeternus) v mytologii bývá často zobrazován dětským hrdinou nebo skřítkem, trpaslíkem či hobitem a označuje nestárnoucího dětského boha. Tento archetyp Jung popsal v knize *Věda o mytologii* společně s K. Kerényim.

59 Zde se nabízí srovnání s čtyřmi biblickými řekami Gichón, Píšon, Chidekel a Eufrat.

60 Čtvernost neboli tzv. kvaternita symbolizuje duševní celost a dokonalost. Tento symetrický obraz bývá obvykle kruhový nebo čtvercový, rozčleněný na čtyři části.

na symbolismus mandaly. Nad horami se vznášejí postavy tzv. therianthropů neboli bytostí, které spojují lidské a nadlidské vlastnosti, jako např. bytost podobná mužíkovi s rybím ocasem letícím na okřídlené rybě.⁶¹ Tento mužík drží v levé ruce červený kulatý předmět,⁶² který je možné srovnat s podobným výjevem v egyptském náboženském symbolismu, kde můžeme najít symbol scarabea směřujícího ke slunci. Další analogické motivy můžeme porovnat s mytologickými postavami Quetzalcoatla v aztécké mytologii, který měl podobu opeřeného hada, nebo Mínotaura s lidským tělem a býčí hlavou v řecké mytologii.

V pomyslném středu obrazu nalezneme kulovité jezero, ve kterém můžeme rozeznat několik párových a protikladných symbolů. Vzhledem k velkému množství symbolů vztahujícím se k bytostnému Já uvádím slova samotného Junga: „Jako všechny archetypy má i bytostné Já paradoxní, antinomický charakter. Je mužské i ženské, stařec i dítě, mocné i bezmocné, velké i malé. Bytostné Já je pravým ‚spojením protikladů.‘“ (Jung, 2003, s. 216.) Po levé straně světlé a tmavé koupající se ženy, světlé ženy a černí havrani, koupající se ženy s překříženýma rukama. Kolem jezera se v kruhu po směru hodinových ručiček pohybují bytosti sedící na bájných zvířatech nebo např. na koních, velbloudovi, jednorožci nebo oslovi. Tento motiv spojení nebeských aspektů symbolizovaných bájnými zvířaty a pozemských v podobě lidských postav ukazuje podle mého názoru na spojení protikladů, které v analytické psychologii symbolizuje dosažení bytostného Já.

Ve spodní části obrazu vidíme motivy země, zahrady a vody s postavami nahých žen a mužů, kteří si užívají plodů

61 Symboly peří, ptáků, letadla a vše, co odkazuje na létání či výšky, je součástí komplexu symbolů, který vyzdvihuje horní nebeské říše.

62 Kulovitý předmět můžeme porovnat se symboly drahokamu, perly, zlatého vejce, zlaté koule a nebo „těžce dosažitelného skvostu“. Všechny tyto obdoby mohou ukazovat na symboliku archetypu božského dítěte.

země. Ve vodě rozpoznáme tančící pár nebo pár uvnitř kulovitého předmětu, který si bere ovoce. Dále je zde také obrácená postava, z jejíhož lůna vychází červený kulovitý předmět, který již známe z mnoha dalších vyobrazení. Tato část obrazu dále nabízí motivy květin, stromů, zvířat, ryb a ptáků. Všechny tyto motivy mohou ukazovat na symboliku archetypu matky,⁶³ která se může vyskytovat v mnoha projevech. Nejčastěji se objevuje v podobě vlastní matky, nějaké ženy, k níž má člověk vztah, nebo v podobě bohyně. V širším slova smyslu může být ztvárněna jako cíl touhy po spáse např. ve formě ráje, království Božího, církve a města. V užším smyslu může mít podobu dělohy, půdy, nebe, stojatých vod, země a hmoty. V souvislosti s popisovaným obrazem H. Bosche je výskyt symbolů archetypu matky obecně spojený s plozením, jako jsou obrazy místa porodu a plození, symboly stromu, květin, duté formy nebo motiv tvora pohlujícího jiného tvora.⁶⁴

Symbyly bytostného Já

Jung pracoval s pojmem „já“, který definoval jako ústřední komplex pole vědomí, ke kterému se vztahují všechny obsahy vědomí. Vedle tohoto vědomého já Jung popsal tzv. bytostné Já jako archetyp celosti a regulující centrum psýché. „Bytostné Já je veličina, která je nadřazena vědomému já. Zahrnuje nejenom vědomou psýché, nýbrž i nevědomou psýché, a je proto takříkajíc osobností, kterou také jsme... Neexistuje žádná naděje, že někdy dosáhneme byť jen přibližného uvědomění úplného bytostného Já, neboť

63 Jung popsal archetyp matky v díle *Výbor z díla II. – Archetypy a nevědomí*.

64 Motiv ryby pohlující menší rybu můžeme najít na mnoha Boschových obrazech, ale také např. v alchymii jako uroboros, neboli had požírající svůj ocas.

ať si z něho uvědomíme sebevíc, stále ještě bude existovat neurčité a neurčitelné množství nevědomí, které náleží k totalitě úplného bytostného Já.“ (Jung, 2015, s. 355)

Symbyly celosti se vyskytují především ve snech a vizích a poté v průběhu aktivní imaginace. Nejprve je třeba uvést geometrické útvary, které obsahují prvky kruhu a čtvernost. Kruh dokonalostí svého tvaru znázorňuje celostní charakter a čtvernost má rysy minimálního počtu rozdělení kruhu. Kruh může být znázorněn geometricky nebo předmětně, zatímco čtvernost např. formou kvadratické nebo čtyřdílné figury. „Kříž nebo cokoli, co hrdina nese (Mithrův býk) jako těžké břímě, je on sám nebo přesněji řečeno, jeho bytostné Já, jeho celost, stejně tak bůh jako zvíře, nikoli jen empirický člověk, ale plnost jeho bytosti, která svým původem tkví ve zvířecí přirozenosti a dosahuje přes to pouze lidské až k božství.“ (Jung, 2009, s. 195) Čtvernost neboli kvaternita může být zobrazena také čtyřmi předměty nebo osobami, které jsou ve vzájemném vztahu díky svému uspořádání.

Typickým příkladem je náboženská a mytologická symbolika. „Jung rozvinul v jistých ohledech ideu Krista jako symbolu bytostného Já. Okolnosti Kristova narození; konání zázraků; rozličné obrazy ‚nebeského království‘; jeho přídomek ‚Syn člověka‘, připodobňující jej k původnímu Anthrópovi, čili prapůvodnímu člověku; symbyly celosti, které jej obklopují, jako čtyři evangelisté, dvanáct učedníků, ‚alfa a omega‘, a symbolismus kříže – to všechno náleží k fenomenologii bytostného Já.“ (Edinger, 2006, s. 125)

Tento motiv nacházíme také v pohádkách, kde Jung pracoval s variací motivu čtveřice, jako dilematu tři plus jedna. Tato symbolika je vysvětlena v díle *O fenomenologii ducha v pohádkách*, ale tento motiv nalezneme např. u Platóna v dialogu Timaios. „Jeden, dva, tři – ale, kde máme, milý Timaie, čtvrtého z vás, včerejších hostů, kteří jste dnes hostiteli?“ (Platón, 1919, s. 13)

Archetypová psychoterapie – slovo a obraz v terapii

Změna paradigmatu

Naše společnost je postavena na falešných mýtech a iluzích, které v člověku vychovala masová konzumní společnost, která učí životní problémy vysvětlovat, usnadňovat a pokud možno prožívat život bez bolesti a bez negativních aspektů života, jako jsou nemoci, bolest, smrt, tedy učí žít za každou cenu. Takový přístup má své kořeny v měšťanské otrocké morálce,⁶⁵ jak ji nazýval Nietzsche (2002), která udělala moderního člověka slabým a stádním. Nemoc se snažíme odstranit, bolest utlumit, stáří je pro nás zbytečným a smutným obdobím života a smrt odstranit nejde, ale jde ji alespoň potlačit ze společnosti. Z pohledu analytické i archetypové psychologie duševní nemoc není zcela negativní skutečnost, ale představuje spíše jakýsi obraz duše, která hledá nové možnosti svého rozvoje a růstu ovšem za cenu bolesti, strachu a úzkosti. Nemoc je doprovázena konflikty a určitou mírou disociace⁶⁶ neboli

65 Nietzsche v díle *Genealogie morálky* (1887) tvrdí, že mravní kvality, které hlásalo křesťanství – pokora, vlídnost, soucit –, představují rysy morálky otroka, toho, kdo chce pomáhat druhým v situaci bezmoci a utrpení. Proti této „morálce otroka“ staví „morálku pána“, jejíž kořeny spatřuje v řeckém ideálu dobrého života, do kterého patří vznešenost a rozvoj sebe sama. „Morálka pána“ usiluje o dosažení kvalit, které povedou k pokroku lidstva; morálka otroka usiluje o dosažení kvalit, které budou chránit nejslabší členy společnosti.

66 Disociace v psychologickém kontextu představují široké spektrum prožitků od lehké formy odloučení od bezprostředního okolí až po závažnější odloučení od fyzických či emočních prožitků.

rozštěpením osobnosti na jednotlivé komponenty, které je charakteristické např. pro neurózu. Jestliže s těmito komponenty postupně pracujeme, můžeme je tzv. asimilací⁶⁷ přivést znovu do vědomí a tyto původně nevědomé obsahy integrovat do vědomí, tím se vědomí stává znovu jednotné a dochází k rovnováze neboli celosti osobnosti.

C. G. Jungovi se podařilo něco velkolepého v rámci moderního myšlení. Svým objevem tzv. kolektivního nevědomí a znovuobjevením archetypů přispěl k propojení studia fyzického člověka v medicíně a psychického člověka v humanitních vědách, které bylo, troufám si říci, dávno pozapomenuto, a které díky práci C. G. Junga bylo znovu nastoleno. V současné době někteří vědci mluví o potřebě změny v přístupu k lidské duši a vědomí, např. psycholog Victor L. Schermer (2007) mluví v knize *Duch a duše* o „novém paradigmatu v psychologii, psychoanalýze a psychoterapii“, ale také přírodovědně orientovaní vědci jako např. fyzik F. Capra (2002), který viděl v psychologii C. G. Junga novou cestu k poznání základů lidské psychiky založenou na překonání racionálního přístupu freudovské psychoanalýzy a nastolení možnosti hledání neracionálních pramenů poznání.⁶⁸ V knize *Bod obratu* o významu myšlenek C. G. Junga píše takto: „Jeho koncepty jasně překročily mechanistické modely klasické psychologie a přiblížily tuto vědu pojmovému systému moderní fyziky více než jakákoli jiná psychologická škola.“ (Capra, 2002, s. 204)

F. Capra, který je známý pro svůj koncept hlubinné ekologie a systémový pohled na život, v knize *Bod obratu* popsal krizi karteziánského přístupu k poznání a vědě a potřebu hledání přístupu nového myšlení založeného na nových objevech ve fyzice, biologii, ekonomii a také např.

67 Asimilace znamená splývání nových vjemů s dříve osvojenými podobnými představami.

68 Neracionální prameny poznání, o které se Jung opíral, byly zejména poznatky hermetických věd, alchymie, gnóze, ale také náboženské symboly a mýty a umění.

v psychologii C. G. Junga. Podle Capry (2002) došel Jung v rozšíření psychoanalytického systému nejdále ze všech Freudových žáků. Jung se nepokoušel o vysvětlování psychologických jevů jako spíš o pochopení psychiky v její úplnosti. „Viděl psychiku jako samoregulující, dynamický systém charakterizovaný fluktuacemi mezi opačnými póly.“ (Capra, 2002, s. 397)

Velkou událostí pro zájemce o dílo C. G. Junga bylo vydání *Červené knihy* editorem Sonu Shamdasanim. Než bylo umožněno ji v roce 2009 vydat, ležela 23 let v bankovním sejfů. Tato kniha se nepodobá žádnému z děl C. G. Junga ani obsahem ani po formální stránce. Kniha obsahuje překrásné barevné malby Jungových vnitřních fantazií a vizí, které vytvářel během aplikování své vlastní metody aktivní imaginace. Jung sám ručně zaznamenával své fantazijní zážitky mnoho let do svých deníků, které mají podobu středověkých iluminovaných rukopisů. Jung v úvodu *Červené knihy* předkládá kritiku současné psychiatrie a poukazuje na její neschopnost odlišit náboženskou zkušenost nebo božské šílenství od psychopatologie. Na základě svých zkušeností vytvořil nové pojetí cílů a metod psychoterapie.

Proč je *Červená kniha* tak důležitá pro archetypovou psychologii, ale i pro psychologii obecně? V knize *Nářek mrtvých*, která byla dialogem mezi dvěma významnými psychology a interprety Jungovy *Červené knihy*, přiblížili autoři její význam takto: „Je to nejpropracovanější, nejpromyšlenější text v Jungově kánonu. Máme teď zvláštní příležitost k novému začátku, protože tento zakladatelský text jednoduše nebyl k dispozici.⁶⁹ Ale teď je a po sto

69 Obsah *Červené knihy* zachycuje Jungovy představy a vize, které si zaznamenal kolem roku 1913, kdy mu bylo 38 let a prožíval zvláštní a obtížné období, které představovalo zlom v jeho životě. V této době se schylovalo k první světové válce a Jung byl stížen vnitřními hlasy a obrazy, které jej přinutily k sestupu do chaosu nevědomí. Jung se obával, že je postižen psychózou či schizofrenií, avšak dokázal tyto stavy zvládnout pomocí metody aktivní imaginace.

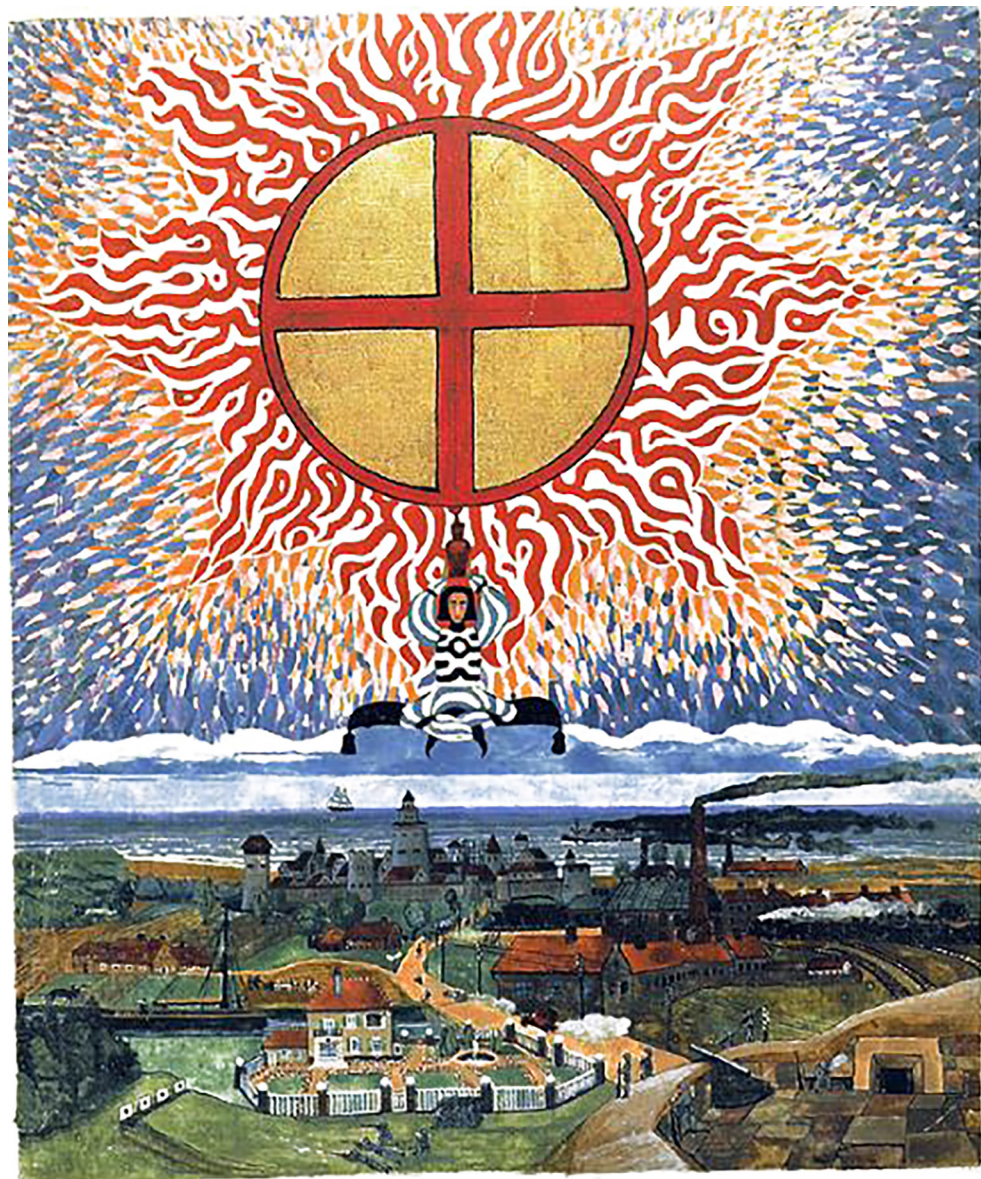
letech proto můžeme začít znova.“ (Hillman, Shamdasani, 2014, s. 46) Tím se myslí, že je zapotřebí začít znova s psychologií jako oborem, který se vlivem racionalistické snahy o vysvětlení fenoménu duše dostal po sto letech na zcestí, o kterém často mluvil sám C. G. Jung. Zejména je třeba změnit jazyk, se kterým pracuje dnešní psychologie, jež byl vždy exaktní a popisný. V důsledku povahy a přístupu *Červené knihy* je třeba přistupovat k fenoménu duše ze zcela nového hlediska, jak píše Hillman: „Psychologie po *Červené knize* měla nalézt jiný jazyk a my o tom musíme hovořit.“ (Hillman, Shamdasani, 2014, s. 46) Podle Hillmana tato nová psychologie musí užívat básnický jazyk, analogie, metafory a cokoli, co není takřikajíc denotativní.⁷⁰

Archetypová – estetická psychoterapie

Jason A. Butler (2015) popsal charakteristický styl archetypové psychoterapie: „Několik archetypových psychologů jako Berrová, Schenk, Hillman, Bleakley a Romanyshyn poukázalo na alternativní přístup, který nabízí radikální změnu orientace. Estetika je primární, je médiem i cílem. Estetická psychoterapie si raději „všímá, než vykládá“, a raději diferencuje to, co bylo prezentováno, než by odstraňovala patologii.“ (Butler, 2015, s. 163) „Estetická psychoterapie představuje silnou protiváhu k mechanizovaným formám léčení podle příručky, které jsou naprostou negací jedinečnosti a smyslové odezvy.“ (Butler, 2015, s. 162)

⁷⁰ Denotativní význam je významem obsahu pojmu, jež slovo zastupuje (matematika, přírodní vědy využívají výlučně denotativní jazyk, zatímco konotativní význam, který je mnohem častější v komunikaci mezi lidmi se týká širšího významu myšlenek, subjektivních pocitů, emočního prožívání, tendencí, vztahů, postojů a záměrů.

JUNG, Carl Gustav. Červená kniha: Liber Novus. Praha: Portál, 2010. s. 125. ISBN 978-80-7367-767-1.



Hillman (1992) mluvil o estetické citlivosti neboli o odpovědi srdce na to, jak vypadají věci, což je požadavkem duše. „Sama učenost totiž nestačí, je též vědění srdce, a to dává hlubší odpovědi.“ (Jung a Shamdasani, 2010, s. 232–235). V rámci tohoto příkladu k estetice bych rád zmínil filozofa, který byl nejen velkým zdrojem a inspirací C. G. Junga, ale také jakýmsi předstupněm vzniku psychoanalýzy, Fridricha Nietzscheho. Tento velký německý filozof se také odklonil od víry ve vědecké nebo spíše pojmové poznání a navrací se k estetice, která se v jeho přístupu stala organonem filozofie. Nietzsche (2014) se domníval, že základním lidským pudem není pojmové poznávání světa, jak si představovali myslitelé od Sokrata až po Hegela, ale činnost umělecká, vytváření metafor.⁷¹ Podle Nietzscheho lidský intelekt nikdy nemůže překročit hranice života a pojmové vědecké poznání dokonce může být škodlivé životu. Intelekt a věda totiž postihují pouze svět jevů, kde vládne čas a prostor. Podle něj vládne tomuto světu apollinský princip, a tento svět odpovídá zdání a závoji světa. Za tímto závojem je ovšem vlastní svět, sám o sobě, který leží hlouběji a představuje jediný herakleitovský proud,⁷² nerozlišený život, jednotu života a smrti. Herakleitos považoval za základ světa neustálé plynutí a zápas protikladů hmotného světa. „Všechno se děje v protivách a vše teče jako voda, vše je ohraničeno a jeden je svět. Vzniká z ohně a opět je spalován v určitých obdobích po celý věk, děje se to podle sudby. Z protiv ta, jež vede k rození, se nazývá bojem a svárem, a ta, jež vede k spálení, souhlasem a mírem, změna se zve cestou nahoru i dolů a jí vzniká svět.“ (Hussey, 1997, s. 32) Pokud se budeme blíže zabývat tímto citátem, připomene nám Jungův princip enantiodromie,⁷³ který tuto myšlenku aplikoval na

71 Tyto Nietzscheho myšlenky pochází z díla *Zrození tragédie z ducha hudby* z roku 1872.

72 Podobně jako Nietzsche také Jung považoval Hérakleita z Efesu, který byl nazýván „Temný Herakleitos“, za největšího antického znalce duše.

73 Enantiodromie popisuje psychologicky typický vztah mezi procesy vědomí a nevědomí. Tento charakteristický fenomén se vyskytuje prakticky vždy, když vědomý

lidskou psychiku. Tento princip znamená, že nadbytek jakékoli síly nutně ústí ve svůj opak. Tento svět je nejprve viděný jen jako lidská činnost, jako extatický stav, v němž padají všechny hranice mezi jednotlivými jsoucný. Podle Nietzscheho může člověk proniknout k jádru věci, tedy poznání jsoucna, pouze cestou uměleckého, intuitivního poznání a stát se tak spolutvůrcem nastávání.

Podle Hillmana, který svým přístupem navazuje na Nietzscheho a Herakleita,⁷⁴ chceme-li dělat psychologii, musíme pak užívat úplně jiný jazyk. „Musíme si ji představit jako říši dionýsovského života, životní síly, vášně, tragédie a komedie, a ne jako vysvětlení, kterého by se člověku dostalo z apollonské, athénské nebo jiné perspektivy dění.“ (Hillman, Shamdasani, 2014, s. 41) Jung píše v *Červené knize*: „Pochopení věci představuje most a možnost návratu na cestu. Ale vysvětlení věci je svévole, a někdy přímo vražda.“ (Jung, Shamdasani, 2010, s. 232–235) Z předešlého citátu je zřejmé, že vysvětlovat a snažit se pojmově uchopit fenomény duše je nejen špatný přístup, ale dokonce postoj, který může člověku spíše uškodit.

S. K. Levine (2005) mluví o J. Hillmanovi, který se odchýlil od Junga, jako o archetypální fenomenologii. Hillmanovo myšlení vychází z postmoderní filozofie, která se z velké části inspirovala myšlenkovým dědictvím F. Nietzscheho, zejména jeho důrazem na pluralitu přístupů a pohledů na člověka a odstup od absolutních pravd a hodnot ve prospěch individualismu. Tyto základy vedly Hillmana k odvratu od myšlenky celistvosti duše, kterou Jung pokládá za podstatnou a přiklání se více k její zvláštnosti, jak můžeme pozorovat v konkrétních obrazech,

život ovládají jednostranné tendence, tedy dochází k současnému budování stejně silné pozice protikladné.
74 Podle Hillmana Herakleitos vystihnul celou hloubinou psychologii výrokem, že neobjevíme limity duše, i kdybychom procestovali všechny cesty, jak hluboký je její logos. Herakleitos podle Hillmana spojil slovo hloubka a duše do jedné formulace, dnes interpretované jako hlubinná psychologie.

keré k nám přicházejí a dotýkají se nás. Hillman se tedy na místo jednotících koncepcí, jako např. Ego nebo Já spíše přiklání k hodnotě rozmanitosti. Tento přístup nazýval polyteistickou psychologií.⁷⁵ Mnohé psychické poruchy moderního člověka mají svůj původ v neestetické kvalitě našeho života, neboť uniformita a homogenita moderního života nás oloupila o možnosti, které imaginace umožňuje.

Na rozdíl od Jungova teleologického zaměření se Hillman orientuje na archetypy, aby se projevíly v celé své rozmanitosti, a přitom dává větší prostor imaginaci. Nevidí Jungův koncept bytostného Já jako nutný k pochopení psýché, používá slovo duše tam, kde by Jung použil bytostné Já. Duší však nemyslí esenciální entitu, ale spíše kvalitu existence, která dává smysl a život naší zkušenosti.

Podle Hillmana (1971) je to právě archetyp anima, který přináší duši do světa a oživuje psychiku. Tento archetyp hraje centrální roli a je také zosobněním všeho důležitého a vitálního, co je cizí jáskému vědomí. Hillman chápe Ego v pojmech archetypu hrdiny. Ego je vše si podrobující subjekt, který chce ovládnout realitu skrze rozumové porozumění. Co Ego chybí, je duše – člověk, se musí vytrhnout z jasnosti jáského vědomí, aby mohl najít to, co dává našemu životu hodnotu. Duše pro Hillmana přebývá v hloubce, ve tmě a temných místech psychiky, a to zejména v její patologii. Cesta duše spočívá v patologizaci činů naší psychiky, které rozbíjejí falešnou jednotu jáského vědomí. Terapie, kterou Hillman preferuje, spatřuje základní smysl v obnově estetického rozměru života, kde má být krása postavena na místo znalostí. Poslední dobou se mluví v souvislosti s novými objevy v tvarové a hlubinné psychologii o sblížení umění a vědy, dokonce v širším

75 Hillman preferoval polyteistický model duše, který zahrnoval četné postavy bohů, které jsou plnoprávné bytosti, kde žádný nehraje vůdčí úlohu. Jungův monoteismus se opírá o centrální bytostné Já, které však Hillman zbavuje výsadní pozice a staví jej na rovnovážnou pozici s ostatními fragmenty psýché.

horizontu se někteří vědci a myslitelé domnívají, že současná doba si vyžaduje nové přístupy k člověku.

S. K. Levine je profesorem sociálních věd a politického myšlení na York University v Torontu, avšak také psychoterapeut zaměřený na expresivní terapii. Levine je zastáncem estetického přístupu v arteterapii, tedy nepoužívá estetiku pouze jako jeden z nástrojů nebo metod v psychoterapeutické praxi, ale staví estetiku přímo do středu terapie uměním. V průběhu praxe expresivní terapie si uvědomil, že základem jeho práce je síla umění. Tento přístup má filozofické základy v klasickém pojetí umělecké tvorby jako „poiesis“;⁷⁶ tedy ve smyslu schopnosti reagovat a utvářet svět. Základním rysem lidské přirozenosti je schopnost tvorby, klasický koncept, který je ovšem v současnosti zcela opomíjen.

Jak píše Levine: „Pro Junga má raný vývoj vždy pouze částečný vliv, jedinec může uskutečnit pouze omezené množství potenciálu, avšak zralá osobnost člověka teprve realizuje svůj potenciál ve svém životě. Dá se říci, že neprožitý život straší ve formě snů, fantazií a pocitů, které se zdají cizí našemu egu. Často tyto nesplněné skutečnosti vedou ke krizi nebo zlomu, ať přicházejí v polovině života nebo později.“ (Levine, 2005, s. 51–55)

Největší přínos Hillmanovy archetypální psychoterapie podle mého názoru představuje jeho pokus o vytvoření nových základů psychologie, které by čerpaly z mytologické tradice a používaly metaforický jazyk. Hillman o možném přístupu k psychologii píše takto: „Čím by psychologie mohla být? Vůbec netuším, co to je.

76 Poezie (z řeckého poiesis – tvorba) znamená konání, tvorba, báseň, básnění, básnictví, druh umění, specifická forma vyjadřování, ale i vnímání světa. Ve starověku toto slovo znamenalo veškerou literární tvorbu. Hillman napsal, že existence poetického základu mysli naznačuje, že si psychologie mysli bude muset nalézt cestu k poetické mluvě.

Viz Levine, S. K. Poiesis, *The Language of Psychology and the Speech of the Soul*, 1997.

Možná jde o ten velký romantický sen o znovuuštění Bohů, návrat romantické vize Shelleyho, svým způsobem Heineho, svým způsobem Nietzscheho, o světě v němž je vše psychologické, protože vše je metaforické a mytické.“ (Hillman, Shamdasani, 2014, s. 213)

Pojmový jazyk, který vytvořila freudovská psychologie, ve skutečnosti nevypovídá o podstatě duše, nýbrž zasahuje a formuje nevědomý materiál. Hillman se tedy obrací k estetice, která dokáže lépe než vědecký pojmový aparát vyjadřovat aspekty duše. Hillmanův odklon od centralizace psýché v podobě směřování k celosti, který Jung popsal jako bytostné Já, představuje záměr zaměřit se na mnohoznačnost obrazu, který není pokřiven intelektuálním výkladem. Tento fenomenologický přístup k obrazu se mi jeví jako zajímavý pokus přiblížit se ještě více k porozumění výtvorům duše.

C. G. Jung, umění a arteterapie – terapeutické aspekty symbolu

C. G. Jung a moderní umění

„Navzdory skutečnosti vydání Jungovy monumentální práce, která vykresluje obrazy a imaginace v *Červené knize* (2009), vztah umění, umělců, arteterapeutů a jungovských studií, je matoucí a složitý.“ (Rowland, 2014, s. 81–93)

Podle S. Rowlandové⁷⁷ (2014) Jung vytvořil teorii imaginace, která přesahuje disciplinární, mýtické a individuální hranice: spíše se jedná o ideu radikálního přehodnocení duše, jak se projevuje v čase a prostoru. Jung svým dílem nevytvořil podmínky pro ideální návaznost mezi svým pojetím analytické psychologie a soudobé estetiky a umění. Dokonce i mnozí umělci inspirovaní Jungovými myšlenkami o společné neosobní sféře jako zdroje umělecké imaginace nepřijali priority jungovsly orientovaných arteterapeutů.⁷⁸ Jeden z možných důvodů tohoto rozporu může být Jungův spis o psychologii umění Picassa. „Zabývám se skoro dvacet let psychologií obrazového znázornění duševních procesů, a jsem proto s to pohlížet na Picassovy obrazy profesionálně. Na základě své zkušenosti mohu čtenáře ujistit, že Picasso vyjadřuje duševní problematiku – pokud se projevuje v jeho díle – která je naprosto analogická problematice mých pacientů.“ (Jung, 1994, s. 131)

Jung v Picassových motivech⁷⁹ odhalil obrazy, které nepocházejí z vnějšího světa vědomého, nýbrž z lidského nitra, z jeho nevědomí. „Všechny obrazově znázorněné procesy a vlivy duševního pozadí jsou v protikladu k předmětnému neboli ‚vědomému‘ znázornění symbolické, to znamená, naznačují přibližně a jak nejlépe možno nějaký smysl, který je zprvu neznámý. S ohledem na tuto skutečnost je také zcela nemožné, aby se v izolovaném jednotlivém případě něco konstatovalo s jistotou.

77 Susan Rowlandová je předsedkyní humanitních studií v Kalifornii na Pacific Graduate Institute. Je autorkou mnoha knih o Jungovi, zejména *Psyche and the Arts* (2008), *Jung and the Humanities* (2010). *Remembering Dionysus: Revisioning psychology and literature in C. G. Jung and James Hillman* (2016).

78 Jungova Červená kniha byla důležitým mezníkem pro proud amerických arteterapeutů, kteří začali používat výtvarné vyjadřování jako vhodnou psychoterapeutickou metodu. Tito terapeuti vytvořili přístup tzv. psychodynamické arteterapie: Judith A. Rubin, Lyddiatt, 1971, Chodorow, 1997, Allen, 1995, 2005; Kapitan, 2003; McNiff, 1995, Wysuph, 1970, Stevens, 1986, Michael Edwards.

79 Viz William A. Sikes: *The Psychological Roots of Modernism: Picasso and Jung*, 2014.

Máme jen pocit cizoty a matoucí, nepoznatelné směsi.“ (Jung, 1994, s. 132) Smysl takových obrazů můžeme podle Junga více pochopit, když metodou amplifikace nalezneme analogické motivy a obrazy. Jung si povšiml podobnosti Picassových motivů se schizofrenními motivy, které vykazovaly bezcitovost, rozervanost, lomové linie a obecně neharmonické a nejednotící charakteristiky.

