

Téma víry v psychoterapii

Karel Balcar

Souhrn:

Příspěvek klade otázku, zda je psychoterapie, popřípadě psychologie jako jeden z jejích zdrojů, schopna přispět klientům v otázkách jejich světonázorové víry. Odpovídá, že takové přispění je možné tam, kde vyznávaná víra nebo osobní rozpaky, poruchové příznaky či zakoušené utrpení v souvislosti s ní jsou provázeny nebo působeny psychologickými motivy či překážkami.

Ústředním bodem argumentace je rozlišení pravé světonázorové víry „existenciální“, založené na svobodném a odpovědném rozhodnutí a spolehnutí, od nepravé víry „funkcionální“, která slouží spíše jen náhražkovému naplňování psychologických potřeb člověka. V tomto případě může psychologické vyjasnění její motivace a psychotherapeutická podpora v realitě přiměřenějším naplňování takových potřeb učinit funkcionální víru v její úloze zbytečnou a otevřít tím cestu k osobnímu vyrovnání s otázkou víry opravdové, existenciálně zakotvené.

Jak se víra stává tématem v psychoterapii?

Víru v oblasti světového názoru a životního vodítka chápeme jako přesvědčení o pravdivosti určitého názoru, pojetí či představy „základní skutečnosti“ jako zdroje původu, účelu a smyslu světa a života. Z vnitřního pohledu to vystihuje Pavel z Tarsu ve svém Listě Židům (Nová Bible kralická, 1998, kap. 11, verš 1): „Víra je podstata věcí, v něž doufáme, důkaz skutečností, jež nevidíme.“

Různá obsahová zakotvení víry probírá například Sire (1993). Jeho „mapu“ zastávaných světových názorů lze rozvinout a doplnit v rozpětí od agnostického nihilismu přes evolucionistický materialismus a světský humanismus až po věrouky teisticky založené. Světonázorovou víru v „základní skutečnost“ jako takovou však pokládáme za neodlučitelný projev lidství. Přestože si lidé i v této oblasti vyhradili patřičnou „specializaci“ filozofickou a teologickou, musí se s otázkou víry člověkem přijaté a „držené“, vyznávané a žité, prakticky vyrovnávat ve svém životě každý sám za sebe.

Nejde jen o názor či představu, jak se věci ve světě a v našem životě mají. Podstatné je, že – vědomky nebo nevědomky – se podle své víry v životě orientujeme, hodnotíme a volíme své praktické smýšlení, mluvení a konání, tedy velice prakticky se na to, v co věříme jako onu základní skutečnost, spoléháme. To platí ovšem o opravdovém, mnohdy vědomě neformulovaném a nevyjadřovaném, „zakotvení“ vírou – ne o svém pouze proklamovaném a ve skutečnosti jen povrchním přihlašování se k nějaké světonázorové věrouce.

I v psychotherapeutické praxi se proto někdy vyrovnáváme s tématem víry tam, kde je svým obsahem a svou praxí spojeno buď s problémy člověka, nebo s příležitostmi, které mu nabízí. Bývají to často (1) problémy s vírou samou, (2) problémy zakoušené kvůli víře a (3) problémy či příležitosti vznikající skrze víru klienta.

1) PROBLÉMY S VÍROU

mohou vyústit v situaci, kdy klient žádá terapeuta o vedení či jiné přispění ve věcech víry. Zde se naskytá otázka, proč o takové přispění nežádá „odborníka“ – filozofa či teologa, anebo třeba blízkého člověka, kterému jinak plně důvěřuje, nýbrž právě psychotherapeuta. Je možné, že ve svých rozpacích nebo úzkostech hledá potvrzení, zproštění, alibi atp. ve věcech víry od představitele „lékařské vědy“, která mu připadá nejdůvěryhodnější? Anebo se pro něj právě terapeut stal tou „osobou, které v současnosti ze všech nejvíc důvěřuje“?

