

UNIVERZITA KARLOVA
KATOLICKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA
Katedra teologické etiky a spirituální teologie

Miroslav Metoděj Orel

**Smutek, hněv a akédie v českých
překladech apofthegmat a vybraných
současných autorů**

Diplomová práce

Vedoucí práce: doc. RNDr. ThLic. Karel Sládek, Ph.D

Praha 2018

Prohlášení

1. Prohlašuji, že jsem předkládanou práci zpracoval samostatně a použil jen uvedené prameny a literaturu.
2. Prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného titulu.
3. Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna pro studijní a výzkumné účely.

V Praze dne

Miroslav Metoděj Orel

Bibliografická citace

Smutek hněv a akédie v českých překladech apofthegmat a vybraných autorů: Diplomová práce / Miroslav Metoděj Orel; vedoucí práce: Karel Sládek. -- Praha, 2018. 70 s.

Anotace

Diplomová práce vychází z příběhů pouštních otců, tzv. apofthegmat, a pracuje s jejich českými překlady. Práce se zaměřuje na téma smutku, hněvu a akédie. Práce na základě apofthegmat a z nich vycházející spirituality pouště sleduje strukturu práce otců pouště a současných autorů se smutkem, hněvem a akédií. Vzhledem k imanentní povaze spirituality pouště je v práci reflektován psychologický přístup a odkazy na moderní psychologické metody, které pomáhají člověku vyrovnat se smutkem, hněvem a akédií.

Klíčová slova

smutek, hněv, akédie, apofthegmata, spiritualita pouště, spiritualita zdola, poustevnictví, hagioterapie, pozitivní myšlení, černé myšlenky

Abstract

The thesis works with Czech translation of apofthegmats – stories of fathers of desert. The thesis focuses on topic of sadness, anger and acedia. The thesis is based on apofthegmats and on the spirituality of desert. From this point of view the thesis makes analysis of the structure of pastoral work with sadness, anger and acedia. The thesis is following some actual authors who are working with spirituality of desert, too. Due to immanent dimension of spirituality of desert the thesis is reflecting psychological approach and refers to actual psychological methods which help a man to live with sadness, anger and acedia.

Keywords

sadness, anger, akadies, apofthegmata, desert spirituality, spirituality from below, hermitage, hagiotherapy, positive thinking, black thoughts

Počet znaků: 129 757

Poděkování

Děkuji vedoucímu práce za výbornou a rychlou komunikaci při zpracovávání této práce. Dále děkuji své rodině za podporu a farnosti Chrudim za dobré podmínky pro psaní této práce během mé pastorační činnosti.

V Praze

Miroslav Metoděj Orel

Obsah

| | |
|---|----|
| Úvod..... | 6 |
| 1. Narativ a metanarativ; jeho význam v apofthegmatech..... | 13 |
| 1.1. Narativ – metoda otců pouště | 13 |
| 1.2. Apofthegmatický narativ ve vztahu k metanarativu..... | 17 |
| 1.3. Smutek, hněv a akédie mezi lidskou přirozeností a Božskou milostí..... | 20 |
| 2. Smutek, hněv a akédie jakožto černé/negativní myšlenky..... | 26 |
| 2.1. Charakteristika myšlenky u vybraných duchovních autorů | 26 |
| 2.2. Struktura působení černých/ negativních myšlenek..... | 35 |
| 2.3. Proces personifikace černých myšlenek..... | 37 |
| 3. Smutek | 39 |
| 3.1. Představení vybraných narativů | 39 |
| 3.2. Porovnání a interpretace u různých autorů..... | 41 |
| 4. Hněv | 45 |
| 4.1. Vybrané narativy apofthegmat o hněvu | 45 |
| 4.2. Porovnání a interpretace u různých autorů..... | 48 |
| 5. Akédie | 56 |
| 5.1. Vybrané narativy apofthegmat o akédii | 56 |
| 5.2. Porovnání a interpretace u různých autorů..... | 58 |
| 6. Závěr | 64 |
| Seznam literatury | 68 |

Úvod

Cílem diplomové práce je zpracování tématu narativu otců pouště se zaměřením na smutek, hněv a akédii s přihlédnutím ke komentářům vybraných autorů, kteří také pracují s příběhy pouštních otců a rozvíjejí spiritualitu pouště. Práce se zaměřuje na české překlady, které se v poslední době objevili na českém trhu, a autory, kteří pomáhají příběhům pouště o smutku, hněvu a akédii porozumět v dalším kontextu.