Druhým dílem, které Junga zajímalo z psychologického hlediska, byl *Odyseus*, román Jamese Joyce z roku 1922, jenž Jung začal číst na popud jednoho nakladatele. Toto velmi obtížné a rozsáhlé dílo, které na 735 stranách popisuje průběh jednoho všedního dne 16. června 1904 v Dublinu, jenž prožívá hlavní postava románu Ulysses. Děj této nesmírně spleť a zamotané knihy začíná v prázdnotě a v prázdnotě končí. Junga překvapil nedostatek děje, celkové pointy a obecně rysy nicotnosti a monotónnosti, kterými toto dílo oplývá. Jung unavenými slovy popisuje, jak s vypětím sil dorazil na sto třicátou pátou stránku a usnul a zkusil číst knihu odzadu, ale jak poznamenal: „knihu lze číst i pozpátku, neboť v ní není žádné ‚kupředu‘ a žádné ‚zpět‘, žádné ‚nahore‘ a žádné ‚dole.‘“ (Jung, 1994, s. 77.) Jung popsal charakter díla také např. jako útrobní myšlení, ve kterém splývá objektivní a subjektivní, vnější a vnitřní svět hlavní postavy, která je omezena na pouhé vnímání. Ulysses však přesto vykazoval známky určité tendence: „Ulysses je chorobný produkt právě tak málo jako celé moderní umění. Je v nejhlubším smyslu ‚kubistický‘ tím, že rozrušuje obraz skutečnosti a rozpouští jej v nepřehledně komplikované ploše obrazu, jehož základním tónem je zádumčivost abstraktní věčnosti.“ (Jung, 1994, s. 131)

Tyto charakteristiky můžeme nalézt v základech uměleckého směru kubismu,⁸⁰ který představoval největší revoluci v dějinách malířského umění od doby, kdy byla v renesanci objevena perspektiva. Kubismus získal svůj název od „cubes“, pojmenování charakteristických rysů uměleckého stylu, který objevil Georges Braque a Pablo Picasso. Tento styl, který zastupují nejslavnější obrazy jako Picassovy *Avignonské slečny* z roku 1907 nebo *Zátiší s houslemi* z roku 1911 od George Braquea, vykazuje geometrické znaky: kvádry, krychle, šestihrany a představuje dosud nerealizované napadení malířských norem a představ. Je zajímavé, že původně ani Braque ani Picasso neměli v úmyslu vytvářet kostky nebo kvádry, ale usilovali spíše o přiblížení malířství dosahu svých možností, a podle slov Picassa chtěli pouze vyjádřit těmito prostředky to, co bylo v nás. Kubismus představoval patrně nejvlivnější umělecký směr dvacátého století, neboť objevil nový způsob ztvárnění skutečnosti a ovlivnil mnoho stylů moderního umění, jako např. futurismus, surrealismus, dadaismus a abstraktní umění. Moderní umění se od svých počátků stalo vzpourou proti umělecké tradici a svým příklonem k individualismu a umělecké nezávislosti usilovalo o revoltu proti společenskému řádu a realitě. Jak popsal Kandinskij: „Fráze o umění pro umění je tím nejlepším ideálem, k jakému může naše materialistická doba dospět, protože je to podvědomý protest proti materialismu a jeho požadavku, aby všechno mělo svůj účel a praktickou hodnotu. Když žádný platný smysl už nebylo možno nalézt ve společenském prostředí, museli jej umělci hledat v sobě samých.“ (Zykmund, 1971, s. 9)

80 Kubismus bylo avantgardní umělecké hnutí prvních desetiletí 20. století, které pojímá výtvarné umění revolučním způsobem, který spočívá v jeho prostorové koncepci díla, kdy předmět nezobrazuje jen z jednoho úhlu, ale z mnoha úhlů současně. Termínu „kubismus“ jako první použil francouzský kritik umění Louis Vauxcelles v roce 1908 („bizarre cubiques“ = divné krychle). Toto použití bylo myšleno hanlivě. Později byl termín přijat, ačkoli se jeho zakladatelům nelíbil.



Obr. 31 Pablo Picasso. Avignonské slečny
[olej na plátně]. 244 x 234 cm.1503-1504.
In: DEBICKI, Jacek. Dějiny umění: malířství,
sochařství, architektura. Praha: Argo, 1998.
s. 248. ISBN 80-7203-076-0.

Georges Braque. Zátíší s houslemi [olej na plátně]. 130 x 89cm. 1911. In: DĚBICKI, Jacek. Dějiny umění: malířství, sochařství, architektura. Praha: Argo, 1998. s. 244. ISBN 80-7203-076-0.



E. Gombrich se zabýval prvky primitivismu⁸¹ a regrese v díle *Tajemství obrazu a jazyk umění* (2014). „V souvislosti s kultem primitivního v umění Gombrich také často upozorňoval na nebezpečí eskalace regrese,⁸² tedy na situaci, kdy se umělci kvůli zesílení účinků svého díla postupně uchylují ke stále vyhocenějším postojům, vedoucím v konečném důsledku až k definitivnímu popření nejen všech uměleckých, ale i společenských konvencí a tabu západní společnosti. Toto riziko bylo v moderním umění latentně přítomné od samého počátku a také na ně bylo mnohokrát upozorňováno.“ (Gombrich, 2014, s. 311) Můžeme najít zajímavou paralelu mezi eskalací regrese v moderním umění, které popsal Gombrich, a regrese psychické energie, jako procesu zpětného toku ustrnulé psychické energie. Tato energie se navrácí zpět, aby rozvinula archaické struktury, neboť energie nemůže přestat proudit. „Libido zastavené a obrácené nazpět překážkou neregreduje nutně k ranějším sexuálním uplatněním, ale mnohem spíše k infantilním rytmickým činnostem, které jsou jako prvotní model základem vyživovacího i sexuálního aktu.“ (Jung, 2009, s. 214) Není náhodné, že tyto infantilní činnosti se projevují v moderním umění jako charakteristiky primitivismu, naivity, dětské kresby apod. Pro každou neurózu je charakteristická disociace a konflikt, přítomnost komplexů, rysů regrese a *abaissement du niveau mental*.⁸³ (Jung, 2009, s. 214)

81 Primitivismus je hnutí v umění a literatuře formující se na konci 19. a začátku 20. století, které využívá pojmu původně označující (z latiny) něco prvotního, vůči estetice 19. století prostého, naivního a podobně, rodící se se zvýšeným zájmem o lidovou kulturu. Například malíři zavrhuji technologické vymoženosti vytvářené po staletí a vrací se k středověkým primitivům, tj. italským, či vlámským umělcům 13.–15. století, nicméně inspiraci hledají též v umění tzv. přírodních národů a posléze i v dětském výtvarném projevu. Primitivismus také označuje dílo malířů bez formálního vzdělání, tedy naivní umění. Viz E. H. Gombrich: *The Preference for the Primitive* (2002).

82 Regrese nebo regres (lat. regressus, ustupují) obecně znamená pohyb zpět, ústup, návrat. Opačným termínem je progres, pokrok.

83 „snížení mentální úrovně“

Zajímavé jsou také poznatky německého psychiatra H. Prinzhorna, který shromáždil a studoval výtvořiny duševně nemocných pacientů. „Práce duševně chorých pacientů podle Prinzhorna vyjadřuje mnohé z vlastností, které přežívají v latentní či zakrnělé formě v každém z nás, a spojují nás tak bezprostředně s magickým světem imaginace. Spřízněnost moderního umění se světem schizofreniků je proto v podstatě ,toutéž spřízněností, jež o dvě desetiletí dříve vedla ke zkoumání výrazových prostředků a zkušeností dětí a primitivů – na protest proti chapadlovitému racionalismu minulých generací, ve kterém měli ti nejlepší pocit, že se dusí.‘ Těmi nejlepšími měl Prinzhorn samozřejmě na mysli umělce, jako byli Paul Klee, Vasilij Kandinskij, Pablo Picasso, Henri Matisse a především Paul Gauguin, který jako první objevil hodnotu primitivismu v umění.“ (Gombrich, 2014, s. 300)

Jung si byl těchto velkých změn stále více vědom a domníval se, že malíři jeho doby nejsou žádní malíři a že malířství je volné jako pták. Tímto kritickým stanoviskem poukazoval na stav moderního malířství, které se postupně odpoutalo od klasického kánonu krásy, aby založilo své postupy na revoltě, originalitě a experimentu. Jung v umění Picassa a jeho nesmírné popularitě spatřoval osud a příznaky psychologického stavu moderního člověka, „který se neobrací k dennímu světu, nýbrž osudově k temnotě a nenásleduje ideál uznávané krásy a dobra, nýbrž démonickou přitažlivou silou ošklivého a zlého, jež se antikristovsky a lucifersky⁸⁴ vzdouvá v moderním člověku a vytváří náladu zániku světa, právě tento světlý denní svět zahaluje mlhami Hádu, infikuje jej smrtelným rozkladem a nakonec ho jako prostor zasažený zemětřesením

84 Podle Junga je křesťanská tradice od svého začátku prostoupena tušením jakéhosi „enantiodromického“ obratu dominant. Jung touto tendencí myslí dilema Kristus – antikrist. Viz. Jungova studie *Aion, Příspěvky k symbolice bytostného Já*.

rozkládá do fragmentů, lomových linií, zbytků, sutin, cárů a anorganických jednotek.“ (Jung, 1994, s. 152)

Když se podíváme do mytologie, zjistíme, že tato nálada zániku, rozkladu a smrti není něco zcela nového. M. Eliade v knize *Mýty, sny a mystéria* tuto nutnou fázi hrdinovy pouti označuje jako tzv. „nekyia“, neboli cestu do podsvětí⁸⁵. Další formou může být pohlcení nebo sestup hrdiny do břicha nějakého obra či nestvůry za účelem získání poznání, moudrosti. „Toto vniknutí do břicha nestvůry odpovídá sestupu do podsvětí, do temnoty a mezi mrtvé, symbolizuje jak návrat do kosmické noci, tak temnotu ‚šílenství‘, v němž zaniká každá osobnost, a přihlédneme-li k těmto vzájemným shodám mezi smrtí – kosmickou nocí – chaosem – šílenstvím – návratem k embryonálnímu stavu, potom pochopíme, proč smrt také symbolizuje moudrost, proč jsou mrtví vševědoucí a znají budoucnost, proč vizionáři a básníci hledají inspiraci na hřbitovech; a tak rovněž pochopíme, proč budoucí šaman, než se stane mudrcem, musí poznat šílenství a sestup do temnot, proč je tvořivost vždycky určitým šílením a souvisí se symbolismem smrti a temnot.“ (Eliade, 1998, s. 192)

Tuto strastiplnou cestu do Hádovy říše vykonali hrdinové Odysseus, který se po Trojské válce toužil vrátit za svoji manželkou Penelopou na ostrov Ithaku. Také Herakles, jehož jedním z dvanácti úkolů bylo přivést psa Kerbera, strážce podsvětí. Achilles získal svoji nesmrtelnost poté, co ho matka Thetis vykoupala v podsvětní řece Styx, ovšem jediná část těla, která koupel nepodstoupila, byla Achillova pata, po jejímž zasažení šípem trojského Parida padl Achilles mrtev k zemi.

Tento mytologický sestup do podsvětí v analytické psychologii představuje sestup člověka do hlubin vlastního nevědomí, které zahrnuje setkání s vlastním stínem

⁸⁵ Motiv klade důraz na skutečnost, že tato fáze je jistou formou sebezničení, kdy hrdina neputuje ven a za hranice viditelného světa, ale dovnitř, aby se později znovu zrodil.

a jeho následnou integraci do vědomí. Tento sestup má pro člověka značně nepříjemný a bolestivý charakter, neboť stín představuje dosud nevědomé, temné aspekty osobnosti, jejichž uvědomění vyžaduje vynaložení značného morálního úsilí. Tato fáze je ovšem nutnou podmínkou pro další možný krok na cestě k celosti, a proto nesmí člověk podlehnout hořkosti a zášti, ale vytrvat, neboť odměnou je kontakt s archetypickou psýché a jejími uzdravujícími, životodárnými obrazy. Jung tento proces vysvětluje obnoveným propojením s kolektivním nevědomím, které je zdrojem moudrosti a praobrazů.

Nálada zániku a rozkladu světa, kterou Jung rozpoznal v Picassových obrazech a díle J. Joyce a kterou dobře znal z tvorby schizofreniků, jej upoutala především proto, že díla těchto umělců byla prezentována a vystavována s ohromným úspěchem a popularitou. Jednalo se o úkaz doby, který spočíval v odvrácení od krásy a dobra k fascinaci ošklivým a zlým. „V tvorbě moderního umělce tato tendence nevypovídá nic o změně osobnostních rysů a rozkladu osobnosti. Umělec ve svém díle sleduje tvůrčí záměr, nejedná se o manifestaci poruchy jeho osobnosti; naslouchá jakési výzvě doby. Jeho tvorba není reakcí na individuální impuls, ale na jakési kolektivní proudění, které má svůj zdroj v kolektivním nevědomí moderní psýché.“ (Jung, 1994, s. 132)

V tvorbě těchto světoznámých umělců rozpoznal Jung příznaky ducha doby. Toto převrácení dosavadních estetických hodnot: krásy v ošklivost, smyslu v bezesmysl, představuje podle mého názoru projev zákona „enantiodromie“, tedy protikladné působení sil ve svůj opak. Tento fenomén Jung studoval také v křesťanství, které si vytvořilo protiklad k postavě absolutně pozitivního a čistého „Krista“ v postavě absolutně zlého „satana.“⁸⁶

86 Podle Junga dogmatická postava Kristova se vyznačuje takovou dokonalostí a neposkvrněností, že všechno ostatní je jí zatemněno. Je vskutku natolik jednostranně dokonalá,

Tento fenomén nepředstavuje náhodu, nýbrž psychologickou zákonitost, kterou můžeme sledovat také v tvorbě moderního umění. Postava „satana“, která se poprvé objevila v Bibli v knize Job, představuje projekci negativních aspektů Boha, neboli stínu do postavy démona, ďábla, satana. „Odysseus tedy poukazuje na odvrácenou tvář skutečnosti, se kterou se lidstvo nechce konfrontovat. Moderní umění v sobě dle Junga předjímá budoucí stav, ke kterému společnost spěje, podkopává hodnoty, které se již tak jak tak poněkud naklánějí.“ (Jung, 1994, s. 134)

Zajímavý je přínos Antona Ehrenzweiga, výtvarného pedagoga a hlubinného psychologa rakouského původu, který vycházel z psychoanalytických přístupů S. Freuda a tvarové psychologie. Tvarová psychologie přispěla k pochopení procesu aktivního estetického vnímání, které podle gestaltismu⁸⁷ není pouhým mechanickým záznamem jednotlivých prvků viděné skutečnosti, avšak v procesu vidění hrají podstatnou roli významové strukturální vzorce působících sil. Ehrenzweig zkoumal a vypracoval fáze tvůrčího procesu⁸⁸ uměleckého díla, které vychází z nevědomé imaginace. Další fází tvůrčího procesu uměleckého díla je splývání nevědomého materiálu s vědomým, kdy dochází k vytvoření sjednocující matrice. Konečnou fází je práce na vyšší vědomé úrovni. Počáteční fáze je charakteristická chaotickým uspořádáním

že přímo vyžaduje psychický komplement k ustavení rovnováhy. Je to tato protikladnost, jež se dala bezpečně očekávat, která již dříve vedla k učení o dvou synech Božích, z nichž starší se jmenoval Satanael.

⁸⁷ Gestaltismus vznikl z německého výrazu Gestalt, jenž je do češtiny překládán jako podoba, tvar, celek, struktura, útvar. Představuje berlínskou školu tvarové psychologie, která byla založena Maxem Wertheimerem, Kurtem Koffkou a Wolfgangem Köhlerem. Podle tohoto psychologického směru nejsou elementy jen výsledkem umělé abstrakce a konstrukce. Psychologická realita se vyznačuje přirozenými celky fungujícími vždy v organických souvislostech.

⁸⁸ Jedná se o Ehrenzweigovo dílo: *The Hidden Order of Art* (1967) a *The Psychoanalysis of Artistic Vision and Hearing* (1953).

a fragmentární formou. Ehrenzweig mluvil o problému soudobého umění, které vykazuje fragmentární nebo schizoidní rysy. Ehrenzweig svým zkoumáním dospěl k zajímavým paralelám mezi chaotickými aspekty moderní malby, hudby a literatury, ale také moderní filozofie. Fantastické slovní složeniny Jamese Joyce připomínají Ehrenzweigovi fragmentovanou kubistickou malbu. Srovnává také trhavé linie u Rembrandta a Daumiera, které odpovídají destruktivitě avantgardní malby surrealistů. Povšiml si také chaotického rozladění typické pro moderní jazzovou hudbu. Moderní osvobození od zděděných stylů připomíná Ehrenzweigovi osvobození filozofie pozdního Wittgensteina od jednotné logiky, v rámci které vše, co dává smysl, musí být řečeno.

Jung poukazoval na různé přístupy a problémy při práci s nevědomými obsahy. Jedním z postojů je přečeňování umělecké hodnoty nevědomého obsahu, který zachytíme např. pomocí obrazu, slova, nebo plastického materiálu v průběhu tvorby. Pokud je příliš zdůrazněno estetické hledisko získaného materiálu, je to na úkor pochopení a smyslu. Tento přístup je typický pro některá díla moderního umění, která Jung studoval, jako díla Picassa a J. Joyce. Tato díla vykazovala vnitřní charakteristiky duše, avšak byla hodnocena z hlediska kunsthistorie, nikoliv z hlediska jejich vnitřního sdělení. Podle Hillmana (2014) je právě tento důraz na význam a smysl tím, co je typické pro Junga a současně jej odlišuje od tvůrců moderního umění. „Zásadní prvek, který odlišoval Jungovu obrazovou tvorbu od prací dadaistů,⁸⁹ byl jeho prvořadý důraz na význam a smysl.“ (Hillman, Shamdasani, 2014, s. 57) Podle Hillmana se tedy Jung spíše zajímá o proces, jak tento materiál v člověku vzniká. Jung si kladl otázku: Jak jsem to

89 Dadaismus neboli Dada, byl avantgardní umělecký směr vzniklý ve Švýcarsku. Mezi roky 1916–1923 byl velmi populární. Vznikl jako revolta skupiny umělců různých národností proti válečným hrůzám. Podle Hillmana se toto hnutí nevnímalo jako umění, ale chápal práci, kterou dělali, jako vzpouru proti úpadku a rozkladu západní civilizace.

namaloval? Oč se jedná? Co to znamená pro mě, jaký smysl nalézám v tom, že to dělám? Podle Hillmana obrázky v *Červené knize* zobrazují Jungovu vlastní ikonografii. Přemítá o nich, aby pochopil, jaký to pro něj má důsledek. Vnímá je jako šifry, jako symboly a užívá je jako ikony. Junga tedy zajímá více než umělecká reflexe spíš reflexe psychologická bez přehnaného zájmu o svá vlastní estetická kritéria.

Druhým přístupem je přecenění obsahu sdělení, kdy se některým postavám přikládá přílišný význam a hrozí situace přílišného vlivu archetypu. Tento případ vysvětloval na zkušenosti F. Nietzscheho, který byl pod velmi silným vlivem svého Zarathustry, postavy která představovala archetyp moudrého starce. Jung tedy upozorňoval na nebezpečí podceňování a přeceňování nevědomé látky a domníval se, že jejich vzájemný vztah je kompenzační. Jak výstižně vyjádřil A. Ehrenzweig v díle *Skrytý řád umění*: „Zaměření pozornosti je možné volně střídat mezi vertikálními a horizontálními způsoby. Vědomé a nevědomé duševní procesy jsou harmonicky integrovány jednotným cílem. Není žádné vzájemné divoké narušení, jaké známe z moderní hudby. Hladká oscilace mezi zaměřeným a nezaměřeným způsobem vnímání poskytuje určitý druh duševní gymnastiky, která je nesmírně prospěšná pro duševní zdraví.“ (Kuntz, 1969, s. 349–360)

Symbol a terapie

Susan Rowlandová⁹⁰ navrhuje uvažovat o jungovském symbolu jako o radikální změně pohledu na psychiku, jak se projevuje v čase a prostoru. Je třeba překonat názor, že

90 Viz Rowland Susan, Jung, art and psychotherapy re-conceptualized by the symbol that joins us to the wildness of the universe, *International Journal of Jungian Studies*, Volume 7, Issue 2, April 2015.

psýché se váže na jednotlivce, neboť Rowlandová poukazuje na možnost proměny dialogu mezi Jungem, jungovskými badateli a uměním. Podle Junga je symbol vstupní branou do nevědomí, avšak ne všechny představy jsou symboly. Jung rozlišoval znak, který je racionálním výtvořem vědomí, „je libovolně a úmyslně dosazen za nějakou známou a uchopitelnou skutečnost.“ (Jung, 2001, s. 150) Vedle znaku, který je spíše otázkou společenského konsenzu, popsal symbol, který je výtvořem iracionálního kolektivního nevědomí. Je nám dána „skutečnost, která se natolik nachází mimo verbální pojmy, že ji vůbec nelze jednoznačně vyjádřit.“ (Jung, 2001, s. 217) Podle Junga jím tedy rozumíme výraz, který co nejlépe reprodukuje komplexní skutečnost, kterou vědomí dosud ještě neuchopilo.

Symbol k nám přichází uzavřen do hmotné formy, aby nás spojil s nevědomím v jeho nejúplnějších možnostech kolektivní, transcendentní, spirituální energie. Symbol je tedy místo, kde se hmota a energie setkávají. V mytologii je tento proces symbolicky vyjádřen spojením matky přírody (hmoty) a nebeského otce (ducha).⁹¹ Symboly tedy rozšiřují naši psychiku o další rozměr a spojují tělo s duchem. Podle Rowlandové je zřejmé, že takový silný psychický motor, jako je symbol, má důsledky pro léčení a terapii. Tato terapie se ovšem nevztahuje pouze na jednotlivce, ale symbol může vést k uzdravení jedné z největších ran naší doby způsobené naším oddělením od nadlidské přirozenosti. Toto oddělení popisuje Edinger (2006) jako odcizení: „Existují četné popisy náboženských zkušeností, jimž obvykle předchází to, co svatý Jan od Kříže nazval ‚temnou nocí duše‘, Kierkegaard ‚zoufalstvím‘ a Jung ‚porážkou já‘. Všechny tyto

91 Posvátný sňatek (řec. Hieros gamos) je rituál sahající až k nejstarší lidské civilizaci, Sumerům. Jedná se o spojení boha a bohyně, které zaručovalo plodnost a blahobyt. Toto spojení přebírali v zastoupení lidé, často nejvyšší vládce a kněží, s cílem zajistit přízeň bohů a prožít mystické sjednocení mužského a ženského principu.

pojmy odkazují ke stejnému psychickému stavu odcizení.“ (Edinger, 2006, s. 55)

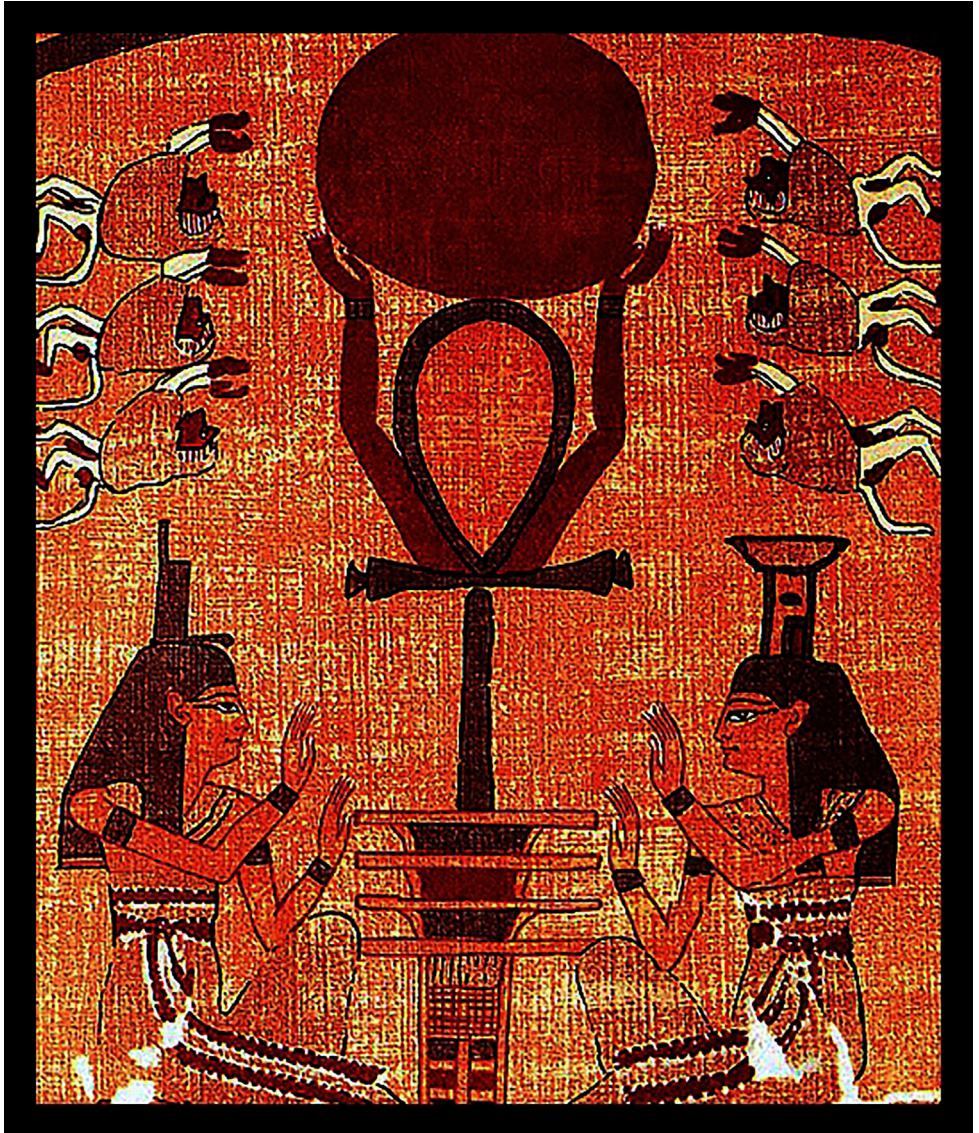
Podle Rowlandové je symbol vzájemný portál k přírodě a prostředek nezbytného psychického vývoje. Symbol tedy proměňuje jungiánský přístup k umění a spojuje člověka s divokostí vesmíru.⁹² Symboly mohou vznikat a zobrazovat se zcela spontánně. Příkladem mohou být náboženské symboly, které představují určitý vzor, jehož má člověk dosáhnout. Jako příklad bych uvedl příběh narození, života, utrpení, smrti a vzkříšení Krista, který představoval podstatu křesťanství. Tento mýtus byl vtělen do symbolu kříže s ukřižovaným Ježíšem. Symbol kříže je mnohem starší než křesťanství. Známe kříž keltský, jehož střed obepíná kruh, což může připomínat charakteristické znaky mandaly. Také známe starověký egyptský kříž ankh, který představuje klíč života a má podobu písmene T se zaobleným tvarem v horní části. Mohl bych pokračovat dále a našli bychom tento motiv téměř ve všech dobách a kulturách, neboť se jedná o univerzální symbol. Univerzální symbol nevykazuje znaky pouze konkrétního národa nebo dějinného období, ale vypovídá o člověku jako celku, jednotě. Univerzální symbol kříže představuje spojení dvou principů světa, jednak mateřského principu, který je vyjádřen horizontální linií, a dále mužského principu, který charakterizuje vertikála. V symbolu kříže tedy vidíme symbolické vyjádření spojení ducha a hmoty, což představuje jeden z nejstarších mytických motivů vůbec. Jung studoval tento motiv u mnoha kultur a došel k mnoha analogiím. Tato metaforická vyjádření představují symbol spojení protikladů neboli vědomé a nevědomé osobnosti člověka.

92 Viz David, J. Setkání tvarové a hlubinné psychologie ve výtvarné tvorbě, In.: *Století dítěte a výzva obrazů*, 2008.

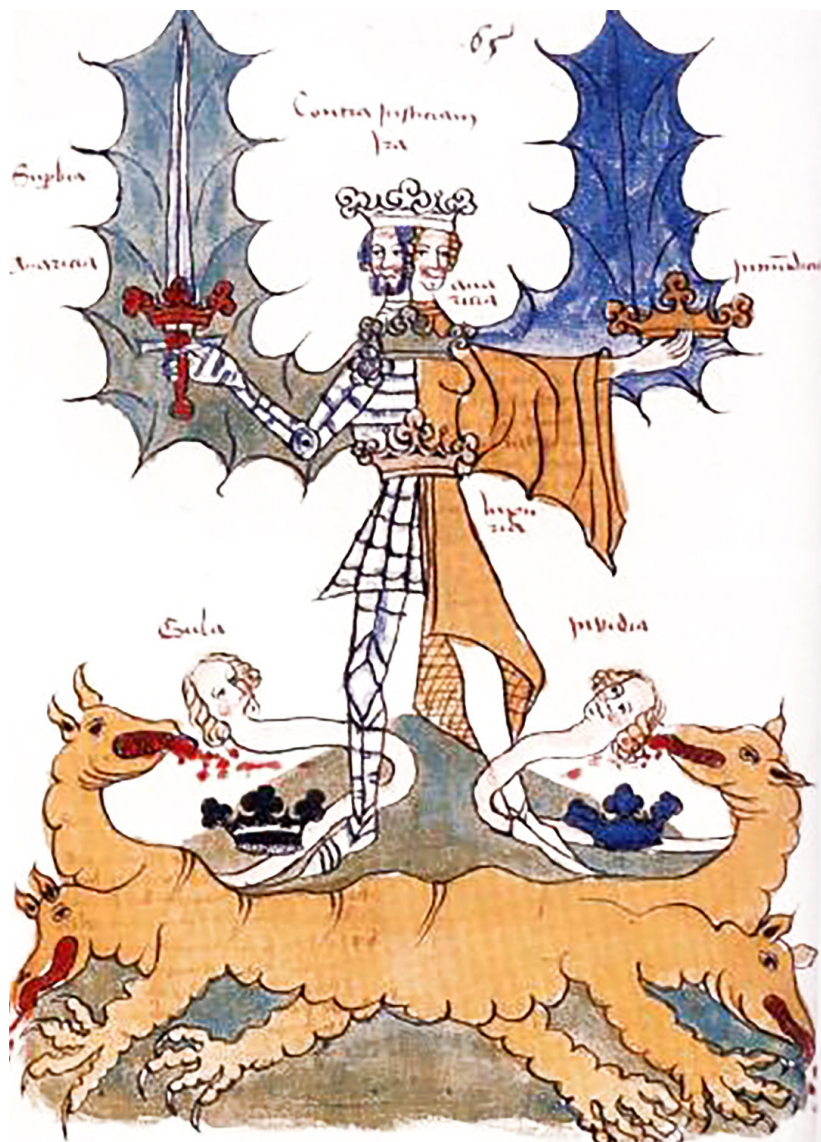
William Blake. Urizen presiding over the decline of morality. Ilustrace k básni The Song of Los. 1795. Dostupné z: https://en.wikipedia.org/wiki/The_Song_of_Los



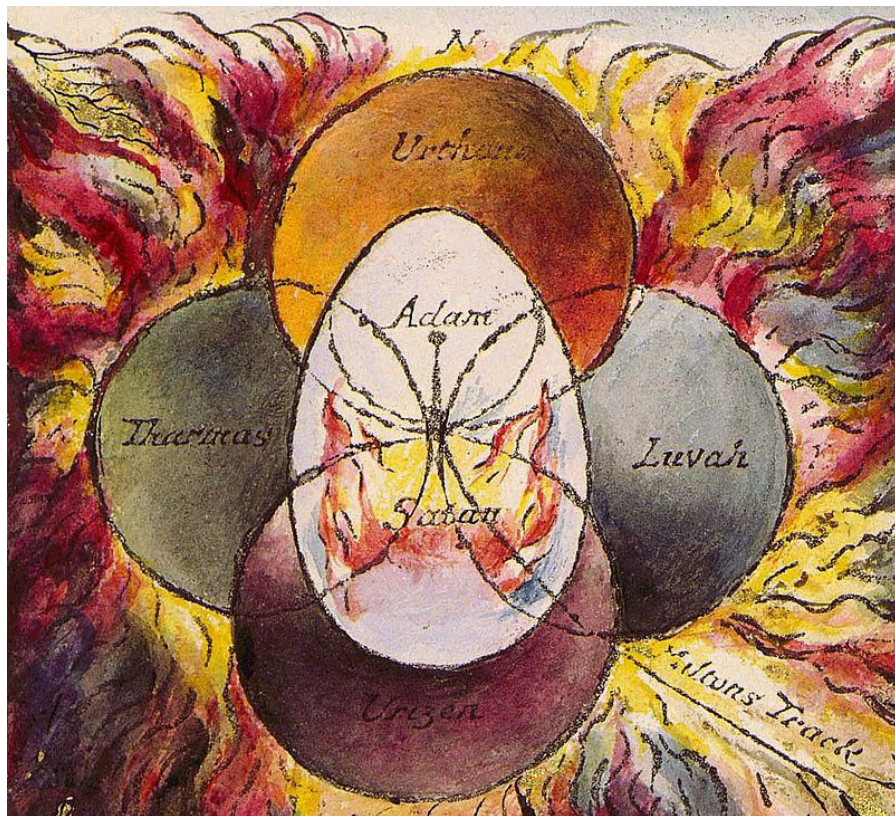
Djed a Ankh. Sluneční disk tvořící Strom
Života. Dostupné z: <https://isiopolis.com/2012/06/02/isis-the-ankh/>



Hermafrodit, In.: ECO, Umberto (ed.). *Dějiny ošklivosti*. Praha: Argo, 2015. s. 177. ISBN 978-80-257-1434-8.