Jindy může „problémem s vírou“ být stav, kdy klient trpí příznaky, které svým obsahem nějak souvisejí s jeho vírou – např. ekleziogenní psychózou, sebezatrácováním či úzkostí z „věřeného“, neúnosnými až věcně, duševně či duchovně ničivými nároky, které na něj vkládá přijatá věroučná autorita. Pak je tu otázka, zda vůbec a právě jaký způsob léčby včetně psychotherapie mu může v takových případech pomoci.

2) PROBLÉMY KVŮLI VÍŘE

– osobní, vztahové, pracovní, institucionální (například vnitřní nebo rodinný konflikt, odmítání práce v určitý den, nedávno ještě odmítání povinné vojenské služby se zbraní nebo vojenské přísahy atp.) – jindy vyplývají z klientových životních postojů podmíněných jeho vírou. Diagnostickou otázkou je, zda tato souvislost, zjišťovaná, předpokládaná, nebo sdělovaná v terapii, je skutečná, nebo jen zdánlivá a odvolávání na bytostné přesvědčení založené na víře není pravé.

Vystopujeme-li v psychoterapii opravdu původ takových problémů v jeho víře a způsobu jejího myšlenkového zpracování a praktického projevení, vznikne otázka, zda i s tímto vědomím klient se rozhodne raději se držet své víry a její praxe jako doposud i za cenu obtíží, anebo zda se rozhodne prozkoumat a prověřit své předpoklady a závěry, které ho k tomu vedou.

3) PROBLÉMY A PŘÍLEŽITOSTI SKRZE VÍRU

nacházíme, když obsah a způsob uplatňování klientovy víry v životě zjevně buď brání, anebo naopak napomáhá buď vkládání naděje nebo i samotnému léčení či uzdravování klienta právě cestou psychoterapie. Otázkou pro terapeuta pak může být, zda je správné věroučné přesvědčení a praxi, které průběhu psychoterapie překáží, zpochybňovat, anebo v opačném případě jich využívat, v zájmu jeho psychologické a medicínské léčby i tam, kde je psychoterapeut nesdílí.

Příkladem mohou být známé překážky, které užití některých psychoterapeutických nebo i biomedicínských léčebných postupů brání u členů některých náboženských společenství. Na druhé straně se v takových společenstvích také setkáváme se spoléháním na uzdravení z nemoci či zbavením klienta utrpení různými úzdravnými rituály nebo i prostým vyznáním víry v uzdravení, což může podnítit psychoterapeuta buď k bojovné konfrontaci, popírání a odmítání takového přesvědčení a praxe, nebo naopak ke spoléhání na sugestivní účinek, popřípadě (podle terapeuta přesvědčení) podporu takového spoléhání a přitom dále doporučovat a provádět léčbu psychologickou, přijme-li to v takovém případě i klient.

Může ve věcech víry pomoci psychologie?

Praktickou i etickou otázkou je, zda psychologie užitá k léčbě, tedy psychoterapie, má klientovi v otázkách týkajících se jeho víry vůbec čím přispět. Odpovíme-li „ne“, měli bychom zdůvodnit, proč ne. Odpovíme-li „ano“, měli bychom vyložit, v čem a jak.

Soudím, že obecně lze odpovědět obojím způsobem. Vybírám tři stránky, na nichž lze obě odpovědi zdůvodnit. Týkají se (1) kompetence psychologie jako oboru, (2) vztahu terapeut-klient v psychoterapii, (3) dosahu psychologických procesů buzených psychoterapií.

Psychologie a psychoterapie *není* v těchto ohledech mocna přispět klientovi v otázkách víry. Tato odpověď je podložena takto:

1) KOMPETENCE:

Psychologie je neschopna hodnotit *duchovní* záležitosti. – Soudobá věda, včetně psychologie, nedokáže hodnotit „pravdivost víry“ o nic víc, než záležitosti „správného a nesprávného“ či „dobra a zla“. Není jí k tomu dostupný žádný objektivní důkaz a proto je její zásadou morální i světonázorová neutralita.

2) VZTAH:

Terapeut a klient si v psychoterapeutickém vztahu svým postavením navzájem *nejsou rovni*. – Pokud by terapeut ve svém postavení „vědeckého odborníka“ předkládal klientovi své vlastní názory a přesvědčení, mohl by tak vědomky či nevědomky v důsledku své vztahové převahy klientovi vnucovat své vlastní odpovědi na otázky víry a tím jeho svobodu i odpovědnost v těchto záležitostech omezovat.