Práce se zaměřuje na smutek, hněv a akédii v kontextu spirituality pouště, neboť apofthegmata jsou kolekcí příběhů a nelze je obsáhnout cele pro jejich tematickou různost. Na tématu smutku, hněvu a akédii chce autor práce ukázat specifický přístup otců pouště k člověku, který je zasažen smutkem, hněvem nebo akédií. Práce poukazuje na různé odstíny pohledu otců pouště na člověka, který je zasažen smutkem, hněvem a akédií. Cílem práce je také reflektovat apofthegmata ve vztahu k lidské psychice, neboť smutek, hněv, akédie neexistují bez člověka. Cílem práce je tedy reflektovat psychologický kontext smutku, hněvu a akédie, který je implicitně s tématem spojený.

Sekundární cíl

Vysvětlit význam využití narativu ve spiritualitě pouště se zaměřením na smutek, hněv a akédii. Proč otcové pouště hovoří o smutku, hněvu a akédii v narativu, a nikoliv v jiném literárním žánru?

Měřítkem výběru titulů byla apofthegmata samotná, neboť autor této práce vyhledal ty tituly, ve kterých se ve větší míře vyskytuje reflexe spirituality pouště a apofthegmat. Apofthegmata jsou sbírkou jednotlivých narativů a výroků otců pouště a jednotlivé narativy, jak budou i v této práci uvedeny, jsou velmi pestré. Například na tématu akédie lze nejvíce vidět různé pohledy na tento duchovní fenomén a je tedy potřeba komentáře k jednotlivým narativům. Práce proto nedává takový důraz na Jana Kassiána, ale soustřeďuje pozornost na samotné narativy a samotný přístup otců pouště.

Dalším parametrem výběru bylo téma smutku, hněvu a akédie. Jednotlivé tituly byly zvoleny podle toho, zda se v nich vyskytuje aspoň jedno z těchto témat v kontextu apofthegmat. Například Anselm Grün má mnoho publikací, ale pro naši práci jsme

vybrali ty publikace, které věnuje přímo apofthegmatům a spiritualitě pouště a zároveň v nich reflektuje smutek, hněv a akédii.

Literatura základní

V benediktické edici vyšla do češtiny přeložená apofthegmata, a tak se běžnému českému čtenáři stala dostupná spiritualita pouště. Apofthegmata jsou kolekcí různých krátkých narativů a výroků otců pouště o duchovním životě. Mezi ně lze zařadit publikaci Karmelitánského nakladatelství *Humor pouštních otců*. Také vyšly jiné delší narativy o otcích pouště, jako je *Život jurských otců*, *Historia religiosa* či *Poučné příběhy pro komořího Lausa*. Autor práce také zachytil malou publikaci apofthegmat z orthodoxní edice *První křesťanští poustevníci*. Jistě nemůžeme opominout publikování díla Jana Kassiana (*Iohannes Cassianus*), které je systematickým pohledem na spiritualitu pouště. V nakladatelství Refugium vyšel životopis *Život svatého Antonína Poustevníka* od svatého Atanáše. Dále bychom zde mohli zařadit publikaci nakladatelství OIKOYMENH s názvem *Legendy o poustevnících* od Jeronýma, což jsou narativy většího rozměru. Důležitou, byť ne narativní publikací je kniha *Mniši – nejen ti svatí* od Ewy Wipszycky a Szymona Hizyckého, která je v podobě rozhovoru jakousi historickou faktografií o životě poustevníků.