William Blake. Ilustrace k básni The Four Zoas: The Death and Judgment of Albion The Ancient Man. 1790. Dostupné z: https://en.wikipedia.org/wiki/William_Blake%27s_mythology



Pro Junga znamenaly symboly spojení protikladů jako hermafrodit, v alchymii manželského spojení Slunce a Měsíce, nebo znovuzrození hrdiny, dosažení lidské celosti. Spojení protikladů také souvisí s fenoménem transcendentní funkce. „Transcendentní funkce protikladů, to je střídání argumentů a afektů. Konfrontování pozice znamená napětí nabitě energií, které vytváří něco živého, něco třetího, co není mrtvým plodem logiky, který odpovídá základnímu pravidlu ‚tertium non datur‘,⁹³ nýbrž je to pohyb vpřed z uváznutí mezi protiklady, živý plod, který přináší nový stupeň bytí, novou situaci.“ (Jung, 1998, s. 354–356) Cílem transcendentní funkce, která se projevuje jako schopnost sbližovat protiklady, je tedy dosažení středu osobnosti neboli určitého bodu rovnováhy mezi vědomím a nevědomím. Transcendentní ji Jung nazýval, neboť umožňuje přechod od jednoho postoje k druhému bez ztráty nevědomí. Tento přechod se uskutečňuje pomocí uvědomění nevědomých obsahů skrze vnímání symbolů vytvářených spontánní fantazií. Jung tento proces tvoření symbolů popsal takto: „Obraz Matky Boží s dítětem, který nabízím, mi objasňuje tajemství proměny. Když se ve mně sjednotí promýšlení a slast, pak z toho vzniká něco třetího, božský syn, který je vyšším smyslem, symbolem, přechodem k nové bytosti. Nestanu se sám nadsmyslem nebo symbolem, nýbrž symbol se utvoří ve mně, nicméně tak, že má podstatu a já svou. Tak stojím jako Petr v úctě před zázrakem proměnění a uskutečnění Boha ve mně.“ (Jung, Shamdasani, 2010, s. 249)

Mýtus a symbol tedy od pradávna člověku umožňoval přibližovat právě tyto nadlidské oblasti skutečnosti. Nebezpečím může být to, když se náboženské symboly pojmají doslovně a stávají se kultem, namísto aby byl pochopen jejich skutečný smysl. Příkladem takového doslovného chápání může být symbol Krista, který byl vzorem následování různých křesťanských učení,

avšak podstatné události Kristova života, které byly vyjádřeny např. v křesťanské bohoslužbě Mše Svaté, byly napodobovány úkony jako „eucharistie“ neboli přijímání těla páně. Původní smysl těchto tzv. svátostí se však již vytratil. „Kristus je vzorem, který žije v každém člověku jako jeho celostní osobnost. Historický vývoj však vedl k ‚imitatio Christi‘, při němž jedinec nekráčí k celosti svou vlastní osudovou cestou, nýbrž se snaží napodobovat cestu, kterou kráčel Kristus.“ (Jaffé, 2015, s. 242) Dalším příkladem doslovného výkladu náboženského symbolu je význam oběti. „Nikdo nemůže a nemá zabraňovat oběti. Oběť není zničení, oběť je základní kámen toho, co přichází.“ (Jung, Shamdasani, 2010, s. 249) Podle Junga, čím je symbol archaičtější a hlubší, tím je kolektivnější a univerzálnější. Vzhledem k tomu, že psychologie pracuje s představami a pojmy, které jsou odvozené z archetypických struktur, má schopnost překládat archaickou řeč mýtu do moderního mytologému.⁹⁴ Z těchto předpokladů Jung usuzuje, že i ty nejlepší pokusy o úplné vysvětlení takových metafor jsou více méně úspěšné překlady do jiného metaforického jazyka.

Při interpretaci obsahů nevědomí byl Jung ovlivněn zejména Kantovým agnosticizmem neboli vírou v nemožnost absolutního poznání. Jung byl také do jisté míry ovlivněn Kantovým „apriorizmem“,⁹⁵ který se projevil v Jungově konceptu archetypů, jako prapůvodních zdrojů lidského poznání. Jung byl také pod velkým vlivem Nietzscheho, zejména jeho perspektivismu⁹⁶ a odmítnutí metafyzických kategorií. Nietzsche pochopil a dovršil konec staré metafyziky, když napsal: „Filosofie totiž ve svém zaměření na celek tíhne

94 Mytologém označuje archetypickou představu nebo základní motiv v mytologii, který se opakuje.

95 Filozofické učení o možnosti před-zkušenostního poznání, o vrozených ideálech, jako je např. filozofie Platonova nebo Kantova.

96 Filozofické učení, podle kterého svět, člověk a jakoukoli skutečnost nepoznáváme jako celek, nýbrž neúplně v nějaké perspektivě. Poznání tedy závisí na pozici nebo osobním stanovisku poznávajícího.

k popírání svébytnosti jsoucna ve prospěch toho, co ‚vpravdě jest‘ nebo ‚být má‘, a Nietzsche hledá půdu, z níž se lze bránit proti příkořím, jichž se přitom filosofie dopouští – proti opovržení, které chová k ‚pouhému‘ jsoucnu, proti zavrhování jsoucna ve jménu ryzích ideálů.“ (Kouba, 1995, s. 38)

Metafyzika pracuje s pojmem absolutní pravdy, ve snu zosobňované formou posledního smyslu, kterému se máme podřizovat, a proti té se Nietzsche staví kriticky. Zdůrazňuje, že takové pravdy neexistují, proto bychom jim neměli podléhat. Poukazuje k podmíněnosti metafyzických představ a mluví o nemožnosti postihnout poznáním celek. Jung navázal na kritiku metafyziky, když mluvil o kategoriích jako o lidských projekcích, které podléhají psychologické zákonitosti a nemohou tedy mít absolutní platnost. Jungovým cílem vždy bylo se snažit pochopit, co nám symbol, umělecké dílo, sen nebo fantazie sděluje.

Pokud člověk nehledá smysl ve svých snech a symbolech, které se mu otevírají, pak je odsouzen k neustálému opakování stejných chyb. Dějiny nám ukazují, že člověk se nechce učit ze svých chyb. V 19. a 20. století bylo popsáno nejvíce knih analyzujících historické události a vzniklo nejvíce politických smluv a mírových dohod mezi státy. Státy s největší vzdělaností a dlouhou tradicí umění a filozofie jako bylo Německo a Rakousko-Uhersko se nejen neubránily válce, ale byly dokonce jejími iniciátory v osobách Viléma II. a A. Hitlera. „Žádný Němec, a tím méně pak Evropan nebo křesťan nemůže popřít, že v jeho domě byl spáchán nejpříšernější zločin všech dob.“ (Jung, 1994, s. 157) Pokud si člověk necení svých historických zkušeností a slepě trvá na své jediné pravdě, pak je odsouzen k inflaci vědomí,⁹⁷ bez ohledu na to, jedná-li se o jedince nebo o národ. Psychologická zákonitost je neúprosná.

97 Nadutost, nabubřelost vědomí. Inflace se projevuje přeceňováním vlastní důležitosti. Průvodním kompenzačním jevem jsou pocity méněcennosti. Naduté vědomí je vždy egocentrické a vědomé si jen své vlastní přítomnosti.

Jung varoval před masovým hnutím před válkou a předpovídal důsledky, které to může vyvolat. „Gigantické katastrofy, které nám hrozí, nejsou elementární události fyzického nebo biologického rázu, ale jsou to události psychické. V míře, která vzbuzuje hrůzu, nás ohrožují války a revoluce, jež nejsou nic jiného než psychické epidemie.“ (Jung, Brno 2012 s. 22)

Jung poukazoval celým svým dílem na mnohá nebezpečí působení nevědomých faktorů, avšak za největší hřích považoval nevědomost a falešnou jistotu naší současné společnosti, která stále znovu a znovu usiluje o vnější reformy a zatím jí uniká to nejpodstatnější. Avšak tato nevědomost naší současné epochy je ještě více posilována a udržována nejrůznějšími ekonomickými a materialistickými předsudky a ideologiemi v rukou mocných ekonomických institucí a elit, které udržují současné lidstvo prostřednictvím mediálních prostředků v jeho materiálním a konzumním zaměření. Výsledkem teoretických poznatků a praktických zkušeností C. G. Junga byly některé metody, které se později staly součástí arteterapeutického procesu. Jedná se zejména o metodu aktivní imaginace, kterou Jung popsal jako metodu introspekce k pozorování toku vnitřních obrazů. Další metodou je terapeutická hra s pískem a vodou.

Písečné obrazy jsou známy u indiánů kmene Navaho, v Tibetu, ale s pískem v umění také pracovali P. Picasso a J. Pollock. Jung v roce 1913 popsal vlastní zkušenost takto: „Stavěl jsem každý den po obědě, jestliže to počasí dovolovalo. Sotva jsem se najedl, hrál jsem si, než přišli pacienti. A večer, když práce skončila, jsem se dával znovu do stavění. Mé myšlenky se přitom ujasňovaly a byl jsem schopen zachytit fantazie, které jsem v sobě jako v předtuše cítil.“ (Jung, 1961, s. 161)

Podle Šickové (2016) je práce s pískem vhodná pro děti v předškolním i v mladším školním věku, neboť si hra s pískem často velmi oblíbí. Dokonce i mladí lidé a dospělí

s pískem rádi pracují, protože jim umožňuje navodit příjemné asociace a pozitivní pocity. Písek je vhodný materiál jednak pro jeho nenáročnost a dostupnost, ale zejména pro jeho potenciál v rámci esteticko-haptické stimulace, kdy jde o podporu a vybudování uvědomování si svého těla a rozvoj taktilního vnímání.⁹⁸ Haptická zkušenost s příjemným jemným povrchem písku může také napomoci odbourat rigidní chování a myšlení. Při vytváření např. písečné mandaly má práce také meditativní charakter, a tedy i terapeutický smysl.

Počátky terapeutické hry s pískem jsou spojovány s analytičkou Margaret Lowenfeldovou, která se zabývala tím, jak malé děti myslí a vyjadřují se, než mají k dispozici řeč. V roce 1929 začala vytvářet „Hru světa“ (sand world), pro kterou potřebovala skříňku naplněnou malými předměty, které pocházely z reálného života, ale také z filmů, divadelních her a pohádek. Dále používala kovovou krabici,⁹⁹ která byla do poloviny naplněná pískem. Velmi důležitá byla také voda a předměty jako lopatky, formičky, trychtýře, mosty, tunely a plastelína k vytváření věcí, které ve skříňce nebyly.

Lowenfeldová popsala hru takto: „Děti si přivlastňují věci, které nacházejí, a vybavují je imaginárními vlastnostmi, jež z nich činí ‚převážníky‘, nosiče významu pro pojmy, přání a fantazie, které vznikají v jejich hlavách. Poté, co si vytvoří prvky, které potřebují pro svou hru, přecházejí k jejich kombinování tak, že dokáží vyjádřit všechny základní myšlenky, jež se děti pokoušejí uchopit.“ (Lowenfeld, 1935, cit. dle Rasche, 2002)

Švýcarská jungiánská analytička Dora M. Kalffová studovala u Margaret Lowenfeldové a v roce 1996 zavedla pojem Sandspiel.¹⁰⁰ „Terapeutická hra s pískem a vodou

98 Taktilní vnímání stimuluje nervová zakončení v konečcích prstů i na celém povrchu kůže a pomáhá tak klienta senzibilizovat.

99 Němečtí arteterapeuti často pracují s tzv. pískovou bedýnkou (Sandkiste), kde má klient v ohraničeném prostoru vytvořit svůj svět z písku.

100 Můžeme se setkat s názvy: sandplay, sand tray a sand world. V ČR tuto metodu uplatňuje např. Mgr.

může navodit vnitřní klid, který obsahuje potenciál pro vývoj k celistvé osobnosti včetně jeho intelektuálních a duchovních aspektů. Je úkolem terapeuta vnímat tyto síly a jako ochránce vzácného pokladu chránit jej v jeho vývoji.“ (Kalff, 1980, s. 30)

Lenore Steinhardtová¹⁰¹ (2000) popisuje jungiánskou terapeutickou metodu hry s pískem a vodou, která podporuje přístup k některým hlubším vrstvám psychiky, které mohou být méně přístupné při práci s jiným materiálem. Na rozdíl od tradiční analýzy v průběhu terapie není konečný výtvar klient interpretován v takové míře. Výtvar je pouze fotografován, a jakmile klient opustí terapii, veškerý použitý materiál a pomůcky jsou vráceny do původního stavu, aby mohl být použit dalším klientem. Klient si tedy odnáší pouze vnitřní neporušenou představu obrazu. Vytvořený produkt je kreativní událost existující na krátký okamžik pouze v rámci terapeutické dílny na rozdíl od trvalého produktu vzniklého v průběhu arteterapie.

Pro práci jsou zapotřebí dvě dřevěné krabice,¹⁰² které jsou naplněny přibližně do poloviny jemným bílým pískem. Jedna krabice obsahuje suchý písek a druhá písek vlhký. Podle D. M. Kalffové (1993) vlhký písek může umožnit práci v hlubších vrstvách nevědomí. Interiér podnosu je natřený modře, neboť představuje element vody a nebe a je odkrýván, jakmile je písek odebírán. Modrá barva¹⁰³ je zvolena záměrně pro svoji uklidňující charakteristiku a může mít odstín blankytně modré pro suchý písek a hlubší kobaltové modři na podklad s vlhkým pískem. Umístování

Veronika Galusová, která používá název „terapeutické pískoviště“. Využívá se hlavně k diagnostice klienta, avšak také při dlouhodobé terapeutické práci.

101 Jedná se o knihu Lenore Steinhardtové z r. 2000: *Foundation and Form in Jungian Sandplay: An Art Therapy Approach Sandplay Therapy and the art therapy setting.*

102 Rozměry krabice jsou 19" x 28" x 3" (50 x 70 x 7 cm) nebo vyšší.

103 Modrá barva v psychoanalytickém kontextu vyjadřuje vztah s matkou.

předmětů a vytváření obrazů v písku se provádí naprosto spontánně prostřednictvím pomůcek nejrůznějších tvarů a forem metodou podobnou koláži.¹⁰⁴

Terapeutické pískoviště (Sandplay)
Dostupné z: (<https://www.psychologytoday.com/blog/in-therapy/201002/cool-intervention-4-sandplay>)



104 Tato metoda představuje integraci různorodých předmětů do smysluplného uspořádání. Zahrnuje celou řadu výtvarných technik ve dvou – i třírozměrném prostoru.

Obrázek z psychoterapeutické poradny
Mgr. Veroniky Galusové v Kolíně. Dostupné
z: ([http://www.psychoterapiekolin.cz/
fotoalbum/](http://www.psychoterapiekolin.cz/fotoalbum/))





3

Premena energie — rituálne správanie a umelecká tvorba

Júlia Zorkovská

Je zvyk železná košeľa?

„... návyky jsou posvátné, protože nám přinášejí záměrnou strukturu. Struktura nám dává pocit bezpečí. A ten pocit bezpečí je důvodem významu.“¹⁰⁵

(Robert Fulghum)

Označenie rituál patrí k výnimočne často zneužívaným slovám dodávajúc tak jeho objektu a subjektu magický význam. Jeho zneužitelnosť však pochádza z jeho vlastností – stretáva sa s ním naozaj každý, jeho definícia je skutočne široká, pretože rozdiely medzi použitím v prenesenom a pôvodnom význame sa často zmazávajú.

Slová Roberta Fulghuma popisujú zvyky (rituály), ktoré nám dávajú istotu a slobodu. No tak, ako v takmer každej oblasti, pokiaľ nám rituál prerastie cez hlavu, môže nám slobodu práve brať – cez úporné hľadanie istoty, ktoréj nedostatok pochádza z hlbokých príčin, cez činnosti, ktoré nám môžu v konečnom dôsledku škodiť. Charakteristikou niektorých psychických porúch je práve vytváranie takéhoto ritualizovaného správania, i keď ono správanie je v tomto prípade iba dôsledkom hlbšieho problému. Avšak jeho rituálny charakter obsahuje kľúčový jav – symbolicky prepája vykonávané akty s jeho vnútorným zmyslom. Tak sa môže stať kódom k rozlúšteniu pôvodu problému klienta.

105 “...habits are sacred because they give deliberate structure to our lives. Structure gives us a sense of security. And that sense of security is the ground of meaning.”

Purifikácia je dôležitým prvkom rituálov – očisťovanie sa cez akt presne vymedzeného postupu a charakteru – symbolicky, alebo doslovne, avšak vždy prepojene na vnútorný zmysel očistenia.¹⁰⁶ Čistota, formálna aj obsahová, má svoje miesto tiež v umení. Úporná snaha o očistenie sa však prejavuje aj v niektorých psychických poruchách – čistenie tela pri obsedantno-kompulzívnej poruche¹⁰⁷ a očista tela zvnútra (fyzicky aj symbolicky) pri poruche zvanej anorexia nervosa.¹⁰⁸

Ako autorka (výtvarníčka), čerpajúca z osobných problémov pomocou konceptuálneho umenia s akčným pozadím s transformatívnym charakterom, sa na základe svojich doterajších skúseností domnievam, že tieto rituály môžu byť bránou, cez ktorú sa terapeut dostane bližšie ku klientovi a v tomto článku hľadám možnosti, ako konštruktívne použiť rituály a kompulzívne¹⁰⁹ rituálne správanie na rituály presahujúce do umenia s tvorivým

106 Rituálna purifikácia je veľkou témou v náboženstvách – na jednej strane sú to často predpisy bežnej hygieny (pre množstvo náboženstiev sú podobné) s vymedzenými pravidlami, na druhej strane rituálne symbolické očistenie sa. Islam obsahuje množstvo predpisov, kedy sa umývať a ako, predpisuje, kedy je človek nečistý. Predpisy sú do istej miery podobné, ako v Starom Zákone a teda aj Judaizme (popisované v knihách Mojžišových). V judaizme má špeciálne miesto umývanie rúk. V kresťanstve v Novom Zákone je umývanie symbolicky zastúpené v rôznych konotáciách – ako symbol pokory, keď Ježiš umýva nohy učeníkom (Ev. podľa Jána 13,12-15), krst (ktorý je aktom ponorenia do vody), umývanie si rúk Piláta, ako symbol neúčasti na vine (Ev. podľa Matúša, 27;24). Avšak Ježiš vo svojom učení zdôrazňoval skôr morálnu ako rituálnu nečistotu (Žd 9,13-14). Hinduisti, okrem hygienických predpisov zdôrazňujú symbolickú čistotu a za očistné považujú pohyblivé vody (kúpanie v Gange).

107 Obsedantno-kompulzívna porucha sa nevymedzuje vyslovene len na čistotu, prejavuje sa v rôznych oblastiach (pozri kapitola Očista tela na povrchu: Obsedantno kompulzívna porucha a rituál), avšak jedno z významných zameraní je práve na čistotu v dôsledku strachu z kontaminácie a baktérií (Steketee a Cleere, 1990).

108 Problém anorexie sa netýka iba snahy o purifikáciu cez odmietanie a zbavovanie sa jedla, avšak podľa mnohých autorov sa práve symbolicky prepája snaha o duševnú čistotu cez pokusy očistiť telo – Bell (1987), Bynum (1987), Habermas a Beveridge (1992), Counihan (1998), Brumberg (2000), Reischer a Koo (2004).

109 Nutkavé.

charakterom i charakterom záznamu vnútorných pochodov. Vychádzam z presvedčenia, že rituály, i tie zdraviu škodlivé, v sebe obsahujú tvorivý potenciál, pri ktorého využití a následnom prezentovaní nastáva moment dôležitý z hľadiska sebapochopenia, pochopenia klienta terapeutom a príležitosť pre osvetu verejnosti vo veci psychických porúch. Snaha o očistenie je v tejto práci dôležitou témou a od toho sa odvíjajúce poruchy, ktorým sa v texte venujem – už vyššie spomenutá obsedantno-kompulzívna porucha a anorexia nervosa.

Rituály majú svoje miesto aj v terapii – terapeut predpisuje rituály na mieru šité klientovi po konzultácii s ním a vkladajú tak spolu do rituálu symboly vychádzajúce zo situácie klienta a tiež sa rituál zladí s klientovou kultúrou života (Van der Hart, 1983). Obrady, podobne ako symboly sa dajú interpretovať aj dodatočne a toto umožňuje rozšíriť interpretačné pole novými významami. V tom je okrem aspektov potvrdenia a zmeny ich potenciál. Dôležitou je tzv. redundancia – aj vykonanie rituálu samotné aj jeho interpretácia v slovách majú na klienta – tvorcu diela účinok (Combs a Freedman, 1990). Rituály ponúkajú priestor na reflexiu významných udalostí alebo zmien, pričom komunita alebo obecenstvo tento účinok zosilňujú. Vykonanie rituálu potom môže spustiť proces zanechania neželaných vzorcov správania alebo pocitov – napríklad muž, ktorý pri rituáli v horách spálil starostlivo pozbierané veci po bývalej manželke, od ktorej sa dovtedy nevedel odpútať, bol čoskoro po prvýkrát schopný vložiť sa naplno do nového vzťahu (Combs a Freedman, 1990).

Vzhľadom na moje profesionálne zameranie výtvarného pedagóga zaoberajúceho sa arteterapeutickým potenciálom konceptuálneho diela si však netrúfam plánovať koncepty diel priamo pre pacientov – moje kompetencie sú v tejto oblasti obmedzené a zodpovednosť aj schopnosť viesť klienta k uzdraveniu je najmä na ramenách

povolaného lekára alebo terapeuta. V tom vidím potenciál jedine v spolupráci terapeuta s výtvarníkom. V článku sa zameriavam najmä na spracovanie tematiky psychických porúch vizuálnym naratívnym spôsobom pre verejnosť. Tá je často veľmi slabo a povrchno oboznámená s realitou niektorých psychických porúch a aj keď sa vo veci osvety robí mnoho,¹¹⁰ predsa má o psychických poruchách dobré povedomie stále málo ľudí. Stáva sa, že o pacientoch s obsedantno-kompulzívnou poruchou si ľudia pomyslia, že sú to rozmazaní jedinci príliš zameraní na seba, o anorexii zas, že vychádza z obyčajnej snahy o schudnutie. To pacientom s danými ochoreniami veľmi sťažuje prijímanie spoločnosťou, ak majú pocit, že ich verejnosť odsudzuje a pritom im nerozumie, je veľmi pravdepodobné, že sa viac uzavru do seba a sociálne izolujú. Preto pokladám za dôležité verejnosť vzdelávať a pracovať na osvete – domnievam sa, že vizuálny kód, ktorý v sebe skrýva niekoľko rovín narácie, dokáže zdieľať viac, než verbálne zdieľanie. Aby dielo sprostredkovalo divákovi inú, dovtedy možno neuvedomenú realitu psychickej poruchy, je potrebné, aby v sebe obsahovalo a v nefalšovanom rozsahu zobrazovalo prežitok autora, príbeh. Toto však musí byť robené spôsobom, ktorý vizuálne zaujme – obsah musí byť podporený formou prevedenia. Dielo nemôže obsahovať málo, avšak ani nie priveľa vizuálnych elementov. Tak, ako Edith Kramerová (2002) trefne podotýka – dielo je gýčom, pokiaľ sa náš dojem z neho výrazne nemení po pridaní či odobratí niektorých detailov z neho. Hodnotné dielo má všetko nevyhnutné, avšak nič navyše.

Druhým dôvodom, pre ktorý som sa rozhodla navrhnúť koncepty sprostredkujúce tieto dve vybrané poruchy, je to, že sa ma aj osobne týkali.

Rituál a pohľady naň

Rituály majú mnoho kľúčových aspektov odvíjajúcich sa často od oblasti uplatnenia rituálu. Rôzni teoretici sa koncentrujú na rozličné – ale v istých bodoch stretávajúce sa – vlastnosti rituálu. V zásade sa zhodujú na tom, že reprezentujú splývanie fyzického a mentálneho sveta, cez použitie objektov a aktov zdieľajú symbolické myšlienky, priania (Evans, 2000).

Bell (1992) popisuje tri obsiahlejšie prístupy k skúmaniu rituálov. Prvý sa sústreďuje na pôvod a základnú povahu rituálu a náboženstva, druhý sa viac zaoberá spoločenskou úlohou rituálu a dynamikou ľudskej spoločnosti, tretí prístup nahliada na rituál ako spôsob kultúrnej komunikácie, ktorá prenosom kognitívnych kategórií poukazuje na dôležité prvky vo vnímaní reality.

Rituál je možné vnímať z pohľadu vzťahu, ktorý k nemu nadobúdame – buď sme priamo zaangažovaní, ako účastníci, alebo sa na rituál pozeráme z externej pozície, nezaangažovane.¹¹¹

Jeho funkcia môže byť pomoc pri definovaní sa ako príslušník istej skupiny (Parkin, 1990), pričom charakter týchto rituálov môže ovplyvňovať, nakoľko je jedinec so skupinou stotožnený.¹¹² Denzin (1974) nazýva rituálom formalizované správanie evokujúce špecifické emócie. Snahu o objektivizáciu pojmu rituál v minulosti, ako nástroja

111 Tzv. etický a emický prístup.

112 Vystihuje to napríklad experiment Elliota Arondsona a Judsona Millsa (1959), v ktorom overovali predpoklad, že osoby, ktoré prešli náročnými udalosťami, aby niečo dosiahli, budú si toho vážiť viac. Tému testovali na základe mierneho a drsného zasväcujúceho rituálu do študentského spolku. V prípade jemnejšieho rituálu bol pocit študentov, že do skupiny patria, slabší podobne, ako jej slabšie kvalitatívne hodnotenie, kým pri drsných rituáloch (spojených s pocitmi trápnosti či bolesti) boli členovia pevnejšie presvedčení o vysokej hodnote spolku a ich členstve.

pre analýzu, vystriedalo pochopenie, že pevná objektívna definícia pojmu nezabráni chápaniu pojmu z rôznych pozícií (Bell, 1992). Dve iné podstatné vetvy prístupov zohľadňujú nábožensko-magický rozmer rituálu buď ako výlučný¹¹³, alebo tento rozmer nepokladajú nevyhnutný.¹¹⁴

Bez ohľadu na toto opodstatnenie delenia rituálu, pri označení rituál je potrebné, aby spĺňal isté podmienky, aby sa odlišoval od bežných činností. Van der Hart (1983) popisuje päť takýchto vlastností – rigidný charakter, opakovanie, predpísaná forma, obsah symbolických aktov a zmenené stavy vedomia,¹¹⁵ pričom prítomnosť jednotlivých vlastností je variabilná.¹¹⁶

Dulaney a Fiske vyzdvihujú, že z hľadiska skúmania rituálov je často kladený dôraz viac na formu, štruktúru, zmysel na úkor sústredenia sa na obsah. Popisujú fylogenetický prístup porovnávania rituálov medzi jednotlivými druhmi, ktoré podľa nich slúžia na znižovanie úzkosti a zvyšovanie adaptability (Wallace, 1966, pozri Dulaney a Page Fiske s. 244). Kafka (1983) pokladá rituál a ritualizované správanie za za dôležité pre stanovenie hraníc medzi nami a svetom, na uchovanie rovnováhy medzi nami, spoločnosťou a externým svetom, aby sme mohli efektívne fungovať. Prístup k skúmaniu rituálov je možný aj cez neurovedeckú bránu, z psychologického hľadiska, alebo skúmanie použitia rituálu v psychoterapii.

Al-Krenawi popisuje dôležitú funkciu rituálu v terapii, ku ktorej mali odborníci spočiatku ambivalentný, až odmietavý

113 Durkheim (1915), Wilson (1957) – pozri van der Hart, 1983; s. 3–4.

114 Bossard a Boll (1950), Nadel (1954), Goody (1961), Douglas (1966), Bernstein (1976), Morre a Myerhoff (1977) pozri van der Hart, 1983; s. 4.

115 Okrem dramatických zmien stavu vedomia (šamanské rituály) je popisovaná aj zameraná pozornosť, ktorá spracováva obsah rituálu a akty na hranici vedomia, ktoré prenášajú informácie priamo do podvedomia.

116 Napríklad rigidný charakter rituálu je komplexný – aj napriek pevne daným pravidlám existujú časti otvorené improvizácii.

vzťah (freudovská psychoanalýza). Jung už však pripisoval rituálom ochrannú funkciu – mali zľahčovať prechod cez medzníky života a chrániť pred psychickými ujмами, ktorých nebezpečie tieto premeny v sebe skrývajú. Existenciálni psychológovia zahŕňajú rituály do charakteristiky neurózy a príliš veľký priestor im neponúkajú. Ten sa viac realizuje na poli strategickej psychoterapie,¹¹⁷ pastorálneho poradenstva, a sociálnej práce (Al-Krenawi, 1999).

Van Genneep (1908 [1960]) popisuje z pohľadu tejto práce kľúčovú štruktúru rituálu – separácia od pôvodne existujúceho stavu, dosiahnutie prahovej hodnoty a reinkorporácia do novej sociálnej kategórie.

Z vyššie uvedeného a vyplývajúc zo zamerania tohoto článku na psychické poruchy a rituály čistenia sú kľúčové nasledovné parametre rituálu:

- \ uchovanie rovnováhy a psychickej pohody
- \ prevencia zranenia a úzkosti
- \ prekrývanie mentálneho a fyzického sveta
- \ očisťujúce akty
- \ symbolický význam
- \ stereotypné akty, repetitívne sekvencie, lipnutie na pravidlách

Rituál a umenie majú mnoho spoločného – prelínajú sa viac alebo menej intenzívne. Dissayanake (1979) popisuje ako zásadné použitie obyčajných elementov vytrhnutých z ich bežného kontextu a znovu usporiadaných do novej konfigurácie tak, že sa stanú viac, než obyčajnými. Pravidelnosť, rytmus, štruktúra v čase a priestore vedie k možnosti zakódovať odkaz cez zmeny v tomto poriadku – rituál aj umenie tak pracujú s v rámci vytvoreného

117 Terapeuti strategickej psychoterapie sa snažia pochopiť pravidlá a vzory komunikácie jedincov a (alebo) rodín a vytvárajú intervencie, ktoré majú za cieľ narušiť tie zo vzorov a pravidiel, ktoré sa javia, ako maladaptívne a priniesť nové, adaptívne stratégie (Al-Krenawi, 1999).

poriadku predpovedateľnými a nepredpovedateľnými javmi v časopriestore v rámci limitov nastavených citlivosťou účastníkov rituálu, alebo diela. Rituál a umenie sa tak odohrávajú na mnohých viaczmyselných rovinách so symbolickým obsahom, pričom opakovanie a redundancia použité, ako dôraz, sú dôležitým prvkom v umení aj rituálu. Vo svetle myšlienky o obyčajných elemetoch mimo ich kontext usporiadaných tak, aby získali neobyčajnosť, sa dá nazerať aj na problematiku niektorých porúch – na jeden z jej aspektov. Mnohé aktivity a myšlienky, ktoré sú pri nich prítomné, sa vyskytujú aj u bežnej populácie. Avšak sú prežívané podľa takého vzorca, či spôsobom, ktorý ich dáva do nového svetla a stanú sa tak výnimočnými a prehnanými. Ako prvej sa budem venovať obsedantno kompulzívnej poruche a rituálom s ňou spojeným.

Očista tela na povrchu

Obsedantno kompulzívna porucha a rituál

„Stále si umývam ruky. Nemôžem si dať veci do skrine, keď som ich mala oblečené vonku, musím ich oprat'. Predstava, že vstúpim do nemocnice, to je nepredstaviteľné, asi by som tam na mieste zomrela... priam sa to zhoršuje. A už začínam (prikazovať) aj mojej rodine.

Musia sa umývať, keď prídu domov, musia sa hneď prezliecť do šiat na doma, najlepšie, keby sa aj osprchovali, ako to robím ja. Vždy, keď prídem domov, musím sa celá umyť, veci hodiť do práčky. Mám problém dotýkať sa aj kľučiek na dverách, bez toho, aby som si hneď umyla ruky. A dnes išli naši na pohreb, mám taký strach, až sa idem zblázniť. Ved' oni budú pri mŕtvoľe a donesú to domov, všetko bude zamorené. Už nevládzem. Mám strach, že to bude na mne a bude sa to hromadiť, nezmyjem to nikdy zo seba, ani z istých vecí. Bojím sa aj hovienok, keby som sa ho dotkla, alebo stúpila naň, tak boty by som vyhodila, ruky by som si asi zodrala. A bojím sa aj cigánov, keby sa ma dotkol, asi by som vyskočila z kože.

Moja mama strašne rada leští poháre, až do úmoru, nenapije sa z nich pokiaľ nie sú úplne čisté. A tak to vyriešila svojsky, pije rovno z vodovodného kohútika, len sa nahne, pustí vodu a otvorí ústa a pije.