3) PROCES:

Psychoterapie není schopna činit osobní *rozhodnutí* za klienta. – Přijetí určité „cesty víry“ má smysl pouze jako svobodné osobní rozhodnutí. Užití psychoterapie k vyvolání nějakého rozhodnutí u klienta v tomto ohledu popírá samu podstatu a smysluplnost takové volby pro jeho život.

Na druhé straně psychologie a psychoterapie *je* mocna v těchto ohledech klientovi také přispět, a to tímto:

1) KOMPETENCE:

Psychologie je schopna zkoumat *duševní* záležitosti. – Jako věda má přístup ke způsobům, jimiž se klientova víra projevuje v jeho výpovědích a činech, a tam může psychoterapeuticky zasahovat v psychologických záležitostech týkajících se klientových rozhodnutí a praxe víry: jeho vnímání a uvažování, jeho snažení a rozhodování, psychosociálních vlivů a překážek ovlivňujících jeho stav, vůli a konání.

2) VZTAH:

Psychoterapeut má se svým klientem naprosto *stejné postavení* v tom, že je také (jen) člověk. – Pokud klient vyzve terapeuta, aby se mu on sám vyznal ze své víry či světového názoru, měl by mu ten odpovědět stejným způsobem, jak sám chce, aby klient odpovídal na jeho otázky a výzvy. Měl by tak učinit ovšem pouze se zcela jasným a upřímným prohlášením, že v této věci se výslovně vzdává úlohy odborníka, protože tato rozhodnutí jsou vždy svrchovaným osobním právem i osobním úkolem každého člověka samotného a žádný člověk v tom není o nic více nebo méně povoláný či k tomu svým vzděláním nebo vlastnostmi vybavený než kdokoli jiný.

3) PROCES:

Psychologie je schopna terapeuticky pomáhat při překonávání čistě *duševních překážek*. Psychoterapie sice nemůže za nikoho jeho otázky víry „vyřešit“, může však být schopna objasnit zkrslení a klamy působené ve skutečnosti psychologickými vlivy, které se sice zdánlivě jeví jako svou povahou duchovní, ve skutečnosti jsou však ve vztahu k věcem víry záležitostmi duševními.

V čem a jak může psychologie a psychoterapie ve věcech víry pomoci?

Psychologie nedokáže správně ohodnotit (ontologickou) *pravdivost víry*, dokáže však ohodnotit její (psychologickou) opravdovost vzhledem k protikladu (viz Kolbe 1995)

- „EXISTENCIÁLNÍ“, tj. opravdu *duchovně* založené víry, a proti tomu
- „FUNKCIONÁLNÍ“, tj. psychologické účely či potřeby naplňující, avšak duchovně pouze *zdánlivé* víry.

Takové rozlišení může psychologie nabídnout v konkrétních *znacích* víry, jimiž se podle mého soudu „existenciální“ způsob víry odlišuje od jeho (pouze) „funkcionálního“ protějšku. Volím z nich (viz Balcar, 1996): (1) důvod víry, (2) původ víry, (3) vztaženost víry, (4) důsledky víry, (5) projevy víry, (6) úloha víry v životě.

1) DŮVOD VÍRY:

„Existenciální“ víra vyplývá z rozpoznání a přijetí určitého „stavu věcí“ ve světě jako *pravdivých*. Člověk věří, *proto*, že... toto je pro něj pravdou, na niž je ochoten se svým životem spolehnout.

„Funkcionální“ víra je tu proto, aby *sloužila* nějakým jiným potřebám. Člověk věří *proto*, *aby*... – například uchoval si naději, obnovil jistotu, byl přijat druhými, (dokonce i) byl sám spasen...

2) PŮVOD VÍRY:

„Existenciální“ víra vyplývá v posledku ze *svobodného rozhodnutí*. Člověk koná krok víry z vlastní vůle, avšak spontánním a uvědomělým, nikoli vypočítavým nebo impulzivním, činem.