Dnes poustevníci, kteří psali apofthegmata nežijí, ale je možné sledovat linii jejich pokračovatelů a pozorovat ty prvky duchovního života, které jsou společné a které pomáhají překonávat smutek, hněv a akédii. Vyšla zajímavá publikace o poustevnících na našem území s názvem *Ze života českých poustevníků*. Přímo o poustevnících jsou publikace z pravoslavného prostředí, a to *Povzbuzení k duchovnímu životu* od Teofana Zatvornika, *Serafim sarovský – život a duchovní moudrost* od Iriny Gorainoffové. Dále je tu narativní forma o životě abba Pafnucia - *Hlas kamenů*.

Tito duchovní otcové nám odhalují jádro křesťanské spirituality, a tak začíná být o ně zájem. Ovšem samotná apofthegmata nepostačují a je potřeba jednotlivé příběhy uvádět do kontextů a hledat v nich jednotící linii. Proto vycházejí další publikace, které více či méně pracují s apofthegmaty nebo se spiritualitou pouště a pomáhají dnešnímu čtenáři žít a porozumět spiritualitě pouště v současném světě. Tyto publikace jsou buď odborné či více popularizační, ale není jich moc.

Nejznámějším autorem je Anselm Grün, benediktýn, který má pár knih věnovaných přímo apofthegmatům. Dále je známý náš odborník na východní spiritualitu kardinál

Tomáš Špidlík, který se apofthegmatům a spiritualitě pouště věnuje. Pro odbornou veřejnost je určena krásná, velká, dvoudílná práce Václava Ventury *Historie křesťanského mnišství*. V této publikaci Václav Ventura pokračuje v díle kardinála Špidlíka a dále je rozšiřuje a uvádí nové podněty. Mezi odborné publikace lze také zařadit dílo *Patrologie* od Huberta R. Drobnera.

Další novější knihy jsou *Ve škole otců pouště* od Marie Ancilla, *Pryč s černými myšlenkami* od Joëla Pralonga. Z otců pouště také čerpá teolog východní církve Pavel Evdokimov, který na ně nahlíží z pohledu duchovních dějin v publikaci *Epochy duchovního života – od pouštních otců do našich dnů*. Mezi českými autory v poslední době vynikl Štěpán Smolen, který věnoval otcům pouště publikaci *Bud', kde jsi*. Během psaní této diplomové práce vyšla kniha od Edity Miriam Mendelové OP *Abba Dorotheos z Gazy*.

Mezi tyto publikace by se daly zařadit i ty, které jsou spojené se svatým Makariem, který ovšem již více patří k cenobitskému typu mnišství než k poustevnictví jako takovému. Do češtiny bylo též přeloženo dílo samotného Makaria *Padesát Homilí duchovních* a nová práce *Pokora a Milosrdenství* od Lisy Cremaschi.

K porovnání životního stylu poustevnictví včera a dnes může posloužit publikace o poustevnících „moderní doby“. Nejznámějším poustevníkem je Karel Foucald, o jehož životě si můžeme přečíst biografii Jeana-Francoise Sixta *Život Karla de Foucalda*. Pohled do poustevnictví dneška nabízí publikace *Jak se žije poustevníkům* od Marii Anny Leenenové.

PUBLIKACE VYUŽITÉ PRO STUDIUM TÉTO PRÁCE

Spiritualita křesťanského Východu

Jedná se o publikaci českého autora, ve které dominuje téma smutku, hněvu a akédie s důrazem na etymologii těchto slov. Autor zde pracuje s dějinným přístupem k mnišství, neboť se v jeho rámci rozvíjela reflexe smutku, hněvu a akédie od prvního křesťanského poustevníka svatého Antonína Velikého.

Jak očistit své srdce

Tato publikace je zaměřena na práci s pocity smutku, hněvu a akédie v kontextu srdce, nikoliv jen hlavy.

Spiritualita křesťanského mnišství

Dílo pracuje především s odkazem Evagria Pontského ve vztahu k apofthegmatům. Je v něm uvedena kapitola o akédii, na které je demonstrativně ukázán specifický přístup otců pouště k duchovnímu životu člověka.