Začalo sa u mňa objavovať dotýkanie sa vecí oboma rukami, nutkanie to urobiť. Dotkla som sa niekoho, alebo niečoho jednou rukou, musela som aj druhou.“

(Prevzaté a spracované z anonymného fóra www.zdravie.sk)

Obsedantno-kompulzívna porucha (OCD) je charakteristická vracajúcimi sa obsesiami vedúcimi ku kompulzívnemu správaniu, čiže vtieravými myšlienkami, ktoré vedú k nutkavým činnostiam, a tento proces negatívne zasahuje do každodenného fungovania, pričom človek postihnutý touto diagnózou si uvedomuje problematickosť

situácie (Steketee a Cleere, 1990). Nutkavé myšlienky sú potom spracovávané ritualizovanými aktivitami, ktoré podľa výpovede mnohých klientov, majú znižovať započatú úzkosť.¹¹⁸ Tieto ritualizované akty, nájdeme často aj u detí. Tam síce nejde o OCD, majú však s ňou spoločné rysy.¹¹⁹ Pri liečbe obsedantno-kompulzívnej poruchy sa osvedčujú terapie¹²⁰ alebo/aj lieky.¹²¹

Nutkavé myšlienky z času na čas prepadnú aj mnohých dospelých ľudí a predsa sa ešte nejedná o ochorenie OCD – sem tam nás zachváti neracionálny strach o blízkych, pocit, že sa niečo stane, v období zvýšeného výskytu chorôb v našom okolí si úzkostlivejšie dávame pozor na to, koľkokrát si umyjeme ruky. Silné zážitky môžu vyvolať nutkavé myšlienky na vlastnú smrť. Veľa študentov popisuje nutkanie upratať v čase, v ktorom by sa mali učiť na skúšky. Mnohí z nás sa nezbavia detských rituálov v podobe ukladať veci symetricky, alebo podľa nejakého poriadku, ktorý „jednoducho musí byť, lebo je to tak správne“, avšak tieto myšlienky prídu, odoznejú a nezačnú nadobúdať rastúci charakter, ktorý by nám bránil vo vykonávaní bežných činností, či brzdil nás vo vzťahoch a práci. Nie je to totiž prítomnosť nutkavej myšlienky, ale jej *vyhodnotenie*, čo odlišuje bežné nutkavé myšlienky zdravého jedinca od človeka

118 Avšak z dlhodobého hľadiska toto správanie vedie k nárastu úzkosti (Boyer a Liénard, 2008).

119 Manifestované napríklad nutkavosťou – veľmi silnou potrebou vykonať tento akt, bez zjavného prepojenia aktu a jeho cieľu (cieľom aktivity je znížiť úzkosť, nie jej prvotný a prirodzený cieľ), redundanciou (istý počet opakovaného vykonania aktu) a rigidita (striktné dodržiavaná forma) (Boyer a Liénard, 2008). Ako vidíme, mnohé z týchto vlastností sú paralelné s charakterom rituálu podľa van der Harta (1982) rigidita, symbolika (nezjavné prepojenie), opakovanie.

120 Clomipramine Collaborative Study Group (1991) naznačuje súvis s poruchou tvorby serotonínu pozri: Clomipramine in the Treatment of Patients with Obsessive-Compulsive Disorder. Archives of General Psychiatry 48:730–738.

121 Kozak a kol. (1988) Process and Outcome of Exposure Treatment with Obsessive-Compulsives: Psychophysiological Indicators of Emotional Processing. Behavior Therapy 19:157–169.

s OCD – nesprávne vyhodnotenie, ktoré vedie k intenzívnemu počítovaniu zodpovednosti za zvýšenú pravdepodobnosť zlého dôsledku konania (Boyer a Liénard, 2008).

Typy OCD sa predovšetkým delia podľa zamerania obsesí a kompulzií – Steketee a Cleere (1990) ich nazývajú zjednodušene – umývači, overovači, usporiadači, opakovači,¹²² pričom tieto kategórie sa môžu prelínať aj združovať,¹²³ zvyčajne je však jedno zo zameraní OCD dominantné.

Medzi zvyčajné prejavy patrí strach z kontaminácie, špiny, baktérií a s tým spojené umývanie sa, dezinfekcia, upratovanie, nutnosť usporiadať veci do istého postavenia, povery, zameranosť na isté čísla, nutkavé myšlienky na ublíženie blízkym. Mnohé z týchto obsesí sa objavujú v istom období života¹²⁴ a po čase zaniknú, istá skupina pacientov je však postihnutá celoživotnou OCD.

Ľudia s touto poruchou si často vytvárajú rôzne systémy činností a rituálov, ktoré zaťažujú ich samých, ale aj okolie a mnohí z nich by sa radi tohoto zbavili. Rituál, ktorý má kultúrny význam je zámerne preberaný a nesie so sebou kultúrne chápaný cieľ. Naproti tomu si je pacient s OCD vedomý neadekvátnosti, neracionálnosti svojich kompulzií a obsesí, uvedomujú si, že mu spôsobujú v živote problémy. Pri zmysle rituálu v tomto prípade ide iba o spoločný pôvod, avšak rozdielne použitie a rôzne akty.

122 Volne preložené z washers, checkers, orderers, repeaters (Steketee a Cleere, 1990; s. 307).

123 Napríklad kontrolovanie istých vecí istý stanovený početkrát.

124 Tzv. popôrodná OCD – väčšinou sprevádzaná strachom z ublíženia dieťaťa (Abramovitz a kol., 2003) alebo perinatálna OCD – strach z ublíženia plodu (Illes, Juckel a Mavrogiorgou, 2011), deti tiež často vykazujú obsedantno-kompulzívne správanie, posadnutosť subjektívnym systémom, rituálmi pred spaním, precítnivosťou na drobné odchýlky (napríklad zlomený koláčik) (Evans, Gray a Leckman, 1999).

Prieniky obsedantno-
kompulzívnej
poruchy a rituálu

Dulaney a Fiske (1994) podtrhli paralely medzi rituálom a obsedantno kompulzívnu poruchou upozorňujúc na to, že nejde o označovanie jedného pojmu druhým (čiže ich zamieňanie ich podstaty) ale sú názoru, že psychické javy, ktoré sú podkladom pre rituály, môžu mať spoločné rysy s dysfunkčnými štruktúrami pri obsedantno-kompulzívnej poruche.

Ritualizované správanie¹²⁵ je charakteristická forma kombinácie špecifického gesta vykonaného špecifickým spôsobom často s negatívnymi pravidlami (imperatívny zákaz)¹²⁶ pričom pravidlá typu „musieť a nesmieť“ sú rovnako typické pre rituály (Boyer a Liénard, 2008). Veľa rituálov obsahuje predpísané akcie, pravidlá, sekvencie, ktoré sú pre daný rituál povinné a neoddeliteľné. Ako celok mávajúc zjavný cieľ, napriek tomu jeho jednotlivé sekvencie s cieľom nesúvisia.¹²⁷

Boyer a Liénard (2008) popisujú v ritualizovanom správaní pacientov s OCD nedostatočné fungovanie vyhodnocovacieho systému na detekciu nebezpečenstva. Keď sa bežne nebezpečenstvo odhalí, zapoja sa v organizme bezpečnostné mechanizmy, ktoré vedú k opatrnému správaniu so snahou vyhnúť sa nebezpečenstvu. Tie sú vyvinuté do zložených „systémov bdelej opatrnosti“,¹²⁸ ktoré

125 Pojem sa nesmie zamieňať s pojmom rutinné správanie. Rutinné správanie je sekvencia akcií vykonávaná automaticky vyžadujúc tak malý stupeň pozornosti, na rozdiel od rituálneho, ktoré vyžaduje zvýšenú pozornosť, aby boli zachované všetky pravidlá.

126 Špecifické gesto – napríklad ukladanie vecí podľa veľkosti, špecifickým spôsobom – iba pravou rukou; negatívne pravidlo – nesmieť sa dotknúť stola.

127 Napríklad obchádzanie obetovaného zvierata nevedie k odvráteniu nebezpečenstva, bez poznania rituálu, ako celku, je tento akt nepochopiteľný.

128 Voľne preložené z *vigilance precaution systems*.

spracovávajú aj nepriame podnety a motivujú k tomuto správaniu.¹²⁹ Dopad v správaní a jeho odpoveď potom vyvolá dočasné presýtenie a teda stlmenie vyvolávajúceho systému. Ak však k tomuto nedôjde a podnet na vyvolanie opatrného správania prichádza naďalej, reakciou bude rigidne opakovanie bezpečnostných opatrení organizmu bez zjavného cieľa. Mechanizmus rituálov je v istých prípadoch podobný – sekvencie rituálu sú robené s cieľom odohnať nebezpečenstvo a zobúdzajú „systémy bdelej opatrnosti“, ktoré robia tieto sekvencie presvedčivými a strhujúcimi pozornosť. Rituály tiež často obsahujú snahu o očistenie a odvrátenie nebezpečenstva, používajú javy symetrie, symbolický obsah (napríklad farby), medzники a hranice, stereotypné akcie s opakovaním, prísne držanie sa pravidiel, ale tieto znaky sú typické tiež pre OCD (Dulaney a Fiske, 1994).

Sklička dotykov¹³⁰

V nasledujúcej časti rozoberiem koncept, ktorý sa snaží o zachytenie ritualizovaného správania cez osobnú skúsenosť, ktorá čiastočne sprostredkuje realitu OCD a dielo tak má potenciál sprostredkovať informácie verejnosti iným, než verbálnym spôsobom.

Vzhľadom na charakter diela, ako práce výskumu v umeleckej praxi,¹³¹ ide o subjektívnu interpretáciu osobnej

129 Napríklad zápach skazeného mäsa vyvoláva odpor a teda chráni nás pred patogénmi. Tiež napr. preferujeme miesta, ktoré sú otvorené, avšak s možnosťou schovať sa – čo je podvedomá ochrana pred predátormi a pod.

130 Odkazujúce na skladbu *Ty, ja a môj brat* od skupiny Modus.

131 Definovaný podľa McNiffa (2009), ako systematické používanie umeleckých postupov s cieľom porozumenia a získania skúsenosti na strane výskumníka aj zahrnutých účastníkov. Jedny z prvých publikované štúdií, ktorých základ tvoria autorove vlastné diela sú *Depth Psychology of Art* z roku 1989 a *Art as Medicine* z roku 1992 (Shaun McNiff), *Existential Art Therapy* z roku 1990 (Bruce Moon)

skúsenosti prenesenú do univerzálneho výtvarného kódu, čím dochádza k naratívne spracovaniu skúsenosti s OCD.

Vychádzam z toho, že sa často stretávame s tým, že na OCD je laikmi nazerané, ako na poruchu, pri ktorej si človek iba častejšie umýva ruky, príliš upratuje, je poverčivý a má rád veci po poriadku. Problémom však je, že táto porucha ovplyvňuje oveľa viac, než sa na povrchný pohľad môže zdať. Pri zamotaní sa do pavučiny vlastných rituálov často trpia aj blízki, ktorí sprvoti podvolia, no časom im to prerastá cez hlavu a vznikajú konflikty. Konfliktne situácie sú potom pomerne bežné pri denných činnostiach, ako je príprava jedla, spánok, cestovanie, hygiena a pod.

Toto dielo spracováva situácie, ktoré bežne nastávajú pri spolužití s človekom s OCD vymedzenou predovšetkým na ochranu pred baktériami. Podstatnou časťou diela je zaznamenať situáciu, v ktorej bol blízky človek (bez OCD) donútený robiť veci inak, než má vo zvyku a táto zmena mu je nepríjemná.¹³² Nedodržanie želania je sprevádzané neadekvátnym (avšak pre človeka s OCD pochopiteľným) následkom.¹³³ Pre jedinca, ktorý OCD netrpí, je systém rituálov nepochopiteľný, i keď čiastočne logicky odvoditeľný, avšak ani zďaleka sa spravidla nedokáže vžiť do toho, čo všetko to naozaj obnáša. Koncept diela je nasledovný: Na základe osobnej skúsenosti zaznamenať si jednotlivé situácie komplikovaného rituálneho správania človeka s OCD¹³⁴ a prevádzať tieto situácie do vizuálneho jazyka cez ritualizovanú tvorivú aktivitu – otláčok ruky na kultivačný

a Art is a way of knowing z roku 1995 (Pat Allen) (McNiff, 2013).

132 Napríklad umyť si ruky, vlasy, telo, vyhodiť „kontaminované“ jedlo, prať, nesadnúť si v MHD a pod.
133 Napríklad nesmieť si sadnúť na pohovku, zamedzenie intímnych dotykov, nekonzumovanie partnerom pripraveného jedla a pod.

134 Ide najmä o situácie, v ktorých nastala konfrontácia s blízkym človekom vyúsťujúca do klamstva, nepriameho prinútenia vykonávať očistu, ktorú by za normálnych okolností človek nevykonával. „Redukcia“ na tieto situácie nastáva z dôvodu, že pokiaľ človek priamo poruchou netrpí, nedokáže presne simulovať každodenné rituály.

agar s následnou kultiváciou a záznamom vizuálnej formy výsledného produktu.¹³⁵ Dôležitým je dodržiavať dôsledne každú situáciu, zachovať množstvo záznamov, nech je akékoľvek. Cieľom je na jednej strane sa vcitovať do situácií, ktoré sú pre človeka s OCD problematické, a tiež dostať sa do stavu ostrážitého sledovania „problematických“ situácií a ich uvedomenie, implementovať rituálnym spôsobom malý zlomok reality OCD do vlastného života. Následné narábanie s materiálom, ako niečím kontaminovaným prinesie malú ochutnávku pocitov, ako sa asi človek s OCD cíti, keď narába s bežnými predmetmi. V neposlednom rade je cieľom umelecké stvárnenie osobnej skúsenosti.

*Veda, umenie a symbolika –
vzťah konceptu k súčasnému
umeniu*

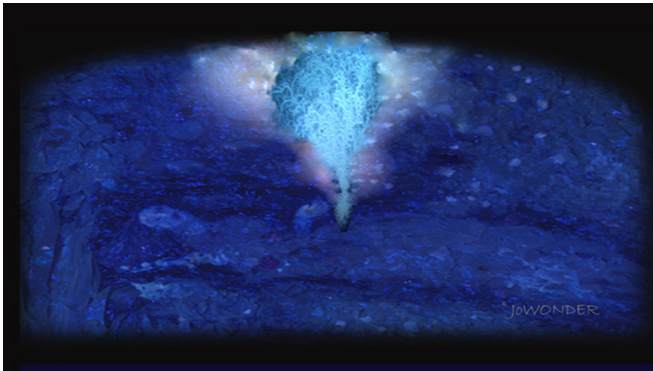
V spojení s týmto konceptom je dôležité spomenúť niekoľko umeleckých počinov či mien, ktoré úzko súvisia s jednotlivými charakteristikami navrhovaného konceptu, ktoré sú

- \ práca s biologickým materiálom (microbial art, Anna Dumitriu, Hunter Cole, Eduardo Kac, Marc Quinn)
- \ metaforické umelecké vyjadrenie pomocou kódovania vedekými postupmi (Marc Quinn, Eduardo Kac)
- \ estetika negatívneho (Hunter Cole, microbial art)

Zaznamenávaním mikróbov na kultivačný agar s cieľom vytvoriť dielo sa zaoberá virtuálna galéria *Microbial Art* (www.microbialart.com) a „maľovanie baktériami“

135 Baktérie sa v kultivačnom agare za špeciálne vytvorených podmienok začnú množiť a vytvárajú tak rôzne obrazce – kolónie.

je relatívne známy fenomén majúci svojich autorov a fanúšikov. S baktériami a hubami sa tu narába, ako s umeleckým médiom. Používajú sa luminescentné baktérie v roztoku, alebo sa nechávajú vytvárať kolónie baktérií v kultivačnom agare vytvárajúc tak komplexné vzory. Cieľom online galérie je ukázať návštevníkom krásu organizmov, ktoré bežne nevidíme, dokonca sa ich bojíme – píše sa v časopise Science (2009).¹³⁶



JoWONder: *6 Days Goodbye Poems Of Ophelia*, zdroj: www.britishwomenartists.com

136 Používanie baktérií, ako umeleckého média sa tiež spomína v: *Life imitating life* (Greg Bousted), virtuálna galéria zverejnená v rámci *Seed Magazine*, Jan. 28, 2010, *Putting art under the microscope...* (Ross McGuinness, 2010) *Metro* (UK). *The Deadliest Art Ever* (Jaimie Etkin, *The Daily Beast*, 2010). *Art from microbes* (John Trux) *Science Photo Library* (UK), 2010.



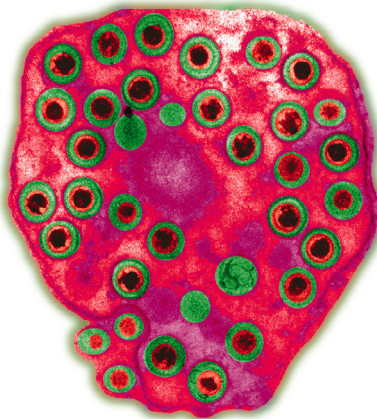
JoWONder: pokračovanie 6 Days
Goodbye Poems Of Ophelia, zdroj:
www.britishwomenartists.com

V rámci umeleckej práce s mikróbami je dôležité spomenúť britskú umelkyňu Annu Dumitriu (1969, Veľká Británia) spájajúcu remeslo, technológie a biovedy. Vo svojej práci skúma náš vzťah k mikrosvetu, biomedicíne a technológiám, pracuje s baktériami a odolnosťou organizmov (www.normalflora.co.uk).

Anna Dumitriu: *The MRSA Quilt*,
zdroj: <http://infectioncontrol.tips>



Výstavou zaoberajúcou sa mikrosvetom a jeho ambivalentnou krásou a nebezpečenstvom bola inštalácia v roku 2001 *The Art of Death: Viruses Are Beautiful!* (Dr. Hunter Cole, Ph.D. a Electric Eye Neon), kde návštevníci mohli uzrieť krásu smrteľných vírusov na zväčšenom mikroskopickom obraze podsvietenom neónom. (www.artbyhunter.com) Hunter Cole (O'Reilly) (1971, USA) sa venuje reinterpretácii vedy ako umenia. Je vyštudovanou genetičkou a popri svojej výuke zaviedla kurz *Biology Through Art*, v ktorom si študenti môžu vyskúšať tvorbu v laboratóriu (www.huntercole.org)



Hunter Cole: *Herpes is beautiful*,
zdroj: www.huntercole.org

Pomocou biologického materiálu vytvoril britský umelec Marc Quinn (1964) symbolické vyjadrenie človeka, seba, ľudstva používajúc DNA. V spolupráci s vedcom – laureátom Nobelovej ceny za fyziológiu a medicínu 2002, Sirom Johnom E. Sulstonom (www.nobelprize.org) vytvorili genomický portrét tohoto vedca (*DNA portrait of Sir John Sulston*, 2001) ktorý obsahuje všetky informácie ňom a jeho predkoch, zároveň poukazuje na celé ľudstvo.¹³⁷ Portrét je vytvorený pomocou DNA do kultivačného agaru v kovovom rámečku. Počas spolupráce vytvorili niekoľko iných prác – napríklad *Self Conscious* (2000), kde je v alkohole izolované DNA umelca. Obsahuje v sebe univerzálnosť a unikátnosť v jednom, osobný príbeh, ktorý je násobený umelcovou reflexiou a úprimnosťou, keď píše: „Sebevedomí je súčasťou mojej DNA, ktorá obsahuje mnoho dokonalých kópií mých genetických informácií, ktoré jsou uchovány v 99 % alkoholu – čož je ironické, od té doby, čo jsem alkoholikem, nemůžu pít alkohol. To, čo ničí jednu časť mňa, sa stáva konzervátorem té druhej. V mojej DNA je také pravdepodobne gen, ktorý obsahuje predpoklady k alkoholizmu.“¹³⁸

Ďalšími zaujímavými prácami z tohoto cyklu sú *Family portrait* (2001), kde podobným spôsobom znázorňuje svoju rodinu (manželku, nevlastnú dcéru, syna a seba), či odkaz na rajskú záhradu – *DNA garden* (2001), kde použil dve ľudské DNA a 75 DNA rastlín.

137 z 99,9 % sú naše DNA rovnaké.

138 *Self Conscious* je vlákno mojej DNA obsahujúcej mnohé celistvé kópie môjho genómu konzervovaného v 99 % alkohole – čo je ironické, keďže ako alkoholik, nemôžem už piť alkohol. To, čo časť mňa ničí, sa stane zároveň ochranou pre inú moju časť. V mojej DNA je aj pravdepodobne práve ten gén, ktorý v sebe nesie potenciál alkoholizmu (voľne preložené autorkou).



Marc Quinn: *DNA portrait of Sir John Sulston*,
zdroj: www.marcquinn.com.

Pri myšlienke na kódovanie pomocou biologických javov, na spájanie vedy a techniky je potrebné spomenúť významné dielo umelca Eduarda Kaca (1961, Brazília). Jeho dielo predstavené na *Ars Electronica* v Linzi v roku 1999 s názvom *Genesis* pracuje s prepisovaním informácií dva rôzne kódy – biblická veta „Panujte nad morskými rybami, nad nebeským vtáctvom a nad všetkou zverou, čo sa pohybuje na zemi!“ (Gen. 1,28) pretransformovaná do morseovej abecedy, ako reprezentanta počiatku informatizácie, ktorá sa ďalej prepisovala do kódu DNA (na základe princípu, ktorý vytvoril sám umelec). Gén „Genesis“ bol potom inkorporovaný do baktérií mutujúcich tak v reálnom čase výstavy, čo pod UV svetlom mohli návštevníci sledovať. Po výstave preložili zmutované DNA späť Morseho kódu a potom ďalej do jazyka poukazujúc tak na mutácie ľudskej interpretácie (www.ekac.org).



Eduardo Kac: *Genesis*, zdroj: www.studyblue.com.

Byť ľahká, ako pierko, čistá, ako víla

Anorexia nervosa a rituál

Matka mi prišla na zvracanie. Našla tri sáčky plné zvratkov schované za posteľou. Gratulujem si.

Takže teraz, po novom, vždy keď mam v rukách nejaké jedlo, musím ostať s otvorenými dverami. Nemôžem sa zatvárať v izbe. A všetko kontroluje. Ale cvičiť mi nezakáže.

Musím sa potrestať.

Ale ja na 3 mesiace na nejaké liečenie nepôjdem a basta. Psychicky by ma možno dali do pohody. Ale riskovať, že priberiem?

Dostala som sa do obdobia, kedy každé neplánované jedlo riešim preháňadlami. Najhoršie je, že viem presne aké to je svinstvo a ako si ubližujem, ale nejako mi to je... Jedno.

Mám šťastie, že mame je jedno, čo jem a či sa zatvorím v izbe. Jedno jej to nie je len keď jem príliš veľa alebo príliš neskoro. Vtedy ma brzdi. Najmä, keď v piatok crlýdeň nejem, z intráku prídem o ôsmej večer a keď jej poviem, že som hladná, odpovie mi, aby som si uvarila čaj. A hlavne skoro nikdy nie je navarené pokiaľ nie je doma jej priateľ.

(Prevzaté z pro-ana¹³⁹ stránok www.always-pro-ana.blog.cz a www.pro-ana-4ewer.blog.cz)

Anorexia nervosa je ochrenie postihujúce telo aj dušu. Pacientami sú z valnej väčšiny ženy neschopné udržať si zdravú váhu, klesajúc pod 85 % ich ideálnej váhy často so stratou menštruačného cyklu v dôsledku straty telesnej hmotnosti. Napriek odmietaniu jedla ich ťaží posadnutosť jedlom a strach z priberania, nespokojnosť s telom a jeho pokrivený obraz. Často sa správajú tak, aby dosiahli želanú stratu hmotnosti (excesívne cvičenie, odmietanie jedla, zneužívanie diuretík, a preháňadiel, vracanie). Často sú to osobnosti charakteristické perfekcionizmom, obsesionalitou, úzkosné s nízkym sebavedomím (Bulik a Reba, 2005).

Rituálne správanie a paralely s rituálmi sa objavujú aj v rámci porúch príjmu potravy. Rituálne správanie, ktoré vychádza z vlastností poruchy prichádza často z impulzu „praktických“ činností pacienta s anorexiou – Crisp (1995) spomína zdanlivo irelevantné repetitívne akcie týkajúce sa prípravy jedla, prípravy na jedlo, rituálu jedenia osamote, hromadenie nezjedeného jedla. Rituálny charakter má tiež excesívne cvičenie,¹⁴⁰ váženie sa, hryzenie jednotlivých súst presný počet krát, užívanie laxatív, vracanie (Rothenberg, 1990). Obsesívne sledovanie váhy a neschopnosť zbaviť sa nutkavých myšlienok týkajúcich sa jedla v spojení s vyššie

139 Pro ana – kultúra podporovania anorexie nervosa – často sú to blogy, webové stránky a pod., ktoré propagujú anorexiu, ako životný štýl. Často sa tu objavujú pojmy ako thinspiration (inšpiračné obrázky zväčša veľmi chudých žien, pojem pochádza zo slov thin a inspiration), tipy a triky ako schudnúť, ako zamaskovať chudnutie napr. pred rodičmi, ako vracať, vyhýbať sa jedlu respektíve majú tieto stránky formu jedálničiek a denníkov, v ktorých sa dievčatá predbiehajú v spôsoboch extrémneho chudnutia, alebo sa v ňom navzájom podporujú.

140 Charakteristické pre poruchu podľa Americkej psychiatrickej asociácie (American Psychiatric Association, 1994) Beumont, Arthur, Russell a Touyz, 1994, Davis et al. 1995, Grave, Calugi a Marchesini, 2008).

spomenutým kompulzívnym ritualistickým správaním a sadomasochistickým pohľadom na telo, snahou o kontrolu, by mohlo viesť k dojmu, že ide o istú formu obsedantno kompulzívnej poruchy (Rothenberg, 1990). Existuje nemálo zmienok o súvisi medzi anorexiou nervosa a obsedantno kompulzívnou poruchou (Serpell, 2001).¹⁴¹ Avšak toto kategorizovanie naráža na rôzne problémy.¹⁴² Z hľadiska cieľa tohoto textu však nie je dôležité popisovať tieto vzťahy. Kľúčovým sa stávajú rituálne činnosti.

Prieniky anorexie nervosa a rituálu

Rituál v spojení s poruchami príjmu potravy sa dá nájsť aj na inej úrovni, než ritualistické správanie charakteristické podobne pre OCD. Jedlo ako také behom histórie zohrávalo a stále zohráva okrem biologickej aj symbolickú funkciu.

Jedlo, so všetkým, čo k nemu patrí a čo sa za jeho produkciu a prípravou skrýva, sa stalo stelesnením materiálnej časti kultúry (Dietler, 2011). Výnimočnosť mu dodáva všetká tá energia, ktorá je investovaná do výroby a prípravy pokrmov na to, aby bola potom konzumáciou zničená a transformovaná v rámci spoločenského aktu,

141 Niektorí vedci sa domnievajú, že v prípade anorexie ide o istý poddruh obsedantno kompulzívnej poruchy, skúmal sa aj výskyt komorbidít OCD a anorexie. Prvýkrát tieto podobnosti naznačili Palmer a Jones (1939) pozri Halmi a kol. 2002. Neskôr Hsu, Kaye, a Weltzin (1993), Rothenberg (1986). Larry a Vaccarino (1996) hľadali súvis a spoločné rysy na neurochemickej aj fenomenologickej úrovni, Halmi a kol. (2002) popisujú výskyt obsesí a kompulzií v rámci anorexie nervosa.

142 Variabilita v metodológii jednotlivých štúdií, nerozlišovanie medzi druhmi porúch príjmu potravy, chýbajúce kontrolné skupiny, ale mnoho iných vplyvov, ktoré majú potenciál skresľovať výsledky. Prehľadne to popisujú Serpell (2001) vo článku *Anorexia nervosa: Obsessive-compulsive disorder, obsessive-compulsive personality disorder, or neither?*

ako je jedenie. S vymedzeným časom každý deň, rozlišujúc tradície pri stolovaní a konzumácii medzi jednotlivými kultúrami – jedlo naberá iný, než len biologický rozmer, ale aj kultúrny a spoločenský a je nositeľom symbolickej informácie (s historickým alebo etnografickým vplyvom). Narábanie s jeho symbolickou hodnotou sa prirodzene deje pri narábaní s jedlom. Preto boli pôst (jeho odmietanie) a hodovanie (jeho prijímanie) vždy spôsobom, ako mobilizovať symbolickú hodnotu jedla (Dietler, 2011).

Pôstom sa rozumie dobrovoľné úplné alebo čiastočné odopretie si konzumácie jedla (celkove, alebo len istý druh) alebo aj pitia v rámci istého časového rámca – vymedzeného kontinuálnym obdobím alebo prerušovane (napríklad dni pôstu v rámci týždňa). Patologické formy pôstu a hladovania majú smerom k rituálnym pôstom nejednoznačný vzťah, majú však tiež silný symbolický náboj.¹⁴³

Crisp (1995) popisuje vedomé hladovanie ako symboliku kajania, sebaopopierania, vyjadrenia smútku alebo žiaľu, k účelom politickej manipulácie, ako vyjadrenie nesúhlasu, verejného protestu, aktu pomsty. Dôležitým cieľom hladovania je aj očistenie duše, ktoré často v spojení s iným obmedzením (napr. ťažká práca, málo spánku, izolácia, sexuálna zdržanlivosť) vedie k zažitiu mystických myšlienok a prežitkov.

V rámci dualistického vnímania tela a duše bolo vnímané telo ako niečo, čo kazí a znečisťuje dušu, ale cez pôst (nielen týkajúci sa jedla) sa tieto nečisté prejavy žiadostivosti udusia. Brumberg (2000) popisuje fenomén hladovania v rámci snahy o purifikáciu duše a dosiahnutie svätosti v stredoveku, či ženy, ktoré v dobe viktoriánskej odmietali jedlo, ako symbol neženskosti nízkych pudov,

143 Hľadanie paralely medzi hladovaním v modernej západnej spoločnosti a dobrovoľným hladovaním z pohľadu histórie, antropológie, feminizmu, kresťanstva nachádzame ďalej u autorov: Bell (1987), Bynum (1987), Habermas a Beveridge (1992), Counihan (1998), Brumberg (2000), Reischer a Koo (2004).

amorálnosti a vulgárnosti. Ženy tripace anorexiou tiež často uvádzajú snahu o očistenie sa, nie však v spirituálnom zmysle ako v prípade stredovekých svätíc.

Akt jedenia bol tiež spájaný so sexualitou (sexuálny styk sa popisuje ako konzumácia manželstva). Prípady anorexie tiež poukazujú na popieranie ženskosti, čiže sexuality, niekedy sa spájajú so sexuálnou traumou (Counihan, 1998).

Symbolika prepojaní jedla a ženstva má mnoho rovín vyplývajúcich z podstaty ženskosti, ale aj kultúrnych vplyvov. Žena dáva sama seba, svoje telo, ako potravu pre dieťa, ženy sú tie, ktoré sa starajú o nakŕmenie rodiny, blízkych. Od počiatku je spojená fyzicky aj symbolicky s potravou. Jedlo sa tak stáva aj symbolom obetavosti, vznešenosti. Stredoveké svätice vznešene odmietali jesť, aby dávali chudobným jedlo, avšak samy seba pripravovali o zdravie a život, avšak v kultúre úzko prepojenej s kresťanstvom a odriekaním, to bolo do veľkej miery akceptované. Tieto ženy sa cez sebatrýznenie a asketizmus chceli dopracovať k transcencii. Sebatrýznenie ich viedlo k radosti podobne, ako hlad a nízka váha, ako symbol sebakotrny, vedie k radosti u žien trpiacich anorexiou v túžbe o dokonalosť symbolizovanú štíhlym telom. Telo a jedlo sa v modernej západnej spoločnosti stali symbolom našej neschopnosti respektíve schopnosti kontroly (Bynum, 2000). V dnešnom svete je síce spirituálna zložka marginalizovaná, avšak kultúra zohľadňuje telesnú modifikáciu ako niečo bežne akceptovateľné, ba až nutné. Posilňovanie, estetická chirurgia, chudnutie, módné normy stále patria medzi oblasti, ktoré napomáhajú budovať si pocit kontroly nad svojím životom a často sa stávajú nátrojom na seba vyjadrenie a budovanie si sebavedomia. Favazza (1996) popisuje seba-poznamenanie¹⁴⁴ ako vyššie spomenuté bežne spoločensky akceptované vyjadrenie

seba a svojej spoločenskej pozície stojace oproti druhému, patologickému spôsobu sebazoznamenia, ktoré vyjadruje vnútorné potreby a nepokoje.

*Umenie odolať – návrh
konceptu odkazujúci
na anorexiu*

Podobne, ako zasahujú každodenný život niekedy až nezvládateľnou mierou kompulzie pri OCD, pri poruchách príjmu potravy u niektorých pacientiek zaberá snaha spáliť kalórie cvičením veľkú časť dňa. Často sa dostávajú do nevyváženého kolobehu, kedy už len cvičia po každom jedle neadekvátne, čiže iba jedia a cvičia. V navrhovanom koncepte sa odrážam od tohoto javu a snažím tento zásah do bežného života sprítomniť. Koncept je nasledovný:

Písať si názvy jedál tak dlho, ako dlho by bolo potrebné behať, aby som spálila jednotlivé jedlá. Každé jedlo prevádzať cez počet jeho kalórií do času, za ktorý dané jedlo spálím, počas ktorého budem opakovane písať pomenovanie daného jedla. Pri behu 6 km za hodinu spálím pri mojej hmotnosti 350 kcal. Teda ak zjem čokoládovú tyčinku, čo je cca 212 kalórií, musela by som behať 36 minút, čiže budem musieť neprestajne písať 36 minút.