„Funkcionální“ víra je (prožitkově) *vynucená*. Člověk věří proto, že „musí“, že on sám sebe, někdo jiný, nebo životní situace či historie ho přiměly přijmout nějaké vyznání za své. Prožitek svobodné a odpovědné volby přitom schází.

3) VZTAŽENOST VÍRY:

„Existenciální“ vírou se člověk vztahuje k rozpoznanému nebo předjímanému „Ty“, ať uvnitř, nebo za hranicemi jevového světa. Člověk jí tak *přesahuje* individuální meze svého já.

„Funkcionální“ vírou se člověk vztahuje k vlastním potřebám a cílům. Člověku jde, třeba i prostřednictvím vnějších symbolů a institucí, v zásadě o *jeho vlastní* sebepojetí či výkony. Věří spíše ve vlastní „výkon víry“, než v to či toho, o kom prohlašuje a domnívá se, že „v něj věří“.

4) DŮSLEDKY VÍRY:

„Existenciální“ víra vede k *realismu*. Člověk v ní dokáže přijmout svou vlastní nedostatečnost a bez zoufání se spolehnout na „poslední skutečnost“, již svou vírou přijal a na niž spoléhá víc než sám na sebe.

„Funkcionální“ víra vede ke *kolísání* mezi kompenzační iluzorně vysokou sebeúctou a sebecenou vyvozovanou z vlastních „zásluh víry“, a city méněcennosti a zoufalství z toho, že člověk nesplňuje měřítko na svůj „život víry“, která si buď uložil sám nebo která na něj vložili druzí lidé.

5) PROJEVY VÍRY:

„Existenciální“ víra se projevuje tak, že si člověk ve věcech víry uchovává *pevnost a zároveň otevřenost*, i když se setkává s nesouhlasem. Vykazuje soulad ve svých svobodně a odpovědně prováděných rozhodnutích a činech a dokáže uznávat a nést jejich následky.

„Funkcionální“ víra se projevuje tak, že ve věcech víry člověk vystupuje *rigidně a uzavřeně*. Často odsuzuje nebo i nenávidí druhé, kteří věří jinak, někdy pak i sám sebe. Vykazuje zjevné rozpory mezi svými spontánními a mezi vírou předepsanými činy nebo sklony.

6) MÍSTO VÍRY V ŽIVOTĚ:

„Existenciální“ víra poskytuje člověku smysl, závaznost a odvahu bez ohledu na uspokojení nebo frustraci jeho věcných, tělesných, duševních a společenských potřeb.

„Funkcionální“ víra typicky slouží jako pokus kompenzovat si frustrované potřeby nebo nevyřešené obavy či nejistoty. Pokud dojde k jejich uspokojení či upokojení jiným způsobem, doposud zastávaná „víra“ se pak stává již nepříliš důležitou věcí v životě a člověk se jí pak leckdy dokáže překvapivě snadno vzdát.

Závěry:

- Protože víra je neodlučitelným atributem lidství, může být v psychoterapii někdy nutné zabývat se i jí.
- Odborná kompetence a autorita terapeuta přitom nemůže nahradit osobní rozhodování klienta ve věcech víry. Může se však uplatnit při odstraňování psychologických překážek bránících svobodným a odpovědným osobním rozhodnutím v duchovních záležitostech.
- Pojmovým nástrojem k rozlišování mezi pravou sebezpřesahující vírou a její zjevně vlastním potřebám sloužící náhražkou může být rozlišení osobně „existenciální“ povahy zastávané a vyznávané víry od jejího – svou povahou jen psychologicky „funkcionálního“ – protějšku.

Odkazy:

Balcar, K. (1996) Téma víry v poradenství a terapii. Dostupné na:

<http://www.volny.cz/slea/archiv/temaviry.htm>

Nová Bible kralická – Nový zákon. (1998) Plzeň: Nadace pro NBK.

Kolbe, Ch. (1995) Psychotherapie und Religion. Existenzanalyse, 12, 3 (March), 7-12.

Sire, J. W. (1993) Za novými světy. Praha: Návrat.