Nebe začíná v tobě

Tato publikace je pro danou diplomovou práci hlavním zdrojem informací už pro svůj podtitul – moudrost otců pouště. Tato kniha nahlíží na smutek, hněv a akédii v kontextu spirituality pouště a též v kontextu moderní psychologie.

Jak zacházet s myšlenkami

V tomto malém díle se lze podívat na další z možných přístupů k myšlenkám, a především na důležitost myšlenek pro náš život a pro utváření vnímání člověka.

Spiritualita zdola

Jedná se o pomocnou publikaci k této práci. Tato publikace poukazuje na specifický přístup otců pouště ke spiritualitě a na jejich specifický pohled, kterým nahlízejí smutek, hněv a akédii.

Ve škole otců pouště.

Tento spis je inspirující v tom, že používá jinou terminologii, která může poukázat i na jiné roviny smutku, hněvu a akédie a pomoci je uchopit. V jejím pohledu na otce pouště je znát antropologický a biblický pohled na člověka.

Pryč s černými myšlenkami

Tato kniha je podobná knize *Jak zacházet s myšlenkami*. Ovšem tato publikace využívá poznatků psychologie a přímo se soustředí na mechanismus fungování myšlenek, který je stěžejní pro pochopení toho, jak otcové pouště přistupují ke smutku, hněvu a akédii. V tomto díle není tolik reflektován kontext spirituality pouště. Lze zde najít biblickou reflexi práce s myšlenkami.

Epochy duchovního života

Tato publikace je zvláštní tím, že se v ní odráží pohled východní církve a není v ní záběr na práci s černými myšlenkami jako u výše zmíněných prací. Na problematiku smutku, hněvu a akédie nahlíží z pohledu dějin spásy a zároveň autor respektuje to, že reflexe smutku, hněvu a akédie se utvářela především v kontextu poustevnictví a mnišství. U tohoto autora oceňujeme a hodnotíme nové originální důrazy na témata spojená se smutkem, hněvem a akédií a jeho patrný teologický přístup.

POMOCNÉ TITULY

Učit se příběhem

Tento text nabízí analýzu narativu a jeho vlastností, a to nikoliv jen z pohledu literárního, ale také z pohledu pedagogického. Je zde také popis situace narativu jako metody dnes na terciální rovině vzdělávání.

Hněv

Tato kniha se věnuje hněvu jako takovému a jsou v ní rozlišeny různé roviny hněvu. Najdeme zde též zpracování křesťanského pohledu na fenomén hněvu.

Metodologie práce je následující:

Nejdříve je provedena selekce narativů z českých překladů apofthegmat, které se týkají smutku, hněvu a akédie, případně procesu mechanismu práce s myšlenkami o smutku, hněvu a akédii.

Dále je provedena komparace těchto narativů. Vzhledem k tomu, že se jedná o různé narativy, které jsou svým charakterem velmi pestré, je potřeba z jednotlivých izolovaných narativů vytvořit obraz a tyto narativy spojit.

Vytvoření syntézy a uceleného obrazu z jednotlivých narativů bude provedeno na základě literární analýzy apofthegmat, metapříběhu a pedagogické narativizace. Metapříběh bude analyzován na základě spirituality pouště. Pedagogická narativizace by měla přispět pedagogicko-literárním pohledem na narativ. Na základě výše zmíněné literatury budou vybrány ty aspekty spirituality pouště, které se týkají smutku, hněvu a akédie.

Metoda práce postupuje od obecného ke konkrétnímu. Proto bude zpracován obecný popis práce s myšlenkami o smutku, hněvu a akédii u otců pouště a bude vyhotoveno

porovnání terminologie ve využitých publikacích. Autor také provede porovnání definice myšlenky u člověka. Autor se také bude snažit reflektovat psychosomatický rozměr smutku, hněvu a akédie, neboť tento aspekt je implicitně spojen s daným tématem. Tyto poznatky by měly zpřístupnit metanarativ, který stojí za jednotlivými narativy o smutku, hněvu a akédii. Na základě narativu a metanarativu bude provedena analýza smutku, hněvu a akédie v narativech otců pouště.