Cieľom je vžiť sa do toho, ako nutkavé cvičenie paralyzuje a že po čase sa začne všetko točiť okolo cvičenia a jedenia. Opakované písanie názvu jedla naznačuje obsesívne zaoberanie sa jedlom a obrovské množstvo vzniknutého materiálu zas poukazuje na enormný zásah do života, dominanciu. Nutnosť stihnúť dodržať koncept v prípade normálneho príjmu kalórií vedie k premýšľaniu nad tým, čo a koľko zjem, respektíve k vyhýbaniu sa jedlu celkove, čím sa „simuluje“ ritualizované správanie pacientiek

s anorexiou nervosa (s excesívnym cvičením), približované cez jedlo, avšak z úplne iných pohnútok a teda tvorca diela zažije iba zlomok stresu, ktorý pre pacientky predstavuje jedlo a cvičenie.

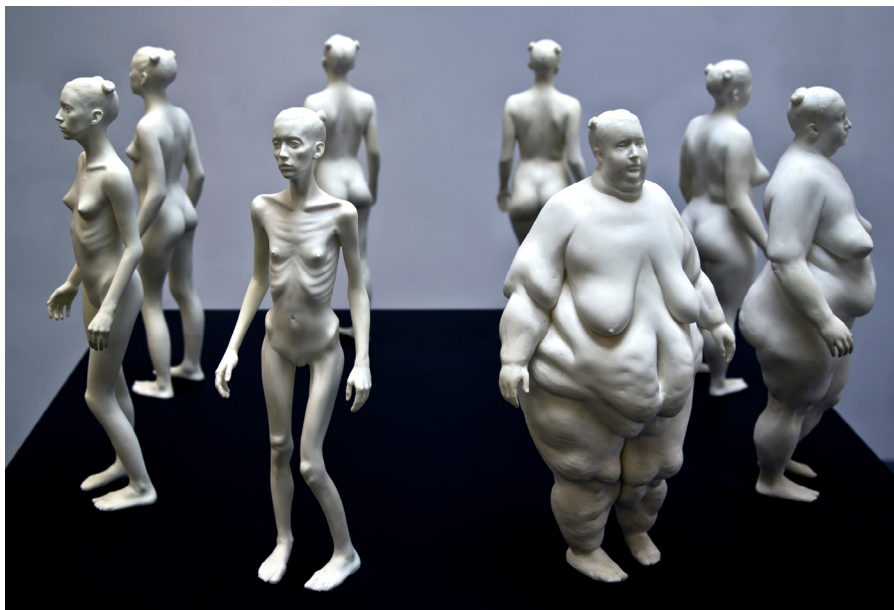
Koncept má dva dôležité aspekty, ktoré môžeme vidieť v niektorých dielach súčasného umenia, ktoré pokladám za potrebné v tejto súvislosti spomenúť:

- \ téma jedla a porúch príjmu potravy (Vanessa Beecroft, L. A. Raeven, menej priamo súvisiac Nezaket Ekici a Millie Brown)
- \ vyjadrenie času pomocou umeleckého grafického záznamu (Marian Palla, Tomáš Vaněk, Heartbeat Sasaki)

*Pôst, hodovanie, telo – vzťah
konceptu k súčasnému umeniu*

Poruchy príjmu potravy nie sú príliš častou témou súčasného umenia (pokiaľ opomenieme mnohé gýčové diela sklzájúce k popisnému spôsobu vyjadrenia úzkosti). Svoju skúsenosť s poruchou príjmu potravy spracováva známa Vanessa Beecroft (1969, Taliansko) a vo svojom prelomovom diele *VBO1* čerpá zo svojho dlho písaného denníka dokumentujúceho jej príjem potravy – *The book of food* (www.vanessabeecroft.com).

Premenu ženského tela pod vplyvom zmeny váhy v rozpätí od extrémne vychudnutej až anorektickej po nechutne obéznu zobrazuje Američan Ted Lawson (1917–1992, USA) vo svojom diele *Eve* (2011). Aj keď ide o tú istú ženu vo všetkých prípadoch, vynára sa otázka – nakoľko mení hmotnosť a tvar nášho tela našu identitu? (www.tedlawson.com)



Ted Lawson: *Eve*, zdroj: www.tedlawson.com.

Záchvatové prejedanie¹⁴⁵ sa objavuje v diele *Nezaket Ekici* (1970), ktorá počas trojminútovej performance *180 Wishes* zjedla približne osem kil hrozna (www.ekici-art.de) Napriek tomu, že umelkyňa odkazuje na španielsky zvyk na *Silvestra*,¹⁴⁶ pohľad na prepchávajúcu sa umelkyňu vyvoláva napätie a nepríjemné pocity pripomínajúce pri vnímaní patologického správania. Podobne je to v prípade britskej umelkyne Millie Brown (1986), ktorá maľovala pomocou mandľového mlieka, potravinárskeho farbiva zvracaním tejto zmesi na plátno v súbore diel *Rainbow body* (www.milliebrown.co).

145 Typické je skôr pre bulímiu nervosa, objavuje sa však niekedy pri anorexii nervosa, ako dôsledok dlhého hladovania.

146 Počas dvanástich úderov hodín zjedením dvanástich kúskov hrozna dosiahneme splnenie dvanástich želaní.



Nezaket Ekici: *180 Wishes*, zdroj: www.ekici-art.de.

Milly Brown: *Rainbow body*, zdroj: www.ripleys.com.





L. A. Raeven: *Ideal Individuals*, zdroj: www.smba.nl.

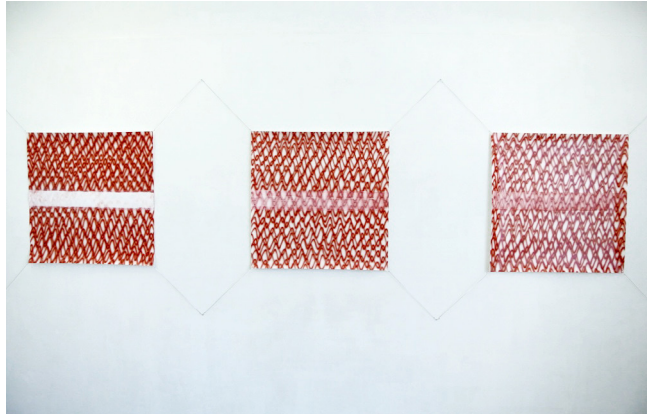
Azda najradikálnejšie a najodvážnejšie k tematike anorexie pristupuje umelecká dvojica L. A. Raeven – dvojičky Lisbeth a Anguelique, ktoré sa cez vlastné telo a video, ako umelecké médium, snažia detabuizovať tému porúch príjmu potravy. Súbor viacerých diel a autobiografickým charakterom *Ideal Individuals* sa im podarilo rozpútať vlnu kritiky, čím, podľa e-flux.com narazili na citlivé miesto spoločnosti. Okrem videí, ktoré ukazujú rituály a realitu stigmy zvanej anorexia,¹⁴⁷ ide aj o textovú dokumentáciu (e-flux.com).

147 Stali sa však metaforou aj stigmatizácie ochorení a závislostí, ktoré vedú k extrémnemu vychudnutiu (rakovina, AIDS, závislosť na tvrdých drogách a pod.).

Spojenie času a kresby môžeme vidieť v diele Mariana Pallu – 11 minútová čára, respektíve 24 hodinová čára. Čas vyjadrený grafickým záznamom tiež používa Tomáš Vaněk vo svojom Participe č. 143, kedy návštevníci galérie zaznamenávajú svoj čas strávený v nej pomocou súvislej kresby čiary. Dielo je dotvárané tiež prostredím galérie, ktorá je bezprostredne pri cintoríne. Tak sa toto dielo stáva jednoduchým, no úderným vyjadrením plynutia času, ktorý sa nám všetkým rovnako kráti, nezáleží na tom, ako rýchlo žijeme (www.particip.tv). Čas, ktorý nám plynie každým úderom srdca a teda tiež nás dostáva bližšie k smrti, zaznamenáva už od roku 1995 japonský umelec Heartbeat Sasaki (1964), ktorý tak vytvára nespočetné množstvo „heartbeat portrétov“ rôznych ľudí (azito-art.com).

Tomáš Vaněk: Particip č. 143, zdroj: www.particip.tv.





Heartbeat Sasaki: In a Day, zdroj: www.azito-art.com.

Sprostredkovanie reality psychických porúch cez umenie je celkom klzkou plochou, na ktorej sa dá pošmyknúť odborne, osobne či umelecky. Dôležitým je preto vytvoriť dielo, ktoré zdelenie odovzdáva cez príbeh, ktorý umelec sám zažil a vytvoril (autenticita), ktoré nemá nič navyše, ani mu nič nechýba a ktorého forma podporuje obsah (umelecká hodnota). Zároveň je dôležité, aby výsledkom rituálnej tvorivosti bolo dielo, ktoré nehodnotí, iba sprostredkuje, pretože sa ľahko môže stať, že sa umelec ocitne v podobnej situácii, ktorá je ľuďmi s psychickými poruchami často kritizovaná – že bude pri hodnotení zostávať na povrchu a operovať s mylnými predstavami o ich každodennej realite. Cieľom je, aby dielo symbolicky ukázalo, čo všetko môže obnášať istá porucha a aký potenciál energie sa v nej skrýva. Potenciál premeny tejto energie však zostáva v rukách odborníkov, pacientov a v rukách ich rodín.



4

Hra jako terapie duše

Lidem – maličko, maliličko. Každý den, každý rok víc a víc maliličko. Proč? Lidé jsou těžký. Lidi jsou lidi. Lidi jsou zábava, hra, fantazie, kouzla a čárymáry. Aha! Lidi jsou bolest a nemoc, šílenství a ublížení, lidé zraňují lidi, zabíjejí lidi, zabíjejí sebe. Kde je zábava, kde hra, kde fantazie a čárymáry? Psychiatrii já nenávidím. Lidi miluju. Bláznivé lidi, krásné lidi, zklamané lidi, nemocné lidi. Takové lidi miluju. Proč? Proč pro lidi ztratila se zábava, proč hra, fantazie, kouzla a čárymáry?

William Saroyan (1996, s. 73)

Hrál jsem hry s mouchami, s obyčejnými mouchami domácími, které prosakovaly do cely podobně jako kalný, šedý denní svit, a poznal jsem, že mají smysl pro hru. Tak například, když jsem ležel na podlaze cely, narýsoval jsem si po délce zdi asi ve výšce tří stop libovolně myšlenou čáru. Když odpočívaly na zdi nad tou čarou, nechával jsem je na pokoji.

Jack London (2001, s. 38)

Odjakživa jsem věděl, že znám i jiné doby a jiná místa. Věděl jsem o jiných osobách, které žijí ve mně.

Jack London (2001, s. 7)

Tělo pláštěm duše

*Není opilý jeho tělo, nýbrž mozek.
Srší vtípem a rozplývá se v družnosti.
Nebo vídá přízraky a fantomy,
kosmické i logické, jež na sebe
brávají tvar sylogismů. A když je
v tomto stavu, setřásá ze sebe
slupky nejzdravějších životních iluzí
a těžko snáší železný obojek nutnosti,
svírající hrdlo jeho duše.*

Jack London (2002, s. 12)

*Duch hlubiny však tuto pýchu zlomil
a já musel malost polknout jako lék
nesmrtelnosti.*

Carl Gustav Jung (2013, s. 123)



V případě hry se hračka stává symbolem, který nahrazuje příběh či konkrétní vzpomínku. Už malé děti přisuzují svým hračkám významy a hodnoty, se kterými se částečně ztotožňují. S hračkou si mohou hrát, mohou ukonejšit špatnou náladu, pro dítě se hračka stává „přítelem“. Intuitivně si vybíráme takové hračky, které jsou nám nejbližší. V dospělosti pak sáhneme po hračce, kterou jsme měli v dětství nejraději a se kterou se pojí určitá vzpomínka. (foto Diana Elfmarková)

Hra je po staletí vnímána jako významná součást společnosti. Lidstvo je vývojově vázáno na pozici hry, hra zasahuje do četných oblastí lidské činnosti. Při hře lze pociťovat jistý stupeň uvolnění či radosti, který umožňuje jedinci jistou míru spontánního projevu. Dosavadní výzkum je natolik rozvětvený, že nelze striktně určit jednotnou definici hry, která by zaštitila všechny její vlastnosti. Hra je vnímána z mnoha hledisek, která se do jisté míry prolínají. Kromě kulturních, vývojových ale i filozofických vazeb jsou více než důležité terapeutické aspekty hry. Mnohé teorie vnímají hru jako symbolickou komunikaci, v níž jsou obsaženy problémy jedince a ten skrze terapii hrou zpracovává pocity a doposud nepojmenované problémy (Rezková a Kokešová Kleinová, 2012). Smyčka strastí, do které se vlivem psychické nemoci můžeme dostat, vychyluje naši psychickou rovnováhu a narušuje běžný život. Duše je zatemněna hlubokým stínem, který postupem času nabývá na intenzitě a začíná přebírat kontrolu nad emoční stránkou člověka. Veškeré následky nemoci jsou zveličovány narůstajícím pocitem beznaděje a skepse (Dahlke, 2014). Každá nemoc potřebuje léčbu, jejíž účinky napomohou alespoň k částečné stabilizaci psychické zátěže. Vnitřní očista může znovuobnovit nemocnou část lidské duše. Psychická stránka jedince je ovlivňována vnitřními a vnějšími faktory. Křehkost či zranitelnost duše, která na první pohled nemusí být zcela nápadná, může vyústit v psychický kolaps organismu. Skutečný obraz nemoci je subjektivně přehlížen někdy jen z prosté neznalosti. Je snadné opomenout varovné signály, které jsou často skryty a jsou na první pohled jen těžko postřehnutelné.

Ve hře jsou věci více patrné a pro pozorovatele se stávají přehlednější. Podle Reinharda Tausche hra „umožňuje větší odstup než situace v běžném životě.“ (Rezková a Kokešová Kleinová, 2012, s. 15) Huizinga nejenže definuje hru jako pojem starší než samotná kultura, ale zároveň hru

odlišuje od běžného života místem a trváním¹⁴⁸ (Huizinga, 1971). Hra je podle něj svobodným jednáním a zároveň může být oním principem, který bude lékem pro duši a který do jisté míry odhaluje nečekané souvislosti s danou nemocí. Hranice mezi duševním onemocněním a duševně intaktním jedincem je velmi tenká, proto může být symbolika hry jednou z cest k pochopení vnitřního světa člověka.

Pokusme se na několika příkladech poukázat na samotné psychické onemocnění a na jeho případné hranice. Vybavme si „tuláka po hvězdách“,¹⁴⁹ který pro samé oproštění se od fyzické bolesti přenášel svoji mysl na jiné planety. Negace bolesti vyžadovala plnou koncentraci mysli. Jeho tělo už nebylo schopné vnímat další zákeřnosti způsobující utrpení,¹⁵⁰ proto byl psychický útěk jedinou možnou cestou, díky níž byla fyzická bolest odsouvána do pozadí. Opotřebením organismu narůstalo vlivem psychické i fyzické zátěže. Zbytek síly, který si uchovával, mu pomohl k návratu zpět do reality.

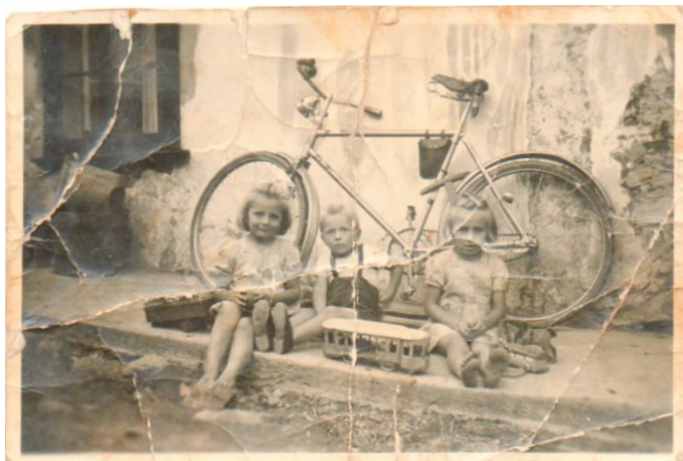
Představme si například i keramickou vázu, která s přibývajícím zátěží reaguje na vnější vlivy. Materiál ztrácí svoji pevnost a povrchová struktura praská. V případě člověka je otázkou, jestli uniká síla, nebo dochází k přívalu bezmocnosti. Ve společnosti jsou zakotveny jisté vzorce chování neboli rituály, které napomáhají stabilizaci mysli a těla. Ruediger Dahlke popisuje tuto souvislost dále: „Ke každému symptomu nenáleží pouze jeho tělesná podoba, nýbrž také celé širší prostředí příslušných vzorců

148 Hrou lze „...souhrnně nazvat svobodné jednání, které je méněno „jen tak“ a stojí mimo obyčejný život, ale které přesto může plně zaujmout, k němuž se dále nepřipíná žádný materiální zájem a jímž se nedosahuje žádného užítku, které se uskutečňuje ve zvlášť určeném čase a ve zvlášť určeném prostoru, které probíhá řádně podle určitých pravidel a vyvolává v život společenské skupiny, které se rády obklopují tajemstvím nebo které se vymaňují z obyčejného světa tím, že se přestrojují za jiné.“ (Huizinga, 1971, s. 20)

149 Autorem knihy je americký spisovatel Jack London.
150 „Osvojování lidské zkušenosti, její postoj k předmětu je účinné uplatnění lidské skutečnosti; lidská působnost, lidské utrpení, neboť utrpení, pojato lidsky, je sebeprožitkem člověka.“ (Marx, 1961, s. 96)

chování a strategií (pře)žití.“ (Dahlke, 2014, s. 31) V obraze nemoci ztuhla určitá míra energie v pevnou strukturu, jež je vrytá hluboko v nevědomí jako vzor.

První fotografie pochází ze 40. let 20. století. Druhá fotografie poukazuje na hru v současné době. Na druhé fotografii je zachycen čtyřletý chlapec při hře s kartónovým vláčkem. (foto Jana Ovčáčková)



Únik od vnitřní zátěže popisuje Marie Vágnerová (2008) jako jedno z možných řešení problémové situace. Terapie hrou snižuje vnitřní míru frustrace a v danou chvíli má stěžejní výpovědní funkci. Kromě toho může být právě únikem z tíživé reality,¹⁵¹ jak popisuje Vágnerová. Hra umožňuje míru volnosti, působí jako relaxace, ale neustále je nutné vnímat významy jednotlivých detailů,¹⁵² které objasňují vztahy mezi vnitřním pocitem a vnějším projevem.

Skrze terapii a hru se dostáváme do samého nitra jedince. Psýché¹⁵³ odráží jak vědomou tak nevědomou stránku duševních procesů. Je zároveň tou nejhlubší částí člověka, jež zaznamenala všechny nesváry minulých dob. Nejedná se pouze o splynutí vnitřních a vnějších zkušeností, ale svou roli sehrávají vžité archetypy.¹⁵⁴ Matka například pro dítě funguje jako zrcadlo zkušeností a vědění, je jedním z nejpodstatnějších vnějších činitelů, který dokáže zapůsobit na emoční, kognitivní a další stránky lidské osobnosti. „Byla naším prvním prožitkem vnějšku, a proto zároveň i nitra: z vnitřního světa vystoupil obraz, zdánlivě zrcadlení vnějšího obrazu matky, avšak starší, původnější a nejpomíjivější než ten vnější.“ (Jung, 2009, s. 224)

Filozofie se snaží definovat pojem duše od starověkých dob. Už v době Platóna a Aristotela byly zaznamenány pozoruhodné snahy ve vymezení tohoto

151 Pro vyrovnání se s psychickou zátěží či pro stabilizaci nemoci je žádoucí vzájemná vyváženost struktur osobnosti. Psychická stránka jedince v případě nemoci či zátěže balancuje mezi nevyrovnaností až ambivalencí. Přemíra zátěže nakonec vyloučí člověka z běžného života.

152 Finální výsledky terapie mohou být posuzovány až na základě skutečných výsledků. O výsledcích terapie se ve své publikaci *Jak si lidé hrají* zmiňuje Eric Berne, který dodává: „Schopnost se stává psychologickým měřítkem a výkonnost materiálem číslo jedna.“ (Berne, 1970, s. 40)

153 Hartl a Hartlová (2009) vysvětlují psýché jako duši, později se dal termín vysvětlovat jako esence života.

154 „Archetypy jsou cosi jako orgány preracionální psýché. Jsou to věčně děděné, charakteristické základní struktury, zpočátku bez specifického obsahu. Specifický obsah vzniká teprve v individuálním životě, kde se osobní zkušenost zachytí právě v těchto formách.“ (Jung, 1995, s. 41)

pojmu. „Duše byla vnímána jako zvláštní metafyzická danost, jako složitá substance, která je výsledkem stvoření (axiom existence nadpřirozené, božské, stvořitelské bytosti) nebo je věčná (axiom nevznikající a nezanikající preexistence a nesmrtelnosti), případně je smrtelná a zaniká s tělem. Její povaha byla materiální (součást těla) nebo nemateriální (zcela odlišná od hmotného těla).“¹⁵⁵ Aristoteles zhruba ve 3. století př. n. l. napsal spis *O duši*. Podle něj mají rostliny duši vegetativní, živočichové oproti tomu mají duši senzitivní. Člověk má, kromě duše vegetativní a senzitivní, ještě specificky vymezenou formu duše. U člověka je přítomen rozum a funkce myšlení. Srdce je však sídlem duše.¹⁵⁶

I Jung si snaží nalézt odpovědi na otázky, zamýšlí se nad duší moderního člověka. Antika objevila substanci duše, v dějinném vývoji byla duše vykládána různými způsoby a příchod modernismu zapříčinil nedůvěru či odstup od věcí, jež nebylo možné vědecky zkoumat, či je fyzicky ohmatat – tedy vyslovil i nedůvěru v existenci duše. Filozofové a vědci diskutovali o dosavadních teoriích o duši. Na což upozornil Jung, který k tomuto problému poznamenal: „Veškeré odůvodňování, začleňování, ba dokonce i vysvětlování smyslu probíhá jen v empirických mezích.“ (Jung, 1994, s. 12)

A duše? Jung říká, že „nesprávné fungování psýché může dalekosáhle poškodit tělo, stejně jako může naopak tělesné utrpení postihnout duši; neboť duše a tělo nejsou nic odděleného.“ (Jung, 1995, s. 19) Lidská duše pod tlakem

155 Historie a vznik psychologie. Psychologie [online]. České Budějovice: Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická České Budějovice, 2016 [cit. 2017-02-19]. Dostupné z: <https://publi.cz/books/339/04.html>

156 *Přijímací zkoušky na VŠ – Témata – všeobecný přehled* [online]. Praha: Fragment, 2007, s. 369 [cit. 2017-02-19]. ISBN 978-80-253-0530-0. Dostupné z: https://books.google.cz/books?id=0hpuvBZHX-wC&pg=PA369&lpg=PA369&dq=jak+je+vn%C3%ADm%C3%A1n+pojem+du%C5%A1e&source=bl&ots=GGSKiY4t8K&sig=yU_2MGcloOfGjPSoS7-uNUze2Bo&hl=cs&sa=X&ved=0ahUKEwjUiKygysLRAhWGCSwKHd-WAGE4ChDoAQgrMAM#v=onepage&q=jak%20je%20vn%C3%ADm%C3%A1n%20pojem%20du%C5%A1e&f=false

nemoci potemní. Dochází ke střetu reality a iluze. Psychicky nemocní jsou lidé, kteří musí bojovat s vnitřními démony, jež je každou minutou nabádají k opačnému rozhodnutí, než jim volí jejich racionální či intuice. Přiznat se i k takové formě vnímání či nemoci není v dnešní době nic nemyslitelného. Situace se od předchozích století výrazně změnila. Dříve byli lidé poutáni, zavíráni do karantény či věznice. Ve středověku byli *blázni* zamykáni do železných klecí, kde nebylo místa k sebemenšímu pohybu. V dnešní době je duševní nemoc něčím, co neubírá na hodnotě života, pouze mění jeho formu. Velký průlom byl na počátku 20. století, kdy došlo k objasnění mnohých teorií v oblasti psychických onemocnění (dříve choromyslných). Podle Jeana Vinchona (1931) není duševní porucha schopna zničit všechny struktury osobnosti (včetně uměleckých schopností). Duševní odchylka umožní hlubší proniknutí do sebe sama, a tím dojde k poznání vnitřních pocitů.



BOSCH, Hieronymus, *Operace kamene (léčba šílenství)*
[olej na desce]. 48 × 35 cm. 1475-80. Museo del Prado, Madrid. Dostupné z: <http://ogرافologii.blogspot.cz/2009/08/hieronimus-bosch.html>*

* Nizozemský renesanční malíř Hieronymus Bosch často maloval výjevy tehdejší společnosti. Ve své práci se věnoval i malbě na téma *šílenství*. V renesanci byla psychická nemoc vnímána jako posedlost člověka. Bylo zcela běžné, že lidé byli trestáni a mučeni za cílem vyhnání posedlosti z těla.

Duševní poruchy jsou děleny do několika oddílů a jednotlivé formy jsou klasifikovány do dalších specifických struktur.¹⁵⁷ Zpravidla musíme rozlišovat základní kritérium při stanovení diagnózy a to, zda se jedná o známou či doposud neobjevenou příčinu. Při diagnostice je nutné zjistit etiologii nemoci a především pak genetické faktory. Jednotlivé druhy a stupně psychického onemocnění mají odlišné příznaky. Proto i vnitřní prožívání může měnit intenzitu projevu jednotlivých příznaků nemoci a někteří jedinci mohou přicházející zátěž vnímat o poznání citlivěji. Duševní nemoci jsou natolik různorodé, že lze jen těžko jmenovat všechny symptomy a projevy. Též záleží na aktuálním stavu jedince a na vlivech, které na něj v danou chvíli působí. Neodpovídající prostředí či krizová životní situace mohou způsobit řetězovou reakci akutních psychických stavů. Duševní bolest a náhlý úbytek energie mohou být jedny ze symptomů, které doprovází nepříznivý psychický stav.

Každá nemoc má vlastní etiologii. Schaffner uvádí dvě možná pojetí vzniku duševní nemoci. Jeden z těchto modelů byl navržen Kennethem Kendlerem. S druhým modelem přišli P. J. Harrison a D. R. Weinberger, kteří spojovali duševní nemoc s genetickou výbavou jedince.¹⁵⁸

157 Vymezení je uvedeno v Mezinárodní klasifikaci nemoci (zkráceně MKN-10), která byla vydána Světovou zdravotnickou organizací WHO.

158 Schaffner začíná srovnáním dvou odlišných publikovaných etiologických modelů psychiatrických onemocnění, které charakterizuje jako nereduktivní a reduktivní. První byl empiricky vyvinutý Kennethem Kendlerem a jeho kolegy (Kendler et al., 1993, 2002, 2006) a druhý více spekulativní model navržený Paulem Harrisonem a Danielem R. Weinbergerem (2005) o způsobech, kterými jednotlivé kandidátské geny mohou ovlivnit riziko vzniku schizofrenie. První model je statistický – s krabicemi spojenými šipkami. Druhý je biologický zaměřující se na neurony a synapse. První obsahuje komplexní konstrukce vyššího řádu jako je ztráta rodičů v dětství a nedávné stresové události (Tento model také obsahuje schránku představující genetické riziko deprese, ale odráží vliv všech genů, které byly posouzeny pomocí dvojčat, nikoliv individuálních genů, které jsou biologicky odlišné.) Druhý obsahuje geny, proteiny a neurotransmitery. (Schaffner v Kendler a Parnas, 2015, str. 48)

Anne Rodgersová se zabývala vznikem psychického onemocnění. Dětství je jedním z mezníků, který kromě dalších predispozic může ovlivnit průběh psychického onemocnění. „Během dětství se dva faktory stávají vysoce důležitými v otázce duševního zdraví. Prvním je emoční život mladých lidí. Druhým je ‚primární socializace‘: způsoby, jimiž se nováčci učí, jak být přijati a zároveň být a zároveň přijatelnými členy své mateřské společnosti. Oba tyto faktory jsou pro naše účely relevantní, protože oblast duševního zdraví zahrnuje na jedné straně zoufalé zkušenosti a neklidné chování a na stranu druhou odklon od norem.“ (Rodgers, 2014, s. 71) „Většina psychologů předpokládá, že problémy v dětství dělají osobu náchylnou k pozdějším problémům duševního zdraví. Podobně sociologické modely deprese v dospělosti zdůrazňují vývojové faktory zranitelnosti i současné stresory.“ (Rodgers, 2014, s. 72)

Jednotliví autoři se zaměřují na rozdílnou příčinu vzniku nemoci a stejně tak je tomu i v jiných oblastech. Značnou rozdílnost lze vnímat v pojetí duše, kterou si každý představuje odlišně. Pro někoho je to éterický pocit, jenž je nepopsatelný, jiný stojí v tmavé nikdy nekončící místnosti a kolem něj není nic než temnota. Ten opodál má ono duchovno uloženo na konkrétním místě v těle. S nabýváním nejrůznějších vizuálních obrazů můžeme duši zcela laicky vnímat jako „vnitřní film“ navazující na události světa. Představa duše vždy podléhala struktuře dané kultury či společnosti. Podstatný vliv na obraz duše lze připsat náboženství, které odpovídá na otázku, co se stane s duší po smrti. Mezi nejrozšířenější pojetí však patří existence duše živého a duše posmrtné. Už staří Egypťané věřili v přítomnost duše a v její další život, ať už v těle jiných živočichů, těle mrtvého či na přesun duše do říše mrtvých. První zmínky se začaly objevovat ve 4. tisíciletí př. n. l. (Nakonečný, 1995, s. 10)

Duševní onemocnění je v úzkém vztahu s naší hmotnou podstatou, tedy s tělem. Tělo reaguje na nejrůznější zátěžové situace, které nás v životě potkávají. Duševní onemocnění ovlivní celou osobnost, a to nejen v emocionální oblasti. Vnitřní nejistota, utrpení, bolest či zmatenost se projevují ve výrazu obličeje, v posturice či v napětí těla. Člověka trpícího duševními poruchami označujeme jako psychotika. Psychotik je člověk s lehčí či těžší psychickou poruchou, která způsobuje neadekvátní, někdy až asociální chování, které má dopad na percepční, emocionální a kognitivní oblasti psychiky. V souvislosti s duševním onemocněním je nezbytné reagovat na úzké propojení všech stránek lidské psychiky. S vědomím je úzce spjata nevědomí, které ovlivňuje naše chování a prožívání. V návaznosti na uskupení vnějších či vnitřních vlivů se o to více projevují odchylky, které mají co dočinění s emocionální nevyrovnaností. S fyzickou i psychickou zátěží se každý vyrovnává individuálně. Jedinečnost každého z nás je založená na odlišnosti charakteru, vůle, temperamentu a také na nevědomé složce osobnosti. Právě individualita osobnosti je podle Guilforda soubor vlastností, díky němuž lze popsat osobnost jako „jedinečný vzorec rysů, tj. trvalých způsobů, jimiž se jedinec liší od druhých.“ (Guilford in Balcar, 1991, s. 17)

Jaká je vlastně podstata duše? Následně bychom se měli ptát na způsob, jak lze jen vystihnout opravdový vztah mezi tělem a duší? Odpověď by mohla dosahovat kolosálního rozsahu, ale přesto by neposkytovala relevantní data. Pouhé bádání, natož pak samotná formulace, má pro lidský rozum transcendentní rozsah. Dle Junga (1995) nelze stanovit teorii či vztah mezi duší a tělem. Lze čerpat pouze z lidské zkušenosti, úvah a analogie, která je připisována našim představám a iluzím.¹⁵⁹ Nepřímým popisem vzniká domněnka vědění, jelikož nikdo skutečně nedokáže jasně vystihnout

159 „Větší než všechna fyzická nebezpečí jsou gigantické účinky představ, kterým by však naše vědomí světa chtělo rádo upřít jakoukoliv zkušenost.“ (Jung, 1995, s. 21)

a definovat pojem duše. Fantazie nám však poskytuje dostatek prostoru k vlastním úvahám.

Proč se opakovaně zabýváme pojmem duše? Někdy se letmo říká, že moje duše pláče. Její bolest se jeví pro pouhé kolemjdoucí jako maska, která je záměrně často nečitelná. Pláč nemocného není jen pokusem o zviditelnění. Jedná se o nemoc. Její symptomy se mohou projevit v kterékoliv fázi života. Duševní onemocnění není jen předmětem dospělosti, ale dotýká se i dítěte v raném věku. U každého jedince je počátek nemoci zcela individuální. Dojde-li na srovnání dětské duše s duší dospělého, nelze se vymanit genetickým predispozicím, které jsou na dítě s příchodem na svět navaleny ze strany jeho biologických rodičů. Dítě nedědí pouze somatické a charakterové vlastnosti, ale především jsou to psychické odchylky,¹⁶⁰ které se u mladšího jedince mohou projevit už při prvním setkání se soudobou nemocí lidstva, se stresem.