K jednotlivým fenoménům bude vypracována komparace výpovědí autorů využitých publikací a pak uvedena syntéza a zhodnocení daných fenoménů smutku, hněvu a akédie. Využití psychologické literatury může některý pohled objasnit a pomoci jej pochopit.

METODOLOGIE STRUKTUROVANÁ

1. Výběr narativů z apofthegmat týkajících se smutku, hněvu a akédie tak, aby vynikly jednotlivé odstíny daného fenoménu v jednotlivých příbězích.
2. Provedení literární analýzy a zdůvodnění, proč otcové pouště využili narativu, a nikoliv jiného literárního žánru pro předávání svého poznání (pedagogická narativizace).
3. Na základě komparace díla vybraných autorů poukázat na metodologii otců pouště, kterou (jak) nahlíží na smutek, hněv a akédii v apofthegmatech a připomenout kontexty spirituality pouště, které mohou pomoci pochopit přístup otců pouště.
4. Na základě metody otců pouště se podívat na smutek, hněv a akédii a provést komparaci komentářů vybraných autorů na smutek, hněv a akédii.
5. Poukázat, jak lze dané poznatky využít v praxi.

Tato práce provází čtenáře tématem od všeobecného ke konkrétnímu. Jelikož apofthegmata samostatná jsou sama o sobě kolekcí malých narativů, tak je třeba najít něco, co čtenáři pomůže získat ucelenější obraz, který je jako mozaika složen z jednotlivých apofthegmatických narativů.

Nejdříve se čtenář seznámí se zajímavou otázkou, proč si otcové pouště vybrali k předávání své moudrosti narativní formu a nikoliv jinou literární formu (např.: poezii, kázání atd.). Čtenář se dozví, že narativ pro otce pouště nebyl jen literární formou, ale

pedagogickou metodou, jak předat a uchovat svoji celoživotní moudrost, kterou potvrzovali svým životem.

Následně se čtenář dozví, že jednotlivé příběhy lze propojit na základě metapříběhu, který stojí v pozadí. O něm se bude moci dozvědět z komentáře o spiritualitě pouště a z komentářů autora této práce k jednotlivým apofthegmatům. Takto čtenář může získat celistvý obecný obraz o spiritualitě pouště ve vztahu ke smutku, hněvu a akédii.

Jelikož za smutkem, hněvem a akéií stojí společná struktura psychosomatického procesu, tak je čtenář seznámen s tímto procesem v jeho obecnosti, aby o něm nemusel číst třikrát u jednotlivých témat. Díky této kapitole se může dozvědět o terminologii, kterou používají jednotliví autoři k popisu toho, jak vzniká smutek, hněv a akédie.

Následně bude čtenář v jednotlivých kapitolách seznámen přímo se smutkem, hněvem a akéií a to tak, že nejdříve se bude moci začíst do několika apofthegmat, aby viděl dané téma v různých odstínech. K tomu mu může pomoci komentář autora. Dále si může projít názory vybraných autorů, kteří se vyjadřují k danému tématu, a nakonec prostudovat syntézu a hodnocení.

Na závěr bude čtenáři představena možnost praktického využití této práce ve farnosti či ve svépomocné skupině.

1. Narativ a metanarativ; jeho význam v apofthegmatech

Tato část práce zkoumá narativ a zabývá se otázkou, proč otcové pouště využívají k výpovědím o smutku, hněvu a akédii narativu a nikoliv poezie či jiného literárního žánru. Dále se zde autor zaměří na apofthegma samotné (viz.: 1.2) a čtenáře seznámí se strukturou vzniku narativu. Práce analyzuje narativ jako metodu poznávání samu o sobě a její roli pro předávání poznání ve vědeckém bádání. To je spojeno s otázkou, jestli není narativ, jakožto metoda, skrze kterou se vypovídá o člověku, opomíjena. Tato část práce se především zabývá otázkou, jak je možné z jednotlivých rozdílných apofthegmat vytvořit celistvý obraz o smutku, hněvu a akédii. Nejdříve se autor bude zabývat narativem samotným (1.1) a poté otázkou, co tyto příběhy mezi sebou spojuje (1.2).