Život dítěte a duševně nemocného je veskrz podobný. Pro dítě je většina věcí nových a ryzích. Nezlobí se zbytečně, je vděčné a citlivé. Dítě i psychotika lze generalizovaně popsat jako člověka tvořivého, jehož fantazie nabízí bezbřehou plochu pro vlastní tvorbu. „Dítě se smí cítit jako střed světa a být otevřené na všechny strany a přístupné všem možnostem. Mělo by si co nejvíce hrát, aby se rozvíjela jeho tvořivost a odpovídající sebevyjádření. Doposud pohrouženo do svého vnitřního světa, sní a mělo by se cítit doma ve svých fantaziích a cenit si svého vnitřního světa stejně jako světa vnějšího.“ (Dahlke, 2009, s. 19) Dítě může mít zalíbení v tvorbě, je hravé a oceňuje nové podněty. Stejně jako dítě, tak i psychotik rád tvoří nereálné, fantaskní obrazy. Uzavírá se do své tvorby a vytváří

160 Psychické odchylky zaštiťují širokou skupinu psychických, popř. neurotických onemocnění (do skupiny patří i závislosti). Do této skupiny lze dále řadit i psychicky labilní či přecitlivělé jedince. Psychické odchylky mohou být i součástí lidské povahy a představ o světě. Pod vlivem nemoci se mění vnímání sebe i vnějšího světa.

si vlastní představu nahrazující realitu. Právě ona analogie mezi dětským výtvarným projevem a projevem psychotiků představuje nemalé množství společných znaků. Můžeme se bavit o jednoduchosti, volbě motivu, barevnosti, apod. Co je tím prvkem, který sdružuje jejich tvorbu?

I zde můžeme hledat nejrůznější vysvětlení, ale základem je duše. Dítě se nechce cítit samo, nechce mít strach, ale chce pociťovat alespoň určitý zájem ze strany druhých. Dítě může nést pocit viny a v době, kdy necítí ze strany druhých vřelost, pláče. Vnitřní palác radosti se rychle sesype na hromadu v několika vteřinách. V živoucím „duševním organismu“ není jen stopa posledních dní a nedávno nabytých zkušeností. Vzpomínky a strasti, dávné obrazy a dějiny ducha přetrvávají v každém z nás.¹⁶¹ A poté co přestaneme vnímat smysly, přichází zvnitřnělé vjemy. Vše vnitřní nás prostupuje a následně vyvstane na povrch. I sám Jung říká: „Všechno je v duši, všechno je takříkajíc na vnitřní straně.“ (Jung, 1994, s. 38)

Ruediger Dahlke je jedním se současných psychoterapeutů, který se kromě jiného věnuje vztahu nemoci a duše. Již názvem svojí publikace *Nemoc jako řeč duše* napovídá, že nemoc není pouze pojem somatický. Příznaky se projevují jak uvnitř, tak navenek. Všechny dávné bolesti se projevují ve formě nemoci. Novodobé dějiny přinášejí změny ve vnímání významu duševní nemoci a nejnovější badatelé přišli na to, že tělo přímo odráží nevyřešené konflikty duše, které jsou přenášeny do vědomí. Tam se projevují ve formě symbolů a příznaků nemoci.

Dnešní doba dovoluje léčit duši a vyzdvihuje hodnotu terapie. Léčba duše je stejně významná jako léčba těla. Nelze opomíjet hlubinné zákonitosti lidské psychiky.

161 „Být si vědom jen přítomnosti a popřít minulost by byla naprostá nicotnost. Dnešek má smysl jen tehdy, pokud je mezi včerejškem a zítřkem. Dnešek je proces, je to přechod, který se odděluje od včerejška a vede k zítřku.“ (Jung, 1994, s. 37)

Její vyléčení bývá zdlouhavé, nelze však konstatovat, že její vyléčení je nemožné.

U malých dětí můžeme hru využít jako terapeutický prostředek, který předchází pozdějšímu vzniku neuróz. Jedinec se snaží reprodukovat svoji zátěž. Na základě opakování dochází ke zmírnění nepříjemných pocitů, které se později stávají snesitelnější (El'konin, 1983).

Ať dítě nebo dospělý, ať zdravý nebo nemocný – všichni jsme „zajatci“ duše. Archetypální obrazy vyvěrající z pocitu dětství nezmizí. Dítě je zdrojem inspirace a uchované vzpomínky mohou být součástí tvorby a hry. Duše je podstatnou součástí našeho života a svým významem je v centru pozornosti. V dnešní době má svoji hodnotu a důstojnost. Tělo je pouze pláštěm, který zakrývá její nedokonalosti, krásy, vrásky a melodie. Duše je „univerzum“ obalené hmotnou schránkou a je nutné si uvědomovat, že bez ní by nebyla možná komunikace se světem. To je smyslem transcendence, kdy vnitřní svět přesahuje obraz reality. V určité fázi života, kdy tělo postupně odchází a je degenerováno věkem, lze přesto mluvit o vitalitě duše, která přežívá a živí naši existenci. Fragmenty duše vystupují na povrch a pouhým pohledem na člověka lze vidět doposud nepostřehnutelné, tělo se stává zrcadlem jeho duše.

PRINZHORN, Hans, *Děti v krajině* [olej].
76 x 63 cm. V publikaci od Hanse
Prinzhorna nalezneme obrázek, ve kterém
lze najít spojení mezi výtvarným vyjádřením
dítěte a psychotika. Postavy jsou kresleny
zepředu (en face). Kresba celého formátu
opomíjí znaky perspektivy.



Na povrchu

Hraní je vždy smysluplné. Každá hra něco znamená a ke každé hře náleží moment, který jí dává smysl. O hře mluvíme až tam, kde se její smysl úmyslně utváří.

Vladimír Borecký

*Přicházejí převrácené tváře, které znám,
mají ústa nad očima a bradu nad ústy.*

Petr Nikl

*„Ó chvíle dětství,
kdy za figurami bylo více než pouze to,
co minulo a před námi žádná budoucnost.
Rostli jsme ovšem, často nedočkaví,
co nejdřív dospět, zčásti kvůli těm,
kdo neměli než to, že byli velcí,
a přece ve své osamělé pouti
s tím, co trvá, spokojeni, postávali jsme
v prostoru mezi světem a hračkou
na místě, jež nebylo od počátku dáno
pro nic jiného než pro jediný čistý děj...“*

Rilke, 4. Duinská elegie
(In Fink, 1992, s. 16)

Pochopení rozsahu a hranic duševního onemocnění je zásadní nejen pro pochopení významu terapie, ale usnadní cestu k pochopení vztahu k individualitě jedince. Terminologické vymezení pojmu „duševní nemoc“ je náročné, jelikož se nabízí definice psychiatrů, psychologů a dalších odborníků zabývajících se touto problematikou. „Psychicky nemocný je člověk, který se při řešení svých životních

problémů ocitl v krizi a ve slepé uličce, protože je přemožen svou zranitelností a tím také svou potřebou ochrany a potřebou objasnit neobjasnitelné. Výsledek nazýváme nemocí, zraněním, poruchou, utrpením nebo odchylkou.“ (Dörner, 1999, s. 8)

Blížkost dítěte k hračce před 100 lety je podobná dnešnímu vztahu dítěte k předmětnému světu. Na první fotografii je zachycena malá Otýlie s panenkou. Otýlie byla poslána vlakem z Vídně ke své tetě. Hračku si vzala ke své tetě a ta jí provázela až do dospělosti, než se provdala za četnického důstojníka. Na druhé fotografii je zachycen fragment dětského vztahu k hračce v současné době. (foto Jana Ovčáčková)



Samotné rozpoznání duševní nemoci by mělo proběhnout v počátečním období, kdy dochází k odborné analýze a stanovení diagnózy, díky které je možná další práce s jedincem. „Ontogeneze psychiky popisuje změny psychiky, k nimž dochází během života jedince od početí až do smrti. Povahu těchto změn je třeba podrobně znát, protože diagnóza duševní poruchy je mnohdy založena na pozorování a hodnocení odchylek od běžného vývoje.“ (Raboch, 2001, s. 3) Porucha, jež si zakládá spíše na psychických aspektech či somatických projevech, je hodnocena v celkovém systému jako kontinuální jednota (Dušek, 2015). Dušek navíc uvádí, že „porucha je včleněna do dynamiky rozvoje osobnosti.“ (Dušek, 2015, s. 24) O co více se projeví duševní nemoc na fyzické stránce osobnosti, o to více můžeme počítat s integrací do psychické sféry.

Pokud už dojde k tomu, že je osobnost ovlivněna duševní poruchou, je jasné, že stimulace jednotlivých stránek osobnosti nebude proces krátkodobý. K tomu, aby došlo k uzdravení zraněné části duše, je zapotřebí cílená intervence odborníků, kteří se snaží dosáhnout stabilizace člověka, jenž je už od dětství vystaven mnohým nebezpečím a musí jim opakovaně čelit. Běžně na nás mohou působit rodinné či pracovní problémy a další zátěže. Neustále se učíme kultivovat duchovní i fyzickou stránku, a tím můžeme alespoň částečně předcházet akutnímu psychickému kolapsu. I přes veškerou snahu však nelze minimalizovat či odstranit všechny formy zátěže. „...Nemůžeme například potlačit většinu svých emocí, nemůžeme změnit špatnou náladu v dobrou, nemůžeme ani přivolat, ani zastavit své sny. Dokonce i nejinteligentnější člověk může být někdy posedlý myšlenkami, kterých se ani s největším vypětím vůle nezbaví.“ (Jung, 1994, s. 18)

Pokud budeme vycházet z definice osobnosti podle Duška (2015), tak osobnost představuje spojení vlastností tělesných i mentálních. Vnější podoba člověka je zrcadlem

vnitřních nemocí. K uzdravení či stabilizaci osobnosti může dojít integrací nejrůznějších druhů terapií. Ačkoliv dnešní medicína dosahuje mimořádných pokroků, stále ve vzduchu visí otázka, jaký druh terapie je pro konkrétního člověka nejvhodnější. V kontextu volby je nutné vnímat cíl a formu terapie v návaznosti na druh nemoci. „Terapie a terapeutické přístupy by se tedy daly vysvětlit jako určité způsoby odborného a cíleného jednání člověka s člověkem, jež směřují od odstranění či zmírnění nežádoucích potíží nebo odstranění jejich příčin, k jisté prospěšné změně, například v prožívání, chování, fyzickém úkonu, apod.“¹⁶² (Janků, 2013, s. 11) Pro lepší pochopení problematiky je omezující odkazovat se pouze k psychoterapiím a nevnímat hodnotu jiných forem terapií.

Jak již bylo nastíněno, psychoterapie je jednou z nejužívanějších technik v léčbě duševně nemocných, která může být kombinována s dalšími terapiemi. V praxi je možné kombinovat základní terapii s arteterapeutickými technikami, ergoterapií a dramaterapií. Kromě již uvedených druhů terapie může být velmi účinná „terapie hrou“. Hra může mít nejrůznější projevy a z hlediska jejího využití je vnímána jako diagnostický i terapeutický prostředek.

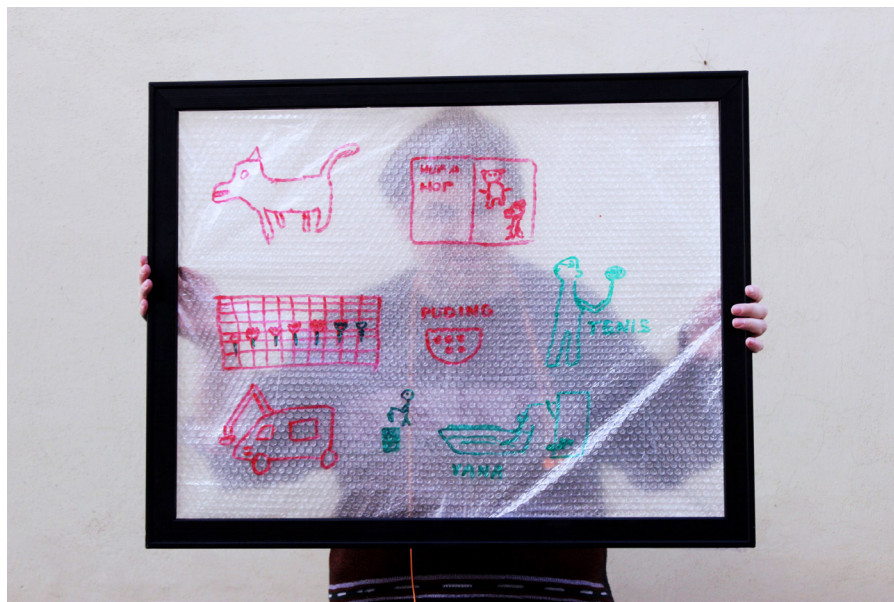
Hra je postavena na využívání symbolismů, díky nimž lze odhalovat skryté problémy jedince. Prostřednictvím symbolů dochází ke spojení vědomé i nevědomé složky. Prinzhorn vnímá potřebu symbolů a jejich významovost jako základ psychologického zobrazení. „Teprve schopnost myšlení navzdory veškerému poznání totiž zřejmě otevírá bránu do sféry tvorby. Je třeba ještě více upřesnit okruh toho, co chápeme pod pojmem potřeba symbolu nebo tendence k symbolické významovosti. Jedná se,

162 Terapie a speciální pedagogika – definice. JANKŮ, Kateřina. *Terapie ve speciální pedagogice – základy a obecná vymezení* [online]. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, 2013, s. 11 [cit. 2017-02-19]. ISBN 978-80-7464-280-7. Dostupné z: http://projekty.osu.cz/svp/opory/PdF_Janku_Terapie-1.pdf

psychologicky vyjádřeno, o tendenci mít při názorné tvorbě na mysli komplexy pocitů a představ, které ze své podstaty nejsou názorné.“ (Prinzhorn, 2009, s. 51–52) Aby byl znak či symbol dobře pochopen, je nutné zprostředkované objasnění (Prinzhorn, 2009).

Daniil Borisovič El'konin (1983) definoval dvojí pojetí hry. Za první ji definoval jako nástroj, který plně nahrazuje psychoanalytické techniky (asociační experiment a běžně užívaný výklad snů). Za druhé vnímal hru jako základní prostředek, skrze který lze opakovaně vyvolávat traumatické situace, které by měly být posléze překonány. (El'konin, 1983, s. 120)

Pacient si jako první vybral hračky, které mu připomínaly dětství. Později kreslil svoje vzpomínky na bublinkovou fólii, která byla na dotek měkká. K nakresleným symbolům se pojily příběhy z dětství. Fotografie ukazuje splnutí autora se svým výtvořem. Zachycuje i myšlenkovou mapu autora. (foto Diana Elfmarková)



V léčbě psychotiků jsou často využívány arteterapeutické metody využívající nejrůznějších výtvarných technik a námětů, které objevují vnitřní stránku člověka. Jedná se o formu terapie pomáhající danému jedinci a poskytující mu možnost řešit všechny jeho bolesti prostřednictvím tvorby.¹⁶³ Může řešit individuální těžkosti, často bývá jednou z forem komunikace a zároveň může odhalovat problémy určité skupiny. Záleží na cílové skupině, u které se terapie uskutečňuje. Jeden koncept bude fungovat například v dětském domově a jiný na psychiatrickém oddělení. Cíl je ovšem stejný – dochází k expresivnímu sebevyjádření a zároveň k hlubšímu poznání sebe sama. Podle Šickové Fabrici cíle „souvisejí na jedné straně s tím, z jakých teoretických pozic pochází, na straně druhé se situací a potřebami klientů, s nimiž pracuje, v neposlední řadě s jejich věkem.“ (Šicková Fabrici, 2008, s. 61)

V tvorbě objevujeme doposud nepoznané vnitřní světy. V případě terapie nabývá tvorba metafyzického smyslu. Proces je ovlivněn v danou chvíli mnoha činiteli a jedním z nich je citlivost ve vnímání světa a to, jak na nás věci kolem působí. Na tvorbu dále působí aktuální fyzický stav, který může být v případě psychického onemocnění ovlivněn farmakoterapií, únavou, apatií či dalšími vlivy. Mezi další ovlivňující činitele lze zařadit vrozené fyzické anomálie, například chybějící část končetiny, popřípadě abstinenční příznaky v podobě třesoucích se rukou. Nepříznivých činitelů je celá řada a jejich vlivy nelze ignorovat.

Potřeba tvořit nebo se kreativně projevit je vlastní téměř každému z nás. Potřebu expresivního vyjádření mohou mít především osoby s přebytkem negativních či

163 „Art, like life, consists of thoughts, feelings, images, beliefs, actions, experiences, and relationships. When viewed in isolation, perhaps each of these aspects of life may be regarded as a partial self-portrait of an individual.“ (Moon, 2012, s. 4–5)

Součástí léčebného procesu se může stát i objevování skrytých příběhů. Výmluvná hodnota osobního příběhu posouvá hranice základní formy výtvarného vyjádření a objasňuje vztahy, příčiny a zákonitosti. Každý si vykládá jednotlivé symboly jinak, a proto se mohou jednotlivé interpretace odlišovat. Z hlediska diagnostiky i následné interpretace je verbální doprovod velmi cenný a důležitý. Použitá symbolika je nejen součástí výtvarné tvorby, ale je též součástí hry. Piaget zkoumá hru a její symbolickou funkci. Symbolismus ve hře „spojoval s vývinem reprezentativního intelektu, jehož základním předpokladem, podle jeho mínění, je vznik symbolu, tj. vztah mezi znázorňovaným a znázorňujícím.“ (Piaget in Elkonin, 1983, s. 251) Znaky a symboly ve hře jsou činiteli, které jsou v danou chvíli nositeli informace.

Instalace doplněná kresebnou technikou.

Doprovodná slova na obraze doplňují kontexty tvorby. Práce studentky arteterapie. (foto Jana Ovčáčková)



Prostřednictvím slova se člověk postupně dostává z vnitřní úzkosti. Někomu však nevyhovuje verbální či psaná forma projevu. Říci slova nahlas znamená potvrzení nevyhnutelného verdiktu o stavu nemoci. Výpověď prostřednictvím tvorby se může někomu jevit jednodušší a snesitelnější. „Mluvíme tedy o tendenci, nutkání, potřebě projevu duševna, a myslíme tím ony pudové životní procesy, které samy o sobě nejsou podřízeny žádnému účelu nacházejícímu se mimo ně, a jsou směřovány pouze k utváření sebe sama.“ (Prinzhorn, 2009, s. 33) Obraz nelže a v jeho obsahu není místa k úkrytu. „Obrazy přenášejí informace, poznatky, emoce, estetické zkušenosti, hodnoty. Stávají se předmětem vědomého dešifrování, ale působí také na podvědomí. Je možné je číst jako text, analyticky a po částech, postupně...“ (Sztompka, 2007, s. 12)

Bolest není vnímána pouze skrze obrazy či tvorbu samotnou. Někdy je bolest ukrytá hluboko v nitru a její signály se odrážejí na fyzickém stavu jedince. Tělo tedy odráží všechny duševní odchylky. Nemoc lze ignorovat až do chvíle, kdy plně propukne, pak její příznaky nelze schovat ani opomíjet. Uvedme příklad z praxe, kdy jsem se setkala s případem člověka, který měl představu trhání kůže z těla, jež měla základ v přílišné konzumaci psychoaktivních látek. Šlo sice jen o halucinaci, ale každá odkrytá píď spodní vrstvy kůže přenáší mysl do oblasti nesnesitelného deliria. Bolest, která je v prvotní fázi výplodem naší fantazie, dokázala přerůst až do nadměrných rozměrů a díky ní byl intenzivně vnímán každý sebemenší detail.

Obraz bolesti, který se rodí v důsledku zhoršování duševní nemoci, potřebuje svoje plátno. Stejně jako malíř potřebuje k zprostředkování svých osobních myšlenek papír a barvy, potřebuje i vnitřní bolest svoji plochu k projevení i těch nejtemnějších zákoutí. Duše je poté jakýsi inspirační zdroj, který odráží nahromaděné přebytky psychického útlaku osobnosti. Inspirací mohou být například

mihotající flashbaky, které jsou základem pro symboly a znaky v podobě ďáblů, démonů, strastiplných postav, deformovaných zvířat, atd. Kern uvádí, že „umění může změnit všednost našeho života“. (Kern, 1999, s. 17) Pokud jsou smysly omezeny například nepodnětným prostředím, nejedná se o krátkodobou frustraci, ale dochází k celkové deprivaci jedince. Lze mluvit o útlumu kreativity, který je způsoben nepříznivým či nedostatečným působením okolních vlivů na jedince. Bez vjemů a možnosti projevit se je deprivována především psychická stránka osobnosti, která může vést až k úplné ignoraci okolí či apatii. V tvůrčím procesu je výtvarný projev omezen stejně jako možnost vnímání okolního prostředí.

Možné neurózy a další psychické odchylky vznikají v návaznosti na spojení physis a psýché. Zaměříme-li se na vznik poruch, odkazujeme se často až na prenatální stav. Nelze tedy pracovat pouze s osobností, ale setkáváme se s čímsi skrytým, pracujeme s duší člověka. Přesněji řečeno dle Herberta Reada (1967) s „duší novorozeněte“. Read přirovnává neurotické sklony k dědičnému hříchu. Otisk našich rodičů a jejich životů je zakořeněn v tom malém a doposud nezralém a nevinném člověku. Vše postupně vyústí na povrch a vnitřní nevyrovnanost se naváže na funkci těla. Psychosomatika jedince je jakýmsi deníkem, který přenáší životní příběh do dalších dní a nedá mu zapomenout.

Vnitřní příběh či význam životních událostí není důležitý pouze pro daného jedince. Skrze tyto návaznosti lze lépe objasnit příčiny či důsledky nemoci. Na povrch se postupně vyplavují vnitřní emoce a stavy, tím dochází k vnitřní očistě. Tvorba může do jisté míry odhalovat více než běžný verbální projev. Ať už je zvolena jakákoliv forma terapie, je nutné pochopit význam symbolů.

Vzpomínka na dítě

Spánek není, smrt není,
 Kdo umírat se zdá, žije.
 Dům, ve kterém ses narodil,
 Přátelé tvého mládí,
 Starý muž a mladá panna,
 Denní lopota a její odměna,
 To všechno mizí,
 Stává se legendou, nedá se spoutat.
 Ralph Waldo Emerson
 (In RIGGS, 2016, s. 7)

*Všechno hold se nedá zachytit, jenom
 prožít, a všechno v tom vyjádření je
 přibližný, protože se taky všichni náležitě
 nebojí, anebo někdo víc nebo míň, někdo
 je z toho přímo jatej, někteří si říkají, že
 to přejde a jdou klidně spát, jiný o tom
 přemýšlej, a pak se na to vzpomíná,
 a jestli je to ve jménu trvání neopustí,
 tak se tím trápí až do hrobu.*

Karel Malich (2013, s. 74)

*Roky, během nichž jsem věnoval
 pozornost vnitřním obrazům, patří
 k nejdůležitějším obdobím mého života,
 v nichž se rozhodlo o všem podstatném.
 Tehdy to začalo, a pozdější jednotlivosti
 jsou jen doplněním a zdůrazněním. Moje
 veškerá pozdější činnost spočívala
 v rozpracování toho, co v oněch letech
 vyvstalo z nevědomí a zprvu mne
 zcela zaplavilo. To bylo pralátkou mého
 životního díla.*

Carl Gustav Jung (2013, s. 7)



Fotografie dokumentuje obraz banálního předmětu. Skrze fotografie zaznamenáváme momenty, které si chceme uchovat v paměti. V danou chvíli se nám jeví natolik důležité, že chceme onen moment „zmrazit“.
(foto Jana Ovcáčková)

Použijme myšlenku Jana Ámose Komenského a nazvěme dětství „labyrintem duše“. Ačkoliv Komenský se ve své knize *Labyrint světa a ráj srdce*¹⁶⁴ zaměřuje na hledání smyslu života, slovní obrat reflektující dětství odkazuje na složitou strukturu lidské osobnosti a její podstaty. Možná, že po zamyšlení se nad otázkou úzké hranice dětství a dospělosti, lze dojít alespoň ke vzdálenému okraji samotného labyrintu.

164 KOMENSKÝ, Jan Amos. *Labyrint světa a ráj srdce*. Praha: Nadace Lyra Pragensis, 1998. Lyra Pragensis. ISBN 80-7059-035-1.

Dospělému jedinci není dětská hra vlastní, avšak díky vzpomínkám si drží zažitou dětskou radost setrvale v paměti. Vzpomínky nás ovlivňují ve všech fázích života. Mohou být měněny záměrně či bezděčně. Naše vědomí vyčleňuje méně důležité vzpomínky a nahrazuje je významnější pamětní stopou, která má základ v intelektuální dospělosti. Často „zapomínáme, jak vysokých intelektuálních výkonů a složitých citových hnutí je schopno dítě kolem čtyř let, a měli bychom se přímo divit, proč se v paměti pozdějších let zpravidla zachová tak málo z těchto duševních dějů, zvláště když jsme nuceni předpokládat nikoliv to, že tyto zapomenuté dětské výkony nezanechaly stopu v osobním vývoji, nýbrž že na něj měly vliv, který zůstal pro všechny pozdější doby rozhodný.“ (Freud, 2016, s. 47)

Paměť je jako síť pojmů a vzpomínek, které lze někdy jen obtížně vystihnout. Na oné pomyslné síti je podstatný každý jeden uzlík. Stačí jeden odštíhnout či jen narušit pevnost jeho spoje a síť jako by se trhala. Skepse, která přichází s každým úbytkem vzpomínky, se projevuje v běžném životě. Právě Freud se vyjadřoval k patopsychologii denního života. Vzpomínky jsou cenné, jelikož jejich přítomnost není samozřejmá. Ve svých spisech se věnuje zapomínání slov, jmen a dějů. Kromě zapomínání vytyčuje i termín vzpomínání. To „...nastává, jak známo, prostřednictvím různého psychického materiálu. Jedni si vybavují zrakové obrazy, jejich vzpomínky mají podobu vizuální; druzí ve vzpomínkách reprodukují ty nejchabější obrysy prožitého.“ (Freud, 2016, s. 48)

Právě ony vzpomínky, které se stávají neoddelitelnou a přirozenou součástí duševní činnosti jedince,¹⁶⁵ mohou vštěpovat bolest i radost v jednom. Možnost vybavování vzpomínek, dávných prožitků a obrazů vytváří stále se opakující smyčku. Letmým úsměvem na tváři či zdánlivým

165 U některých jedinců vzpomínky ochabují v návaznosti na degenerativní onemocnění či kvalitativní a kvantitativní poruchu paměti.

úšklebkem lze naznačit sílu vzpomínky, jejíž intenzita může poukázat na hodnotu lidské paměti.

Síla vzpomínky je bezbřehá. Dává nám možnost snění a opětovného prožívání. Obemkne nás svojí živostí a zahltí emocemi. I ta nejskrytější vzpomínka si považuje vštípených figur, obrazů a symbolů. Vzpomínka může představovat niterný obraz zažité skutečnosti z dětství. Jedinec, který v rámci arteterapeutické dílny vzpomínal na své dětství, si vybavoval například společné snídaně. Evokací mu byl prostý hrneček. Kromě snídaní zmiňoval i další příběhy a vzpomínal na svého otce. „Vzpomínky z dětství jednotlivců tak zcela všeobecně nabývají významu *vzpomínek krycích*, a vzniká tím jejich pozoruhodná obdoba se vzpomínkami na dětství národů, uchovaných v pověstech a mýtech.“ (Freud, 2016, s. 49)

Dítě je v mnoha případech naší inspirací. Jedná se však o dítě, které přežívá v nás.¹⁶⁶ Skryté dítě je centrem emocí, které se postupně vyplavují v návaznosti na vystupující vzpomínky. „V dítěti jsou zaznamenány všechny emoční informace tak, jak je jedinec během svého dětství a života prožíval, vnímal, zpracoval a uložil.“ (Ženatá, 2015, s. 141) Dítě není vyčleněno ze života dospělých, protože každé dítě si chce hrát. Stejně tak i dospělý chce zažít pocit volnosti a zábavy, která se odehrává v daný moment (Berne, 1970). Svoboda, nezávaznost i pocit uvolnění se stávají součástí hry. V dítěti i v dospělém vzniká pocit radosti. „Zažívá-li člověk ve hře zvláštní štěstí z možnosti neomezené tvorby nových situací, ze svobodného setkávání člověka s člověkem, podřízeného zcela novým pravidlům, ..., zažívá-li člověk ve hře zvláštní možnost být vším a přináší-li mu hra iluzi svobodného neomezeného počínání, ..., propůjčuje-li mu vážně naladěný pocit štěstí, a to i tehdy, jestliže rozehráváme úděsné hrůzy tragédií, pak se lze jen ptát po zdroji této úžasné moci hry...“ (Černý, 1967, s. 657)

166 „Hra je jeden z nejefektivnějších způsobů, jak zjednodušit život. Přesně to jsme dělali jako děti, ale v dospělosti jsme si hrát zapomněli.“ Albert Einstein

Projevy her dětí jsou totožné již po staletí. První fotografie pochází z počátku 40. let a druhá fotografie z roku 2016. (foto Jana Ovčáčková)



Mezi dospělým a dítětem lze z hlediska hry spatřit rozdíly, kterými lze demonstrovat odlišnost myšlení různých věkových kategorií. Dítě tvoří své práce a převádí svoje představy v realitu každý den. Nemusí nad nimi dlouze přemýšlet, jelikož vychází z něj a činí mu radost. Přihlížející dospělý se těší s dítětem, ale do jeho úvah vstupuje zkušenost z reálného života. Ta zastře naivní a samovolnou radost a navíc omezí přirozené reakce. Dítě nakreslí obrázek a okamžitě jej sdílí se svým okolím. V roli dospělého už neuvažujeme nad pouhým zpodobněním představ, ale do hry vstupuje kritický postoj. To nás vede k dokonalému zobrazení, ale větším přínosem je pro člověka zážitek a expresivita vstupující do samotného procesu či výsledku práce.

Vraťme se nyní hlouběji do historie a jmenujme například Jamese Sullyho, který se ve své publikaci *Studie dětství* (1899) zmiňuje o obraznosti, kterou přisuzuje dětem. „Jednou z těch mála věcí, jež zdá se, že víme o dětské myslí, jest to, že jest obrazivá. Dětství, jak všichni víme, je věk snění, odkrývání světa dosud neznámého veselými barvami obraznosti, věk hravého života a šťastných klamů. Proto dětství světa je nejlépe charakterizováno zálibou tvořiti mýty a zakrývati tak překypující obrazností nedostatečnou vědomostí.“ (Sully, 1899, s. 30) P. Ruskin naznačoval, že nebyl dítětem s klasickou obrazivostí. Pozorování zakládal na realitě a kontaktu s ní. Sully komentuje, že „mohl býti v každém ohledu dítětem prostým obraznosti.“ (Sully, 1899, s. 31)

Dítě si hraje¹⁶⁷ a tvoří bezděčně pod vlivem citu, přesto čerpá ze světa barev, pohybů či zvuků. Fantazie je jedním z procesů, jenž je atakován mýty a zavedenými obrazy. Během dospívání je pak také přítomno riziko klamu

167 Huizinga ve svých teoriích odkazuje na pravidla hry. „Hra je dobrovolná činnost, která je vykonávána uvnitř pevně stanovených časových a prostorových hranic, podle dobrovolně přijatých, ale bezpodmínečně závazných pravidel, která má svůj cíl v sobě samé a je doprovázena pocitem napětí a radosti a vědomím jiného bytí než je všední život.“ (Huizinga, 1971, s. 33)

a povinností. Formu vyjevování vnitřního jazyka, který značně ovlivňuje imaginativní procesy a fantazii, nelze u malých dětí vyvolat záměrně. Tato forma funguje samovolně. Díky fantazii můžeme snáze vyjádřit vnitřní pocity a k tomu využíváme ruce a tělo. Dochází k jakési verbalizaci vnitřních posunků projektujících se do výtvarné činnosti.

Zamyslet se nad denními starostmi – to je onen okamžik, který opomíjíme. Velmi často jsou naše potřeby odsunuty a z denních činností se stává rutina. Pak dojde k tomu, že ignorujeme nejen sami sebe, ale přestáváme vnímat svět kolem nás. Přestáváme ho vnímat akusticky i vizuálně. Běžný den je poznamenán setrvalým propojením s moderními technologiemi, které nás nutí ustavičnému odpovídání na zprávy a emaily. Denně tak přicházíme o spousty drobných zážitků, jejichž zastřením není ani možné uvidět a rozpoznat to malé dítě, které v představách nezávazně a bez znaků bážlivosti skáče po dvorku. Ten moment je zapomenut, ale pozůstatek dítěte je v každém z nás. Význam onoho zmiňovaného fenoménu dětství je v podstatě těžítkem dospělosti.

Dítě si oproti dospělému hraje každou chvíli. Susan Isaacsová přisuzuje funkci hry mnohem větší význam. Doslova uvádí: „Hra není jen prostředníkem, jímž dítě objevuje svět, je to činnost, která mu v útlém věku v nejvyšší míře přináší duševní rovnováhu. Svou hravou činností dítě zvnějšňuje a vypracovává k jisté harmonii všechny rozmanité sklony svého vnitřního, psychického života... jak hra je skutečně dechem života, neboť hravou činností nalézá dítě duševní klid a může pracovat na svých přáních, obavách a fantasiích, aby je integrovalo v živoucí osobnost.“ (Isaacs in Read, 1967, s. 182).

Pokud by hra nebyla přítomna v lidském životě, byla by pravděpodobně narušena i socializace člověka. Komunikace by nedosáhla plynulosti a osvojování jednotlivých jazykových rovin by bylo narušeno. Harmonický rozvoj osobnosti

a integrace do kontextu společnosti by byl též značně ovlivněn absencí hry, obecně by docházelo ke zpomalení vývojového zrání. Dle Reada je hra zásadní psychickou funkcí dětství. Už od dětství si postupně osvojujeme dovednosti a nové poznatky z vnějšího okolí, přesto se význam dětství odvíjí od pojmu dítěte. Nelze ani jen částečně nahradit absenci dětských dnů a snů, proto je hra tak podstatnou součástí života. Je nutné mít neustále na paměti, že odlišnost přání a potřeb každého z nás je patrné i v oblasti hry, která má „...rozhodující význam pro úspěšnost celkového vývoje dítěte.“ (Mišurcová a Severová, 1997, s. 43)

Malé dítě je zachyceno v domečku, ve kterém pomocí hry ztvárňuje běžné životní situace – zvonění, otevření, jídlo, apod., 2015 (foto Jana Ovčáčková)





Fotografie pochází z počátku 60. let. 20. století zachycuje hru malého dítěte v zimním období. Stejně tak je tomu na druhé fotografii pořízené v roce 2013. (foto Jana Ovčáčková, Petr Ovčáček)



Příjemná vzpomínka dokáže oklamat strastiplnou duši člověka a síla zažitých událostí dokáže saturovat pocit prázdna. Negativní zážitek však udeří do nejslabšího místa lidské psychiky a rozvíjí tak další emoční reakce. Role dětství přikryje strnulost a upjatost, která je v mnoha případech typická pro dospělé osoby. Igor Nosál (2004) tento kontext chápe jako sociální intuici, která je utvářející pro další život. Bádání na poli dětství je otázkou postmoderního pojetí. V dětství lze nalézt jistotu a individuální identitu, s kterou se do značné míry ztotožňujeme v dospělém věku. Ono zažít si znovu dětskou pohádku je jasným překročením hranice fantazie. Postavit lego nebo jen poskládat papírovou skládačku využije řízeného a racionálního uvažování dospělého, avšak nástrojem pro tuto činnost je vnitřní stopa dětství.

Do úvahy dále vstupuje pojem emocionální dospělosti, která je z hlediska nynějšího nazírání na strukturu populace vnímána jako primární výstup: „emočně dospělý jedinec je produktivní, prosociální, tvořivý, z chyb se poučí. Emočně nezralý jedinec je svými postoji, potřebami a očekáváním stále dítě v zajetí nedořešených konfliktů sourozenecké žárlivosti, rivalit, ukřivděnosti, méněcennosti, apod.“ (Bakalář, 2004, s. 70) Nedořešený konflikt dříve či později vyvstane na povrch. Vědomí vynořuje určitou část myšlenek, které jsou následně zdrojem naší inspirace. Dle Bakaláře jsou hlubší psychické struktury studnicí tisícových generací, které s sebou nesou množství zkušeností.

Dle mého názoru nelze popřít, že i pro dospělého může být inspirativní model kreativního myšlení dětí, které využívají hru a spolu s ní spontaneitu a tvořivost. Dítě pomocí ní komunikuje s okolím a využívá vlastní kreativitu. Dává tak najevo svoje touhy a přání a zároveň může být hra jistým projevem, který zrcadlí negativní emoce či strach. Dle Rezkové a Kleinové (2012) propojuje hra vědomou i nevědomou složku. „Hraní je vždy smysluplné. Každá hra něco znamená a ke každé hře náleží moment, který jí dává smysl.“ (Rezková a Kokešová Kleinová, 2012, s. 6)

Hra je jedním z nejpřirozenějších projevů dítěte. Většinu času dítě tráví u hraček, jako jsou stavebnice, panenky a auta. Hru však nelze snižovat pouze na úroveň dětského projevu. Jednou z hlavních funkcí je vzdělávací a výchovný podtext. Dítě má možnost se učit ustálené formy komunikace a interakce s druhými, rozvíjí svoji kreativitu, zapojuje představivost a v neposlední řadě rozvíjí jemnou i hrubou motoriku. Hra se stává motivací a udržuje dítě v činnosti, která mu přináší uspokojení a zbavuje ho všech možných zátěží. Pokud by byly všechny tyto principy cíleně využívány, lze celý tento souběh činností nazvat „terapií hrou“.

Z toho důvodu nelze ustrnout na využívání hry pouze v dětství. Každý den si „oblékáme“ rodičovské, pracovní či studentské role. Příchodem domů oblek odhazujeme a pouze jej vyměníme za druhý. Den je protkán hrou, přesně takovou hrou, kterou prožívají i děti. Hraní si na hasiče a doktory mění běžnou roli dítěte. Na základě vlastní imaginace si vytvoří jiný svět, v kterém se snaží zhodit nové role, naučit se její projevy nebo alespoň částečně ohmatat její funkce. Částečně se tak vyjádří potřeby daného člověka. (Rezková a kol., 2012)

Dítě se nachází v každém z nás. Miluje, stěžuje si, bojí se a raduje se. Kamila Ženatá uvádí, že dítě „je pramenem tvořivosti, zvědavosti, sexuality, intuice.“ (Ženatá, 2015, s. 141) Opakovaně prožívané emoční stavy signalizují zbytky či úplnou přítomnost dítěte. Reakce dítěte a dospělého může být zcela totožná. Letmý úsměv, který lze spatřit při alespoň pomíjivé radosti, častokrát evokuje vzpomínku. V krátkém zamyšlení je obsaženo nepopsatelné množství skrytých dějů. Není nic vyššího, co by oživovalo lidskou duši a sytilo ji, než rodina a dětství.



Fotografie dokumentuje podobnost her provozovaných dětmi a dospělými. (foto Jana Ovčáčková, Petr Ovčáček)

Dětství v kostkách aneb hra jako zdroj inspirace

Když zjistila, že se díváme, zavřela oči a předpažila jako náměsíčná. Začala provlékat korálky svými prsty a každý otočila. Moje oči byly tak upřené na korálky, že mi chvíli trvalo, než jsem si uvědomil, že se něco děje s jejím obličejem.

Ransom Riggs (2016, s. 111)

Kvůli jedinému verši musíme vidět mnoho míst, lidí a věcí, musíme poznat zvířata, cítit, jak létají ptáci, a vědět, jakým pohybem se ráno rozvírají květiny... Nestačí mít vzpomínky. Když jich je mnoho, musíme umět na ně zapomínat a velice trpělivě čekat, až se vrátí. Vždy samotné vzpomínky ještě nejsou to pravé. Až když nám přejdou do krve, do pohledu a výrazu tváře, až s námi splynou a nedají se od nás odlišit, až potom může ve velmi vzácné chvíli uprostřed nich vzniknout a vyplýnout z nich prvé slovo verše.

Rainer Maria Rilke (1967)

*A někdy vyvstal jsem na koráby,
by houpaly se na prostěradle
nebo vyndal jsem domky, stromečky
a stavěl města kolem dokola.*

James Sully (1899, s. 41)



Moje vlastní vzpomínka na dětství. (foto Jana Ovčáčková)

Umění je vnímáno jako nedílná součást společnosti. Nutno zdůraznit, že schopnost vytvářet umění není všem přirozeně vlastní. Někoho lze zařadit mezi aktivní tvůrce, jiné mezi pozorovatele umění. Jedinec, který je spíše recipient, však není striktně vnímán jako *tabula rasa*,¹⁶⁸ myšleno z hlediska výtvarného nadání. To, co umění každému z nás přináší, nelze vystihnout na pár řádcích, jelikož přesah umění je poměrně rozsáhlý. Umění zasahuje do mnoha profesí. Ovlivňuje práci galeristů, grafiků, pedagogů, ale též je součástí terapeutických metod. Každá oblast umění vytváří svá vlastní pravidla, která je nutné v rámci určitého vymezení dodržovat. V terapii funguje umění jako nástroj zaměřený na pomoc člověku.

Hans-Georg Gadamer se zabýval vztahem mezi uměním a hrou a význam hry povýšil na základní životní funkci. Vnímá ji jako samovolný pohyb, který nemá jasně stanové cíle, přesto podléhá lidskému rozumu. Hra pro něj není jen samostatným pojmem. Hru spojuje nejen s uměním,

ale vytvořil i triádu slovních spojení hra – symbol – slavnost. Dle Gadamera (in Černý, 1967) je hra přítomna v každé formě umění a je vytvořen vztah mezi interpretací, dílem, umělcem, divákem a skutečností. Vzniklé teze vysvětlují význam hry a objasňují její antropologický význam. Stěžejní otázku klade směrem k ontické charakteristice hry. K tomuto významu se pojí i Finkovo pojetí hry. Autoři se zabývají vztahem fantazie a hry a kladou si otázku, zda je hra pouhým prostředkem fantazie. Fink hru nevidí jednoznačně. Může obsahovat subjektivní výplody fantazie, stejně tak objektivní neboli ontické zdání (elementy) – „je také strukturálním momentem světa hry.“ (Fink in Černý, 1967, s. 657)

V teoriích Hanse-George Gadamera je vyzdvihnut hermeneutický význam hry, který je z hlediska přínosu pro terapii dle mého názoru stěžejní. Hermeneutický význam neboli *interpretace herní interpretace* může alespoň částečně objasňovat smysl tvorby. Skrze ni představujeme sami sebe světu.¹⁶⁹ Hra jako umění představuje nás samotné, aniž by musel být divák přímo přítomen. V obraze či hravé situaci lze vnímat nevyřčené významy. Neodráží se pouze moment současnosti, ale též se odráží zažitá situace a vzpomínky.

Hra má velký význam nejen z hlediska terapie, pedagogiky, estetiky, psychologie, sociologie, ale velký důraz byl v minulosti věnován i filozofickému kontextu. Kromě Huizinga a Finka, kteří byli jedni z hlavních objevitelů filozofie hry, lze nalézt spojitost i s filozofem Jiřím Černým. Hru vnímá jako odreagování a uspokojení duševních potřeb jedince. Fink oproti němu například konstatuje, že „... se v každém případě přikládá hře velmi omezený význam; uznává se většinou jako terapeutický účinný prostředek proti přepětí z práce, starosti, vážnosti.“ (Fink in Černý, 1967, s. 655) Černý ve filozofickém kontextu zmiňuje psychologickou

169 Důležitým společníkem při vlastní prezentaci je divákovo vnímání a jeho následná interpretace.

podstatu hry, bez které by nebyla pochopena důležitost a vážnost dětství.

Gadamer se ve svých tezích věnuje umění a hře. Černý se snaží odpovědět na filozofickou podstatu hry, kterou především konfrontuje s tezemi Eugena Finka, přesto nastiňuje stejně jako Gadamer vztah mezi uměním a hrou. Toto spojení je z hlediska dějin zcela nepopíratelné. Jistou skepsi lze spatřit ve výroku: „umění ovšem není vždy a především hrou a hra není především uměním...“ (Černý, 1967, s. 660)

Tvorba je relevantním způsobem poznání sama sebe i dění kolem nás. Prostřednictvím rukopisu a tvorby poznáváme člověka jakožto komplexní bytost, která si v sobě nese nejedno tajemství a nejednu bolest. Zachycením vzpomínky na papíře či v objektu lze vystihnout příběh, který je někdy těžké pojmenovat slovy. Proces tvorby má narativní hodnotou, která v konečném důsledku vyústí ve zřetelné symboly či příběhy. Tvorba je původně bezděčným zamyšlením, které vyústí do smysluplného obsahu. (Štech, 1946)

Psychika je jako kousek jemného průhledného papíru. Ten je možný přetvářet, pracovat s ním a zároveň mu vštěpovat novou formu a funkce. Uměním a tvorbou můžeme měnit jeho strukturu a vzhled, stejně jako můžeme pomocí terapie uměním saturovat psychické slabiny. „Výtvarné umění (...) je terapeutický prostředek, který slouží svým konzumentům jako návod, rada, útěcha a pomáhá jim stát se lepšími lidmi.“ (Botton, Armstrong, 2014, s. 5)

Dojde-li k využívání umění či k samotné tvorbě během terapie, je důležité znát postup, jak se zvolenou formou terapie pracovat. Někomu spíše vyhovuje méně výtvarných činností a více verbálních projevů, jiný zase raději vyzkouší netradiční techniky a tím se dostává do fáze experimentu. Podstatná je znalost cílové skupiny či jedince. Povědomí o diagnózách jedinců dává prostor k adekvátní volbě technik, které budou odpovídat struktuře

dané skupiny, popř. možnostem jednotlivce. Terapie bude účinná pouze tehdy, pokud bude celý koncept důkladně promyšlen a budou nalezeny formy a techniky tak, aby korelovaly s danou cílovou skupinou. Zvolené aktivity mohou být aktivizační a zároveň mohou stimulovat určitou část smyslového vnímání. Aktivizací jedince lze dosáhnout zmírnění psychické tenze, vliv může být po čase patrný i v oblasti somatické a nelze zanedbat ani komunikační přesah terapie. Empaticky zvolená technika může být pro klienty nejen poutavější, ale z dlouhodobějšího hlediska může být větším přínosem pro práci se skupinou či jedincem. V průběhu praxe můžete potkat jedince, který odmítá experiment a práci s netradičními technikami. Ačkoliv se obecně nejedná o techniky nové, pro klienta mohou být zcela neznámé. Preferenci ustálenosti a monotónnosti je možné častokrát sledovat v průběhu terapií.

Alein de Botton a John Armstrong se v publikaci *Umění jako terapie* zaměřují na formu umění. Skrze jejich přístup je možné objevovat vnitřní stránku jedince, která se později promítá do vědomé složky a to pomocí obrazů, vzpomínek či zážitků.¹⁷⁰ Vnitřní stránka jedince může být narušena různými situacemi, které mohou daného člověka až nadměrně zatěžovat. Psychická tenze je pro jedince někdy natolik náročná, že nedokáže využít svých autoregulačních mechanismů. Jedním ze způsobů, jak zmírnit psychickou zátěž, je využít umění a postupně kompenzovat slabiny psychiky jedince.¹⁷¹ Botton a Armstrong (2014) kromě jiného uvádějí sedm funkcí umění, které lze využívat v terapii: *zapamatování, nalezení naděje, prožitek umění, kompenzace, sebepoznání, růst a docenění*. V návaznosti na funkci umění

170 „Umění totiž kompenzuje určité naše vrozené slabé stránky; říkáme jim psychické slabiny.“ (Botton, Armstrong, 2014, s. 5)

171 Každý z nás má odlišné slabiny, se kterými se snaží vyrovnat. Ačkoliv je v knize definováno sedm možných druhů slabin, dle mého názoru je stěžejním pojítkem nedostatek sebevědomí, úcty k sobě a ztráta naděje.

a slabiny jedince autoři popisují hned několik možností, jak je možné se s osobními slabiny vyrovnat. Lze využít sedm terapeutických prostředků, které využívají umění jako posilovač paměti, zdroj naděje, vzor důstojného utrpení, kompenzační prostředek, průvodce po vlastním nitru, rozšiřovač obzorů a kalibrátor citlivosti. Umění je něco jako „záchranné lano“, které umožňuje vybavení vzpomínek a hlubší pochopení vlastního nitra.

Budeme-li se odkazovat na principy nebo průběh terapie, obecným a stěžejním cílem je stabilizace jedince, tedy dosažení jeho psychické rovnováhy. Vážnost nemoci a její následky mohou být natolik rozsáhlé, že není možné příznaky psychického onemocnění potlačit, či snad psychické onemocnění zcela vyléčit. V tomto případě je cílem alespoň dílčí náprava, popřípadě zkvalitnění života jedince. Pakliže budeme uvažovat v mantinelech arteterapie duševně nemocných, cílem bude rozvíjení jedince skrze nejrůznější výtvarné činnosti. Vzhledem ke zvýšené sebekritičnosti pacientů si musíme být vědomi jejich obav z nedobře odvedené práce. Můžeme se snažit rozvíjet jejich tvůrčí schopnosti, ale nejde ani zdaleka o kvalitní výtvarný produkt. Takový pacient se může skrze umění projevit a skrze něj dále reflektovat svoje vnitřní rozpoložení.

Jak tedy pracovat s takovým klientem? Někdo se potýká s vnitřní ambivalencí emocí, jiný balancuje nad propastí přeludů a halucinací, někomu je jeho bytí natolik nepříjemné, že má obsedantní myšlenky týkající se možné ztráty života. Ať už je druh a stupeň nemoci jakýkoliv, arteterapie dává jedincům možnost pro vlastní tvorbu a interpretaci vzniklých prací. Prinzhorn se vyjadřuje k otázce tvůrčího pudu a významovosti výtvarné práce. „Život totiž chápeme jako hierarchii tvůrčích procesů a věříme, že pouze na tomto základě můžeme dosáhnout nezvratné klasifikace jakéhokoliv druhu. Tím, že u člověka hledáme psychologické kořeny tvůrčího pudu, rozpoznáváme

v potřebě projevu centrum tvůrčích impulzů, které však živí celá duševní oblast.“ (Prinzhorn, 2009, s. 26)

Nejde jen o zpracování nabídnutého tématu či námětu. Také reflexe objasňuje vnitřní pohnutky. Díky použitým vizuálním znakům a symbolům se však můžeme pokusit o pochopení obrazu. Můžeme se pozastavit nad barevností, kompozicí či umístěním jednotlivých symbolů. Kolem nás se denně promítá tisíce obrazových prvků, které nevědomky vstřebáváme a ukládáme do mysli. Všechny tyto fragmenty vizuální komunikace jsou zdrojem tvorby. Ty lze užívat zcela vědomě či nezáměrně. Pouhým procesem vnitřní imaginace se tvorba stává projevem svévolným a neřízeným.

Obrazy a symboly působí na naše smysly a utvářejí naši zkušenost a dávají reálný základ vzpomínkám. Díky nim se rozvíjí naše myšlení, vnímání a vztah k světu. Každý den vnímáme tisíce obrazů a symbolů, které jsou nevědomky ukládány do paměti a s nimiž lze dále pracovat. U starších jedinců se osvědčuje například reminiscenční terapie. Tento pojem zaštiťuje motto: „už ani o slovo nelze jít blíž k té dálce? Vždy zůstávají ještě za mlčením slova a ticho za slovy, jež nelze vyplnit; tak před stehem posledním vždy vyvlékne se nit.“ (Musil, 2014, s. 5) Janečková a Vacková uvádí, že „vzpomínka a vzpomínání jsou přirozenou duševní činností člověka.“ (Janečková, 2010, s. 11) Klasická reminiscenční terapie probíhá především u seniorů a je založená na vybavování paměťových stop, které jsou spjaté s určitou asociací. Vhodně zvolenými předměty či fotkami může být připomenuta už roky nezřetelná vzpomínka. Tato terapie je postavená na vizuální gramotnosti a inteligenci. „Vyjadrenie myšlienok, zážitkov a emócií úzko súvisí s vizuálnym jazykom, ale tiež s vizuálnou predstavivosťou a vizuálnym vnímaním.“ (Šupšáková, 2015, s. 42) Intenzita vzpomínky souvisí s časem, to přesto neznamená, že živost vzpomínky musela v průběhu života vyblednout. Věk a stupeň nemoci mohou ovlivnit uchované vzpomínky

a zapříčinit jejich nevybavení. Avšak i takový jedinec nám může intenzitou a zabarvením svého pohledu naznačit jakousi pamětní stopu. Paměť sice vysunula vzpomínku na okraj možného vybavení, ale její otisk se zcela nevytratil.

Lidská identita je založena na uložení, uchování a vybavení vzpomínek. Život je obohacen mnoha příběhy a lidmi, které každý den potkáváme. Tím je zachována kontinuita lidského bytí. Vzpomínky mohou být nositelem bolesti či velké lásky, vřelosti či nepříznivě působící životní události. Vynechání kladných i záporných zkušeností by uzavíralo život do jednotvárné bubliny. Jednotlivé fragmenty jsou vzpomínkami, které tvoří celistvou strukturu osobnosti.



Pomocí fotografie zaznamenáváme momenty z dětství v kterékoliv době. (foto Jana Ovčáčková)

Slovní spojení doslova vyvolává uložené vzpomínky. Mnohdy není třeba jedince dlouho aktivizovat k popisu události nebo předmětu. Najednou začne vznikat příběh, který objasní případné otázky.

„Schopnost aktivně si vybavovat vzpomínky patří k základním vlastnostem lidské psychiky. Při vzpomínání vstupují staré paměťové stopy do vědomí člověka, a ten má možnost znovuprožívat události svého života, přehodnocovat je, opět je začleňovat do svého životního příběhu a do obrazu sebe sama. Jde o životní minulosti v představách, při vyprávění příběhu či při kreativní činnosti a o subjektivní interpretaci minulé zkušenosti své vlastní i druhých lidí, osobních zážitků i historických událostí.“
(Janečková a Vacková, 2010, s. 14)

Terapii je možné praktikovat i prostřednictvím běžného rozhovoru nebo dalších alternativních aktivit, mezi něž lze zařadit i výtvarné činnosti. Spojujeme tak vzpomínky, komunikaci a hru v jeden celek. Už samotné propojení mezi dítětem, hrou a hravostí naznačuje možnost vytváření takových technik a námětů, které nepřipomínají jen životní události, ale představují stavební kameny naší paměti.

„Reminiscenční terapii“ lze kombinovat s jinými terapiemi, například s arteterapeutickými postupy. Vhodně zvolené předměty mohou v kombinaci s klasickými technikami vytvářet novou plochu pro hru. Dítě si svévolně hraje kdekoliv, kde uzná za vhodné. Chce být pirátem, vleze si například do lavouru.¹⁷² Klient či účastník výtvarné dílny povětšinou nemá tyto možnosti. Má k dispozici pouze to, co je mu nabídnuto.

172 „Hra není obyčejný nebo vlastní život. Spíše je vystoupením z takového života do dočasné sféry aktivity s vlastní tendencí.“ (Huizinga, 197, s. 15)

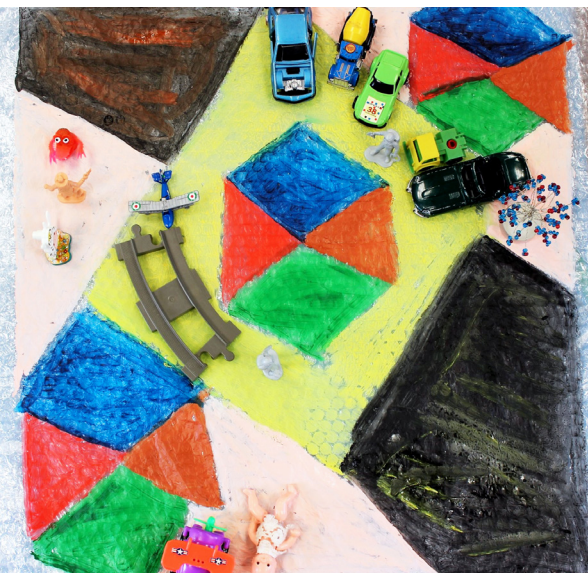
Ukázka inscenované fotografie pořízené v psychiatrické léčebně. Technika kombinovala reminiscenční a arteterapeutickou techniku. Fotografie vznikla na podzim 2016. (foto Diana Elfmarková)



Na konkrétním příkladu lze poukázat na principy terapie: žena s psychickou poruchou byla ovlivněna nepříznivým psychickým stavem, který se pomalu, ale jistě vtíral do jejích fyzických výkonů. Žena byla unavená, apatická a dezorientovaná. Dostala papír, na který mohla ztvárnit vše, co chtěla. Omezená byla technikou a podkladovým materiálem. Právě zmíněný podkladový materiál jí vytvořil plochu, kde mohla rozvíjet svoji fantazii. Díky vzniklému obrazu měla možnost se dále spontánně projevit. Na obraz se dá vždy nahlížet z mnoha úhlů a četnost interpretací je rozmanitá. Při pouhé zmínce o cirkusových stanech vzala předměty, které byly k dispozici, a začala je postupně pokládat na malbu. Tuto činnost doprovodila slovním popisem, který objasňoval, co na obraze utváří. V jedné části najednou vyrostly stromy, opodál se objevilo několik aut na nově vytvořeném parkovišti, někdo mohl možná opomenout malou panenku, která byla na procházce. Najednou začal vznikat příběh, tak bezděčný a nezkreslený. Žena si začala svévolně hrát na vymezené ploše. Projevila se v ní stopa dítěte.¹⁷³ Hra se stala součástí jejího vyjádření.

173 Huizinga zdůrazňoval myšlenku, že si můžeme hrát pouze tehdy, pokud si hrajeme jako malé děti.

První fotografie zachycuje obraz vytvořený pacientkou psychiatrické léčebny v roce 2016. Další fotografie prezentuje dětský výtvarný projev čtyřletého chlapce. (foto Diana Elfmarková, Jana Ověčáková)



Později si k obrazu sedla, dívala se na něj upřeně a postupně uchovovala jeden předmět za druhým. Začala s námi sdílet příběhy, které se jí vybavily. Nabídnuté podněty vyvolaly vzpomínky, které jí sice nevytvořily úsměvy na tváři, ale žena i pod vlivem únavy a nepříznivého emocionálního rozpoložení setrvala až do konce dílny. Její verbální doprovod nás pouze utvrdil v domněnce, že předměty dobře znala ze svého dětství a sama si s nimi hrávala. Spontaneita, s níž začala utvářet hru na obraze, si žena ani neuvědomovala. Síla vzpomínky a minulého prožitku byla natolik silná, že ji zavedla do dětských let.

Princip hry odráží strukturu jedince, dané společnosti či cílové skupiny. Identita a jedinečnost skupiny podmiňuje průběh i formu hry. Z toho důvodu mnohdy nelze využívat stejných námětů a forem hry u malých dětí a dospělých. Volba aktivit by měla odpovídat vývojovému stupni dané skupiny. Pokud Cailloise (1998) říká, že hra je cosi typického pro danou kulturu a zároveň se stává jejím činitelem, lze podobný princip uplatnit i v souvislosti s arteterapií prováděnou s duševně nemocnými. Vztah kultury a hry lze spatřit v díle *Homo ludens*. Johan Huizinga poukazuje na význam hry jako kulturního jevu. „Hra je starší než kultura; ať je totiž pojem kultury vymezen sebenepřesněji, přece jen v každém případě předpokládá lidskou společnost...“ (Huizinga, 1971, s. 9)

Kultura je dána specifikem aktuálního sociokulturního prostředí, je ovlivněna vnějšími vlivy, historií a životem populace. Psychicky nemocný člověk je ovlivněn vnitřními i vnějšími činiteli. Hra může odrážet danou kulturu, stejně tak může být jistou formou výpovědi o daném jedinci a stejně tak se může stát formou arteterapie. Využijeme-li terapie založené na principu hry, začnou se postupně objevovat podvědomé obrazy, které zahrnují i paměťové stopy z dětských let. Vlivem vhodně zvolené stimulace lze aktivizovat vybavování vzpomínek. Dětské vzpomínky a hru lze v arteterapii využívat opakovaně. Nezáleží ani na tom, jaké techniky či náměty budou zvoleny, záleží především na znovuoživení schopnosti hrát si. Začne se znovu oživovat příběh, který kdysi začal, ale podvědomě nikdy neskončil. Vždyť i Herakleitos vynesl výrok „běh světa je hrající si chlapec, jenž postrkuje své kamínky – království dítěte.“ (Herakleitos in Fink, 1992, s. 32)

Hra, ačkoliv ji nechtíce opomíjíme, je součástí našich životů a všedních dní. V určité chvíli se přistihneme každý z nás, že si začínáme nevědomky hrát. Přesně jako dítě začneme skládat kostku po kostce, vytvářet objekty a stavebnice. Uvolňuje nás nevázaná hra, která odsune veškerou individuální zátěž mimo naši mysl. Přesto hra podléhá věku a tomu by též měla odpovídat forma hry.

Terapie poukazuje na využitelnost a odůvodněné začlenění hry do procesu tvorby či činnosti. Lze kombinovat různé formy terapií a technik. Je nutné mít na paměti, že síla vzpomínek z dětství a pud hravosti je stále přítomen. Právě síla vzpomínek vyvolává příznivé a nepříznivé pocity, které postupem času slábnou. Pomocí hry je můžeme oživovat. Dítě, dospělý či psychotik – každý si může hrát.



5

Resumé

Literatura

Věcný rejstřík

O autorech

Resume

The publication consists of four chapters compiled by the lecturers and doctoral students of the Department of Art Education at the Faculty of Education of Masaryk University. Their contributions share the mutual interest in the research of dynamic aspects of psyche in the relationship with the creative process in the art therapy practice. The text of Hana Stehlíková-Babyrádová deals with procedural nature of art therapy and with the character of variables and constants. The author focuses on the meaning of art creation as such and also contemplates over the role of catharsis symbolized in the visual creations of art therapy patients. The attention is paid to the role of archetypes in art activities' themes. The text is accompanied by photo documentation which illustrates theoretical conclusions and quotations. The introduction deals with the nature of art therapy as a process, then focuses on the variables and constants in the art therapy, the role of catharsis in the art therapy; in the end there is a contemplation over the general meaning of art creation in the relation to the psychic dynamics.

The contribution of Pavel Šafář is related to the Jungian approach to archetypes. It focuses on the newest findings concerning the work with archetypes. Their therapeutic potential was recognized by C. G. Jung who discovered and formulated the methods which may be used for the work with archetypes. Mainly, it is the active imagination, Dreams and their interpretation which relies on a specific terminology of myths and symbols and sandplay therapy. The chapter also introduces new approaches to the art therapy of some influential Jungian scholar movements, especially those of archetypal psychology. The charter also deals with the relationship of analytic psychology and art which offers new options for the interpretation of art and new approaches towards it.

The chapter of Jana Ovčáčková deals with Game as a form of art therapy and simultaneously with the practice of Game as a inseparable part of human existence. Game touches upon numerous areas of humanities as well as art in which its spontaneity and ease are used. The attention is paid to a human being and their soul which together with the body is in mutual interaction. Through Game it is possible to reveal the inner world of an individual and work with its hidden symbolic. Through Game it is possible to anticipate abnormalities in the psyche which burden the both the Inner and the Outer of an individual. There can be found the joy in humans coming from childhood memories which can be worked with. Game should not be forgotten throughout the life.

The text of Jülie Zorkovská focuses on the transfer of ritual behavior in mental disorders to the ritual creativity. The author contemplates over the function and the meaning of a ritual in the context of selected mental disorders. She searches the opportunities how to constructively react to rituals through art creation practiced as a narrative record and a record of inner processes of human psyche. This thought is based on the conviction that rituals, including those which seem to be harming one's health, contain important potential for self-understanding and an opportunity for the education of public in the matter of mental disorders.

Literatura

- ABRAMOWITZ, J. S., SCHWARTZ, S. A., MOORE, K. M. & LUENZMANN K. R. (2003). *Obsessive-compulsive symptoms in pregnancy and the puerperium*. Journal of Anxiety Disorders [online]. 17(4), 461-478 [cit. 2016-05-25]. DOI: 10.1016/S0887-6185(02)00206-2.
- AL-KRENAWI, A. (1999). *An overview of rituals in Western therapies and intervention: Argument for their use in cross-cultural therapy*. International Journal for the Advancement of Counselling. 21(3), 3-17. DOI: 10.1023/A:1005311925402. Dostupné z: <http://link.springer.com/10.1023/A:1005311925402>
- Always proAna. (2017). [online]. [cit. 2017-02-17]. Dostupné z: <http://always-pro-ana.blog.cz>
- ANTIER, J. J. (2012). *C.G. Jung, aneb, Zkušenost s božstvím*. Brno: Emitos.
- ARONSON, E. & MILLS, J. (1959). *The effect of severity of initiation on liking for a group*. The Journal of Abnormal and Social Psychology. 59(2), 177-181. DOI: 10.1037/h0047195. ISSN 0096-851x.
- AZITO – online gallery of Japanese contemporary art [online]. Tokyo: Ikejiri, Setagaya-ku, 2017 [cit. 2017-02-17]. Dostupné z: <http://azito-art.com>
- BACHELARD, G. (2009). *Poetika prostoru*. Praha: Malvern.
- BAKALÁŘ, E. (2004). *Dospělí si mohou stále hrát*. Praha: Alfa Publishing, Psychologie praxe.
- BALCAR, K. (1991). *Úvod do studia psychologie osobnosti*. Chrudim: MACH.
- BELL, C. M. (1992). *Ritual theory, ritual practice*. New York: Oxford University Press.
- BELL, C. M., & epilogue by W. N. DAVIS. (1987). *Holy anorexia* (Pbk. ed.). Chicago: University of Chicago Press.
- BERNE, E. (1970). *Jak si lidé hrají*. Praha: Portál. Spektrum.
- BLY, R., & WOODMAN, M. (2002). *Král panna: o smíření mužského a ženského pohlaví*. Praha: Argo.
- BOR, D. Ž. (2004). *Klonování času*. Praha: Trigon.
- BORGES, J. L. (2009). *Fikce: Alef*. Praha: Argo.
- BOYER, P. & LIÉNARD, P. (2008). *Ritual Behavior in Obsessive and Normal Individuals: Moderating Anxiety and Reorganizing the Flow of Action*. Current directions in psychological science. 17(4), 291-295. [cit. 2017-02-17]. DOI: 10.1111/j.1467-8721.2008.00592.x. Dostupné z: <http://journals.sagepub.com/doi/10.1111/j.1467-8721.2008.00592.x>
- BRUMBERG, J. J. (2000). *Fasting girls: the history of anorexia nervosa*. New York: Vintage Books.
- BULIK, C. M., REBA, L., SIEGA-RIZ A. M. & REICHBORN-KJENNERUD, T. (2005). *Anorexia nervosa: Definition, epidemiology, and cycle of risk*. International Journal of Eating Disorders [online]. 37(S1), S2-S9 [cit. 2016-12-08]. DOI: 10.1002/eat.20107. Dostupné z: <http://doi.wiley.com/10.1002/eat.20107>
- BUTLER, J. A. (2015). *Archetypová psychoterapie: klinický odkaz Jamese Hillmana*. Brno: Emitos, spol. s r.o.
- BYNUM, C. W. (c1987). *Holy feast and holy fast: the religious significance of food to medieval women*. Berkeley: University of California Press.
- CAILLOIS, R. (1998). *Hry a lidé: maska a závrať*. Praha: Nakladatelství Studia Ypsilon.
- COMBS, G., & FREEDMAN, J. (c1990). *Symbol, story, and ceremony: using metaphor in individual and family therapy*. New York: Norton.
- COUNIHAN C. M. & KAPLAN, S. L. (1998). *Food and gender: identity and power* (Reprint). Amsterdam, the Netherlands: Harwood Academic Publishers.
- Clomipramine Collaborative Study Group 1991. *Clomipramine in the Treatment of Patients with Obsessive-Compulsive Disorder*. Archives of General Psychiatry 48:730-738
- CRISP, A. H. (1995). *Anorexia nervosa: let me be* (Nouv. tirage.). Hove: Lawrence Erlbaum Associates.
- DAHLKE, R. & KAESEMANN, V. (c2011). *Nemoc jako řeč dětské duše: výklad a interpretace dětských chorobopisů a jejich celostní ošetřování*. Olomouc: Fontána.

- DALLE GRAVE, R., CALUGI, S. & MARCHESINI, G. (2008). *Compulsive exercise to control shape or weight in eating disorders: prevalence, associated features, and treatment outcome*. *Comprehensive Psychiatry* [online]. 49(4), 346-352 [cit. 2017-02-17]. DOI: 10.1016/j.comppsy.2007.12.007. Dostupné z: <http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0010440X08000023>
- DAVIS, C., et al. (1995). *Obsessive compulsiveness and physical activity in anorexia nervosa and high-level exercising*. *Journal of Psychosomatic research*, 39(8), 967-976 [cit. 2017-02-17]. DOI: 10.1016/0022-3999(95)00064-X. Dostupné z: <http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/002239999500064X>
- DE BOTTON, A. & ARMSTRONG, J. (2014). *Umění jako terapie*. Zlín: Kniha Zlín.
- DECHARME, B. (2015). *Art brut live: sbírka abcd/Bruno Decharme*. Praha: abcd.
- DEL CURTO, M. (2015). *Art brut live*. Praha: abcd ve spolupráci s Centrem současného umění DOX.
- DENZIN, N. K. (1974). *The Methodological Implications of Symbolic Interactionism for the Study of Deviance*. *The British Journal of Sociology* [online]. 25(3), 269. [cit. 2016-06-28]. DOI: 10.2307/589394. Dostupné z: <http://www.jstor.org/stable/589394?origin=crossref>
- DIETLER, M. (2011). Fasting and feasting. In INSOLL, T. *The Oxford handbook of the archaeology of ritual and religion*. Oxford: Oxford University Press, s. 179-194.
- DISSANAYAKE, E. (1979). *An Ethological View of Ritual and Art in Human Evolutionary History*. Leonardo. 12(1), 27-31. [cit. 2017-02-17]. DOI: 10.2307/1574079. Dostupné z: <http://www.jstor.org/stable/1574079>
- DÖRNER, K. & PLOG, U. (1999). *Bláznit je lidské: učebnice psychiatrie a psychoterapie*. Praha: Grada.
- DULANEY, Siri a Alan Page FISKE. Cultural Rituals and Obsessive-Compulsive Disorder: Is There a Common Psychological Mechanism? *Ethos* [online]. 1994, 22(3), 243-283 [cit. 2017-02-17]. DOI: 10.1525/eth.1994.22.3.02a00010. ISSN 0091-2131. Dostupné z: <http://doi.wiley.com/10.1525/eth.1994.22.3.02a00010>
- DUŠEK, K. & VEČEŘOVÁ-PROCHÁZKOVÁ, A. (2015). *Diagnostika a terapie duševních poruch. 2., přepracované vydání*. Praha: Grada Publishing.
- EDINGER, E. F. (2007). *Věčná dramata: skrytý smysl řecké mytologie*. Brno: Emitos.
- EDINGER, E. F. (2006). *Já a archetyp: individuace a náboženská funkce psyché*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka.
- E-flux [online]. [cit. 2017-02-17]. Dostupné z: <http://www.e-flux.com>
- Ekici-Art [online]. 2017 [cit. 2017-02-17]. Dostupné z: <http://www.ekici-art.de>
- EL'KONIN, D. B. (1983). *Psychológia hry*. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladateľstvo.
- EVANS, D. W., GRAY F. L. & LECKMAN, J. F. (1999). *The Rituals, Fears and Phobias of Young Children: Insights from Development, Psychopathology and Neurobiology*. *Child Psychiatry and Human Development*. Human Sciences Press, 29(4), 261-276 [cit. 2017-02-17]. DOI: 10.1023/A:1021392931450. Dostupné z: <http://link.springer.com/10.1023/A:1021392931450>
- EVANS, D. W. (2000). *Rituals, Compulsions, and Other Syncretic Tools: Insights from Werner's Comparative Psychology*. *Journal of Adult Development*. 7(1), 49-61 [cit. 2017-02-17]. DOI: 10.1023/A:1009555102447. Dostupné z: <http://link.springer.com/10.1023/A:1009555102447>
- FAVAZZA, A. R. (1996). *Bodies under siege: self-mutilation and body modification in culture and psychiatry*. 2nd ed. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Filosofický problém hry. (1967). *Filosofický časopis*. Praha: Nakladatelství Československé akademie věd, 15(5), 655-666.
- FINK, E. (1992). *Oáza štěstí*. Praha: Mladá fronta.
- FRANKL, G. (2002). *Archeologie mysli: sociální dějiny nevědomí*. Praha: Portál.
- FREUD, S. (2016). *Psychopatologie všedního života: o zapominání, přechmutí, přehmátnutí, pověře a omylu*. Praha: Portál.
- FULGHUM, R. (1996). *From beginning to end: the rituals of our lives*. New York: IVY Books.
- HABERMAS, T. & BEVERIDGE, A. (1992). Historical continuities and discontinuities between religious and medical interpretations of extreme fasting: The background to Giovanni Brugnoli's description of two cases of anorexia nervosa in 1875. *History of Psychiatry* [online]. 3(12), 431-455 [cit. 2017-02-17]. DOI: 10.1177/0957154X9200301203. Dostupné z: <http://hpy.sagepub.com/cgi/doi/10.1177/0957154X9200301203>

- HALMI, K. A., SUNDAY, S. R. & KLUMP, K. L. et al. (2003). Obsessions and compulsions in anorexia nervosa subtypes. *International Journal of Eating Disorders* [online]. 33(3), 308-319 [cit. 2016-11-29]. DOI: 10.1002/eat.10138. Dostupné z: <http://doi.wiley.com/10.1002/eat.10138>
- HART, O. van der. (c1983). *Rituals in psychotherapy: transition and continuity*. New York, NY: Irvington Publishers.
- HARTL, P. & HARTLOVÁ, H. (2009). *Psychologický slovník*. Praha: Portál.
- HILLMAN, J., & VENTURA, M. (2016). *Máme za sebou sto let psychoterapie, a svět je čím dál horší*. Praha: Malvern.
- HILLMAN, J., & SHAMDASANI, S. (2014). *Nářek mrtvých: psychologie po Jungově Červené knize*. Praha: Portál.
- Historie a vznik psychologie. (2016). Psychologie [online]. České Budějovice: Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická České Budějovice. [cit. 2017-02-19]. Dostupné z: <https://publi.cz/books/339/04.html>
- HOSTINSKÝ, O. (1941). *Umění a společnost*. Praha: Jan Laichter.
- HSU, L. K. G., KAYE, W. & WELTZIN, T. (1993). Are the eating disorders related to obsessive-compulsive disorder? *International Journal of Eating Disorders*. 14(3), 305-318 [cit. 2016-11-29]. DOI: 10.1002/1098-108X(199311)14:3<305::AID-EAT2260140309>3.0.CO;2-L. ISSN 1098-108X.
- Hunter Cole – Artist and Scientist [online]. 2017 [cit. 2017-02-17]. Dostupné z: <http://www.huntercole.org>
- HUIZINGA, J. (1971). *Homo ludens: o původu kultury ve hře*. Praha: Mladá fronta.
- Childhood and mental health. (2014). A Sociology of Mental Health and Illness [online]. 5. vydání. England: McGraw-Hill Education. [cit. 2017-02-19]. Dostupné z: <http://eds.a.ebscohost.com.ezproxy.muni.cz/eds/ebookviewer/ebook/bmxlYmtfXzgyMTcyN19fQU41?sid=0889d5ae-68d4-4a5a-890e-f12e42a527a3@sessionmgr4008&vid=3&format=EB&rid=1>
- JACOBI, J. S. (2013). *Psychologie C.G. Junga*. Praha: Portál.
- JANEČKOVÁ, H. & VACKOVÁ, M. (2010). *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*. Praha: Portál.
- JANKŮ, K. (2013). Terapie ve speciální pedagogice – základy a obecná vymezení. In: Terapie a speciální pedagogika – definice. [online]. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě. [cit. 2017-02-19]. Dostupné z: http://projekty.osu.cz/svp/opory/PdF_Janku_Terapie-1.pdf
- JUNG, C. G. & JAFFÉ, A. (2015). *Vzpomínky, sny, myšlenky C.G. Junga*. Praha: Portál.
- JUNG, C. G. (2010). *Červená kniha: Liber Novus*. Praha: Portál.
- JUNG, C. G. & BARZ, H. (2009). *Výbor z díla*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka.
- JUNG, C. G. & BARZ, H. (1996). *Výbor z díla*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka.
- JUNG, C. G. (1995). *Člověk a duše*. Praha: Academia.
- JUNG, C. G. (1994). *Duše moderního člověka*. Brno: Atlantis.
- KAC [online]. 2017 [cit. 2017-02-17]. Dostupné z: <http://www.ekac.org>
- KAFKA, J. S. (2016). Challenge and Confirmation in Ritual Action. *Psychiatry* [online]. 46(1), 31-39 [cit. 2017-02-17]. DOI: 10.1080/00332747.1983.11024175. ISSN Dostupné z: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/00332747.1983.11024175>
- KAST, V. (2013). *Sny: práce se sny v psychoterapeutické praxi*. Praha: Portál.
- KAST, V. (2000). *Dynamika symbolů: základy jungovské psychoterapie*. Praha: Portál.
- KERÉNYI, K. & JUNG, C. G. (1997). *Věda o mytologii* (Vyd. 2.). Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka.
- KERN, H. (2006). *Přehled psychologie*. Vyd. 3. Praha: Portál.
- KNILL, P. J., G. LEVINE E. & K. LEVINE S. (2005). *Principles and practice of expressive arts therapy: towards a therapeutic aesthetics*. 1st American pbk. ed. Philadelphia, PA: Jessica Kingsley Publishers.
- KOSSAK, M. (2015). *Attunement in Expressive Arts Therapy: Toward an Understanding of Embodied Empathy*. Springfield, Illinois, USA: Charles C Thomas.
- KOZAK, M. J., FOA, E. B. & STEKETEE, G. (1988). Process and outcome of exposure treatment with obsessive-compulsives: Psychophysiological indicators of emotional processing. *Behavior Therapy* [online]. 19(2), 157-169 [cit. 2017-02-17]. DOI: 10.1016/S0005-7894(88)80039-X. Dostupné z: <http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S000578948880039X>

- KRAMER, E. (2003). On Quality in Art and Art Therapy. *American Journal of Art Therapy*. 40 (4), 218-222.
- LARRY, J. L. & VACCARINO, F. J. (1996). Eating Disorder and Obsessive-Compulsive Disorder: Neurochemical and Phenomenological Commonalities. *Journal of Psychiatry and Neuroscience*. 21(1), 36-48.
- LEAMAN, O. (2008). *The Qur'an: an encyclopedia* (Reprinted.). London [u.a.]: Routledge.
- LIEBMANN, M. (2010). *Skupinová arteterapie: nápady, témata a cvičení pro skupinovou výtvarnou práci* (Vyd. 2.). Praha: Portál.
- LONDON, J. (2002). *Démon alkohol*. 3. české vyd., v Labyrintu 2. vyd. Praha: Labyrint.
- LONDON, J. (2001). *Tulák po hvězdách*. Praha: Labyrint.
- MALCHIODI, C. A. (c2012). *Handbook of art therapy* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- MALICH, K. (2013). *Od tenkrát do teď tenkrát*. Vyd. 2. Praha: Galerie Zdeněk Sklenář.
- Marc Quinn [online]. 2017 [cit. 2017-02-17]. Dostupné z: <http://marcquinn.com>
- MARX, K. (1961). *Ekonomicko-filosofické rukopisy z roku 1844*. Praha: Státní nakladatelství politické literatury.
- MAVROGIORGOU, P., ILLES, F. & JUCKEL, G. (2011). Perinatale Zwangsstörungen. *Fortschritte der Neurologie • Psychiatrie* [online]. 79(09), 507-516 [cit. 2016-05-25]. DOI: 10.1055/s-0031-1281597. Dostupné z: <http://www.thieme-connect.de/DOI/DOI?10.1055/s-0031-1281597>
- MCNIFF, S. (c2008). Art Based research. In: KNOWLES, J. G. & COLE, A. L. *Handbook of the arts in qualitative research: perspectives, methodologies, examples, and issues*. Los Angeles: Sage Publications.
- MCNIFF, S. (2013). Opportunities and challenges in art-based research. In: MCNIFF, S. *Art as research: opportunities and challenges*. Bristol: Intellect.
- MEDEK, M., & HARTMANN, A. (1995). *Texty*. Praha: Torst.
- Microbial Art [online]. 2017 [cit. 2017-02-17]. Dostupné z: <http://www.microbialart.com>
- Millie Brown [online]. 2017 [cit. 2017-02-17]. Dostupné z: www.milliebrown.co
- MIŠURCOVÁ, V. & SEVEROVÁ, M. (1997). *Děti, hry a umění*. Praha: ISV.
- MOON, B. L. (2012). *The Dynamics of Art As Therapy with Adolescents* [online]. 2nd ed. Springfield: Charles C. Thomas. [cit. 2017-02-19]. Dostupné z: <http://eds.a.ebscohost.com/eds/ebookviewer/ebook/bmxlymtfXzQ3NDk3OV9fQU41?sid=5713745a-f1ba-48ee-ab64-495d7a7800bc@sessionmgr4009&vid=0&format=EB&rid=3>
- MOON, B. L. (2009) *Existential Art Therapy : The Canvas Mirror*. Springfield: Charles C Thomas. eBook Collection (EBSCOhost). Web. 31 Jan. 2017.
- MUSIL, J. (2014). *Reminiscence: (zlatá šedesátá 20. století) : inspirační básně*. Praha: Balt-East.
- MÜLLER, L., & MÜLLER, A. (Eds.). (2006). *Slovník analytické psychologie*. Praha: Portál.
- NAKONEČNÝ, M. (1995). *Průvodce dějními psychologie*. Praha: SPN – pedagogické nakladatelství.
- Normal Flora [online]. [cit. 2017-02-17]. Dostupné z: <http://www.normalflora.co.uk>
- NOSÁL, I. (2004). *Obrazy dětství v dnešní české společnosti: studie ze sociologie dětství*. Brno: Barrister & Principal.
- O'REILLY, H. & ELECTRIC EYE NEON. (2017). Viruses Are Beautiful! [online]. [cit. 2017-02-17]. Dostupné z: <http://www.artbyhunter.com/artgallery/digitalart/virusesarebeautiful.html>
- PALMER, H. D. & JONES, M. S. (1939). Anorexia nervosa as a manifestation of compulsive neurosis. *Archives of Neurology and Psychiatry* 41, 856-860.
- PARKIN, D. (1992). *Ritual as spatial direction and bodily division. Understanding rituals*. New York: Routledge.
- PARNAS, J. & KENDLER, K. S. (2015). *Philosophical issues in psychiatry: Explanation, Phenomenology, and Nosology* [online]. Baltimore: Johns Hopkins University Press. [cit. 2017-02-19]. Dostupné z: <http://ezproxy.muni.cz/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,cookie,uid&db=nlebk&AN=1006837&lang=cs&site=eds-live&scope=site>
- Participy Tomáše Vaňka [online]. 2017 [cit. 2017-02-17]. Dostupné z: <http://www.participy.tv>
- PATOČKA, J. & POLÍVKA, J. (1995). *Tělo, společenství, jazyk, svět: ze záznamů přednášek proslavených ve školním roce 1968-69 na filosofické fakultě University Karlovy*. Praha: Institut pro středoevropskou kulturu a politiku.

- PEERY, C. J. (2002). *Archetype and object: primary deintegration and primary love in analytical play therapy with young children*. *Journal of Analytical Psychology*, 47, 407–420.
- PETRI, D. (2009). Artists. Science [online]. 326(5954), 777-777 [cit. 2016-12-08]. DOI: 10.1126/science.326_777b. Dostupné z: http://www.sciencemag.org/cgi/doi/10.1126/science.326_777b
- PRINZHORN, H. (2009). *Výtvarná tvorba duševně nemocných*. V Řevnicích: Arbor vitae.
- Pro ana [online]. 2017 [cit. 2017-02-17]. Dostupné z: <http://pro-ana-4ewer.blog.cz>
- Přijímací zkoušky na VŠ – Témata – všeobecný přehled (2007). [online]. Praha: Fragment. [cit. 2017-02-19]. Dostupné z: https://books.google.cz/books?id=OhpuvBZHx-wC&pg=PA369&lpg=PA369&dq=jak+je+vn%C3%ADm%C3%A1n+pojem+du%C5%A1e&source=bl&ots=GGSKIY4t8K&sig=yU_2MGcloOfGjPSoS7-uNUze2Bo&hl=cs&sa=X&ved=0ahUKEwjUiKygySLRAHWGCswKHdWAGE4ChDoAQgrMAM#v=onepage&q=jak%20je%20vn%C3%ADm%C3%A1n%20pojem%20du%C5%A1e&f=false
- RABOCH, J. & ZVOLSKÝ, P. (c2001). *Psychiatrie*. Praha: Galén.
- READ, H. E. (1967). *Výchova uměním*. Praha: Odeon.
- REISCHER, E. & KOO, K. S. (2004). The Body Beautiful: Symbolism and Agency in the Social World. *Annual Review of Anthropology* [online]. 33(1), 297-317 [cit. 2017-02-17]. DOI: 10.1146/annurev.anthro.33.070203.143754. Dostupné z: <http://www.annualreviews.org/doi/10.1146/annurev.anthro.33.070203.143754>
- REZKOVÁ, V. & KOKEŠOVÁ KLEINOVÁ, G. (2012). *Hra jako lék: teorie a praxe nedirektivní psychoterapie hrou*. Praha: Pražská pedagogicko-psychologická poradna.
- RIGGS, R. (2016). *Sirotčinec slečny Peregrinové pro podivné děti*. Vydání druhé. V Brně: Jota.
- RIGGS, R. (2016). *Sirotčinec slečny Peregrinové, Kniha třetí, Knihovna duší*. V Brně: Jota.
- RILKE, R. M. (1967). *Zápisky Malta Lauridse Brigga*. Praha: Mladá fronta.
- ROTHENBERG, A. (2016). Eating Disorder as a Modern Obsessive-Compulsive Syndrome. *Psychiatry* [online]. 49(1), 45-53 [cit. 2017-02-17]. DOI: 10.1080/00332747.1986.11024306. Dostupné z: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/00332747.1986.11024306>
- ROTHENBERG, A. (1990). *Adolescence and eating disorder: The obsessive-compulsive syndrome*. *Psychiatric Clinics of North America*.
- ROWLAND, S. (2015). *Jung, art and psychotherapy re-conceptualized by the symbol that joins us to the wildness of the universe*. *International Journal of Jungian Studies*. Volume 7, Issue 2, April. Pages 127–153.
- SAROYAN, W. (1996). *Tracyho tygr*. Vyd. 2. Praha: Argo.
- SCHAVERIEN, J. (2005). *Art, dreams and active imagination: A post-Jungian approach to transference and the image*. *Journal of Analytical Psychology*. 50: 127–153.
- SERPELL, L., LIVINGSTONE, A., NEIDERMAN, M. & LASK, B. (2002). Anorexia nervosa: Obsessive-compulsive disorder, obsessive-compulsive personality disorder, or neither? *Clinical Psychology Review*, 22(5), 647-669. DOI: 10.1016/S0272-7358(01)00112-X. Dostupné také z: <http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S027273580100112X>
- STEINHARDT, L. (c2000). *Foundation and form in Jungian sandplay: an art therapy approach*. Philadelphia: Jessica Kinglsey Publishers.
- STEKETEE, G. & CLEERE, L. (1990). Obsessional-compulsive disorders. In: BELLACK, A. S., HERSEN, M. & KAZDIN, A. E. *International Handbook of Behavior Modification and Therapy*. Boston, MA: Springer US.
- SULLY, J. (1899). *Studie dětství*. Praha: J. Pelcl.
- SVOBODA, M. (@2017). *Citáty o hře*. In: *Citáty slavných osobností* [online]. [cit. 2017-02-19]. Dostupné z: <http://citaty.net/citaty-o-hre/>
- SZTOMPKA, P. (2007). *Vizuální sociologie: fotografie jako výzkumná metoda*. Praha: Sociologické nakladatelství.
- ŠICKOVÁ-FABRICI, J. (2008). *Základy arteterapie*. Vyd. 2. Praha: Portál.
- ŠTECH, V. V. (1946). *Skutečnost umění: Úvaha o příčinách, způsobech a smyslu tvorby*. Praha: Václav Poláček.
- ŠUPŠÁKOVÁ, B. (2015). *Vizuální gramotnost*. Brno: Tribun EU.
- TAINÉ, H. (1957). *Filozofia umenia*. Bratislava: Slovenský spisovateľ.

- VÁGNEROVÁ, M. (2008). *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Vyd. 4. Praha: Portál.
- VAN GENNEP, A. 1908 [1960] *The Rites of Passage*. Chicago: University of Chicago Press.
- VÁŠA, P. (2014). *Tomatom*. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury.
- Ted Lawson – Sculpture & Painting [online]. 2017 [cit. 2017-02-17]. Dostupné z: <http://www.tedlawson.com>
- WALLACE, A. F. C. (1966). *Religion: An Anthropological View*. New York: Random House.
- WILLIAMSON, D. A., SEBASTIAN, S. B. & VARNADO, P. J. (c2000). *Anorexia and bulimia nervosa. Handbook of rehabilitation psychology*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Vanessa Beecroft: personal website. (2017). [online]. [cit. 2017-02-17]. Dostupné z: <http://www.vanessabeecroft.com/frameset.html>
- VINCHON, J. (1931). *Umělecké projevy choromyslných*. Praha: Orbis.
- ZDRAVIE.sk: 600.000 ľudí mesačne sa spolieha na naše informácie. (2017). [online]. [cit. 2017-02-17]. Dostupné z: <http://www.zdravie.sk>
- ŽENATÁ, K. (2015). *Obrazy z nevědomí: práce v arteterapeutické skupině*. Vyd. 2. Praha: Kolem.

Věcný rejstřík

- A**
 Anima – 40, 41, 53, 60, 94
 Animus – 40, 41
 Anorexia nervosa – 126, 127, 146, 147
 Archetyp – 23, 37–41, 46, 48, 53, 56, 57, 60, 61, 63–65, 70, 72, 73, 76, 77, 79, 83–85, 87, 88, 90, 93–95, 105, 108, 116, 166, 174
 Arteterapeut – 16–18, 21, 22, 25, 76, 97, 119
 Arteterapie – 10, 12–14, 19, 22, 25, 27, 28, 31, 42, 50, 69, 97, 120, 203, 209, 182, 183
- B**
 Bolest – 31, 48, 66, 87, 105, 129, 161, 164, 169, 171–173, 181, 184, 188, 201, 205
- D**
 Dětství – 11, 21, 48, 65, 73, 162, 169, 170, 174, 176, 178, 180, 187, 189, 191–193, 195, 196, 198, 199, 201, 205, 208, 210
 Dítě – 23, 40, 72, 73, 83, 84, 110, 115, 162, 166, 172–175, 177, 186, 188, 189, 191–196, 206, 207, 209, 210
 DNA – 143–145
 Duše – 9, 11, 12, 21, 37, 38, 47, 54, 63, 66, 68, 74–76, 81, 87, 88, 92–94, 96, 97, 107, 109, 149, 162, 128, 164, 166, 168–174, 178, 184, 187
 Duševní (duševně) – 11, 12, 14, 16, 19, 22, 26, 30, 38, 40, 46, 51, 54, 78, 83, 87, 97, 103, 108, 126, 128, 164, 166, 168, 170–173, 176, 178, 179, 184, 188, 192, 200, 203, 204, 209
- E**
 Emoce – 12, 17, 19, 29, 30, 46, 49, 75, 184, 185, 189, 195
 Estetická/y – 105, 90, 108, 150
- F**
 Funkce umění – 25
- H**
 Hra – 25, 54, 161, 163, 164, 166, 176, 178, 188, 189, 191–193, 195, 196, 199–201, 206, 207, 209, 210
 Hra s písmem – 118, 119
 Hračka – 162
 Hranice – 38, 67, 92, 93, 97, 104, 137, 164, 183, 187, 195
- I**
 Imaginace – 21, 25, 26, 43, 50–52, 54–56, 75, 86, 94, 96, 97, 103, 106, 118, 196, 204, 219
- Individualita – 171, 219
 Intermediální charakter – 12, 14, 182, 219
 Interpretace – 24, 42, 59, 63, 183, 200, 214, 219
- J**
 Jídlo – 193, 219
 Jungiánský přístup – 16, 110
- K**
 Katarze – 21–23, 69
 Kolektivní nevědomí – 57, 69, 72, 88, 105, 109
 Komplex – 42, 43, 47, 49, 59, 63, 72, 84, 85, 102, 109, 130, 140, 169, 180, 201
 Kompulzivní porucha – 126, 127, 132, 133
 Komunikace – 174, 181, 192, 196, 204
 Koncept – 18, 38, 39, 46, 88, 94, 95, 116, 126, 127, 137–139, 151, 152, 181, 202, 221
 Konflikt – 70, 72, 87, 102, 138, 173, 195
 Kultura – 29, 47, 77, 110, 147, 149, 150, 163, 209
- L**
 Léčebný proces – 11
- M**
 Materiál – 14, 16, 21, 28, 38, 40, 43, 54, 57–60, 75, 69, 99, 106, 107, 118–120, 139, 148, 151, 164, 166, 167, 188, 207, 220
 Metoda aktivní imaginace – 43, 50, 55
 Mikroby – 139, 141
 Motivace – 9, 26, 27
- N**
 Námět – 11, 15, 18, 24, 29, 41, 67, 181, 204, 206, 209
- O**
 Obsedantně kompulzivní porucha – 126, 127, 132–136, 148, 203
 Očista – 126, 132, 163
 Oidipovský komplex – 72
 Okamžik – 28, 120, 192
- P**
 Příběh – 10, 13, 27, 47, 54–56, 63, 64, 110, 162, 180, 185, 189, 201, 205–209
 Paměť – 30–32, 38, 42, 187–189, 193, 202–206, 209, 210
 Posedlost – 168
 Potřeba – 25, 31, 32, 74, 179, 181, 195
 Procesuální charakter – 9, 12, 14, 29

Projekce – 17, 28, 46–49, 54, 70
Psychická nemoc – 163, 166, 168, 185
Psychoterapie – 14, 21, 61, 64, 73, 87, 89, 90,
95, 122, 131, 179, 214–216, 218

R

Regrese – 23, 102
Rituál – 70, 76, 77, 109, 123, 125–127, 129–132,
134–139, 146–151, 155, 157, 164, 213–217,
220

S

Sexualita – 83, 150, 169
Smrt – 47, 55–57, 61, 68, 69, 87, 92, 103, 104,
110, 134, 142, 156, 162, 163, 167, 170, 178,
168
Smysl výtvarné tvorby – 25, 31, 210
Sny – 41, 43, 51, 57–59, 61, 90, 104, 129, 147,
173, 178, 195, 216
Symbol – 9, 11, 13, 16, 18, 19, 21, 23, 24, 29,
30, 39, 40, 42, 46, 48, 49, 53–56, 60, 62,
67–69, 72–74, 76–79, 81, 83–88, 96, 97, 103,
104, 108–110, 115–117, 125–127, 129–132,
134, 137, 139, 143, 148–150, 157, 162–164,
173, 179, 180, 183, 185, 189–201, 204,
213–218
Synkretické vnímání – 26
Surrealistické metody – 26

T

Terapeutický prostředek – 174, 179, 200, 201,
203
Terapie uměním – 9, 14, 16, 29, 48, 95, 109,
201, 219
Transcendence – 39, 43, 109, 115, 150, 171, 174
Tvořivost – 104, 172, 195, 196
Tělo – 6, 22, 58, 109, 126, 138, 146–150, 152,
155, 162, 167, 171, 173, 174, 184, 192, 217

V

Věda – 47, 52, 57, 83, 86, 88, 92, 132, 139,
196, 216
Vzpomínka – 6, 162, 186, 188, 189, 195, 199,
204, 205

Z

Zážitek – 41, 57, 191, 195

O autorech

Hana Stehlíková Babyrádová

*1959, Vyškov

Od osmdesátých let 20. století se věnuje výtvarné tvorbě (kresba, malba, instalace, keramický objekt) a teorii výtvarné pedagogiky. Od devadesátých let působí nejdříve jako odborná asistentka a po roce 2000 jako docentka na katedrách výtvarné výchovy PdF Masarykovy univerzity v Brně a PdF Palackého univerzity v Olomouci. Absolvovala několik zahraničních stáží jako výtvarnice a přednáší na mnoha evropských univerzitách (Německo, Rakousko, Itálie, Polsko, Španělsko, Turecko, Anglie). Těžištěm jejího výtvarného vyjadřování je gestická kresba a hmatová malba. Při tvorbě obrazů často využívá přírodní materiály, jako jsou hlína, přírodní pigmenty, uhlí. V posledních pěti letech vytváří keramické objekty inspirované vlastními živelnými kresbami, které jsou výrazem zakotvenosti její autorské výpovědi v tělesnosti výtvarného díla. Vydala také několik publikací zaměřených na zkoumání významu symbolu, rituálu a performativních aspektů umění a výtvarné pedagogiky. Její teoretické reflexe v oboru výtvarné pedagogiky jsou přímo spjaty s praktickými experimenty, které realizuje se svými studenty. Mezi klíčová témata, která řešila v posledních letech, patří oblast spontaneity v umění a v edukaci, inovativní tendence v umění a v pedagogice, terapeutické aspekty výtvarného projevu a vize osudu umění a edukace.

Pavel Šafář

*1981, Brno

V letech 1995–1999 vystudoval SPŠS. Absolvoval Filozofickou fakultu Masarykovy univerzity v Brně, obor Historie a Učitelství estetické výchovy pro střední školy. Teoreticky se zaměřuje na psychologickou estetiku, hlubinné aspekty výtvarné tvorby, mýtus a symbol v umění, práce s archetypem v terapii uměním. V rámci svého doktorského studia na Pedagogické fakultě Masarykovy univerzity v Brně pracuje na disertační práci s názvem Analytická psychologie a psychodynamický přístup k arteterapii.

Júlia Zorkovská

*1988, Košice

V súčasnosti je študentkou doktorského programu katedry výtvarnej výchovy na Masarykovej univerzite. Počas magisterského štúdia na tej istej katedre strávila rok v zahraničí na univerzite Friedrich Alexander Universität Erlangen-Nürnberg, ktorý odštartoval intenzívnu prácu v umeleckej oblasti

i záujem o psychoterapeutický potenciál v tvorbe konceptuálnych diel často s akčným pozadím. Tejto téme sa venuje aj v súčasnom štúdiu, kde svoj výskum rozširuje. Okrem toho je činná v umeleckých aktivitách, v ktorých v osobných témach často spája vedecké prostriedky s umením.

Jana Ovčáčková

*1991, Brno

Absolventka výtvarné výchovy a speciální pedagogiky pro střední školy na Pedagogické fakultě Masarykovy univerzity. V současné době je studentkou doktorského studijního programu. Zabývá se výtvarnou pedagogikou a stejně tak se věnuje výuce výtvarné didaktiky v rámci prezenčního studia. Zájem o výtvarnou pedagogiku započal při realizaci výstupů diplomové práce. Praktické zkušenosti nasbírala během návštěv ergoterapeutického ateliéru Psychiatrické nemocnice v Brně-Černovicích. V současné době se podílí na výuce ČŽV arteterapie.

Dynamika psychických procesů a výtvarná tvorba

Hana Stehlíková Babyrádová
Pavel Šafář
Júlia Zorkovská
Jana Ovčáčková

Odpovědná redaktorka Tereza Kodlová
Grafická úprava Jana Nedomová

Vydaly nakladatelství Dokořán,
Holečkova 9, 150 00 Praha 5 – Smíchov,
e-mail: dokoran@dokoran.cz,
www.dokoran.cz,
jako svou 931. (274. elektronickou) publikaci
a
Masarykova univerzita,
Žerotínovo náměstí 617/9, 601 77 Brno,
www.muni.cz

První, elektronické vydání, 2018

ISBN 978-80-7363-870-2 (Dokořán. Praha)
ISBN 978-80-210-8950-1 (Masarykova univerzita. Brno)



DOKOŘÁN

muni
PRESS