1.1. Narativ – metoda otců pouště

Jakou metodou sjednotit jednotlivé střípky příběhů otců pouště o smutku, hněvu a akédii (i obecně)? Jak z nich udělat mozaiku uceleného obrazu? Tato kapitola se zabývá prvním metodologickým krokem v této práci a analyzuje, jaký je pohled otců pouště na smutek, hněv a akédii a proč o těchto fenoménech vypovídali v narativní formě.

Je třeba udělat literární analýzu apofthegmat, aby bylo možné najít společný kontext všech příběhů o smutku, hněvu a akédii. Ovšem jen literární analýza narativu sama o sobě nestačí, protože tato apofthegmata byla psána se záměrem pedagogickým, s cílem předat poznání, které bylo navíc poznáním celoživotním. Apofthegmata tedy nejsou vytvořena kvůli literární formě. Proto je třeba zvolit autora, který se ve své publikaci zabývá jak otázkou narativu z pohledu literární vědy, tak z pohledu pedagogiky. Práce využívá publikaci Jana Hábla *Učit (se) příběhem*.

Proč otcové pouště zvolili právě narativ k tomu, aby popsali fenomén smutku, hněvu a akédie?

Práce vychází z poznatků Jana Hábla, pro kterého je narativ sám o sobě metodou. Pro otce pouště je narativ také způsobem, jak mohou vypovídat o smutku, hněvu a akédii. Je

třeba tuto jejich cestu respektovat, zvláště pokud se podíváme, jaká je situace narativu dnes a jaké je jeho postavení v terciálním vzdělávání.

Jan Hábl s odkazem na Jiřího Trávnička a jeho studie moderní prózy zdůrazňuje to, že moderní doba je na příběhy velmi chudá. Jiří Trávniček se odkazuje na Christiana Schärfa, který komentuje situaci narativu dnes tak, že – krize *důvěry v narativní formu neznamena, že by vyprávění příběhů zcela vyklidilo prostor. Spíše se posunulo, bylo „přisvojeno“ filmem a posléze televizí. V tom je jistý problém. Příběh „není pouze technika“ (tj. poetika v úzkém slova smyslu), nýbrž také jistý „způsob našeho myšlení“.¹*

Je-li příběh způsob, typ myšlení, jaké je toto myšlení? Jaké jsou výhody narativního myšlení o smutku, hněvu a akédii?

Narativ posluchače aktivizuje do té míry, že musí vstoupit do „interpretační hry“ a je tedy od něho vyžadována interakce. Posluchač musí nejdříve s vypravěčem příběhu „uzavřít dohodu, že bude akceptovat pravidla jeho hry. Vznikne tak intimní, poněkud tajuplný a často latentní svazek mezi tzv. modelovým autorem a modelovým posluchačem/čtenářem.“² Posluchač musí tedy například přijmout pravidlo, že v příběhu existuje jednorozec nebo že existuje mezigalaktická vesmírná loď. Posluchač musí nejdříve naslouchat příběhu a při tom vnímá obsah příběhu a formu, v jaké je příběh předáván.

Jan Hábl si u narativu Clive Staples Lewise povšiml: „(S odkazem na Samuela Alexandra) jisté epistemické zákonitosti: Vnímající či poznávající „JÁ“ nikdy nemůže zakoušet (enjoy) daný stav mysli a zároveň jej nazírat v reflektujícím odstupu (contemplate). Jakkoliv je možné přecházet z jednoho módu poznání do druhého, nelze je zakoušet oba najednou. Zakoušení, například emoce nebo krásy, je docela jiný druh činnosti než jejich reflektování.“³

Mysl člověka se skrze příběh spojuje s fantazií. Tím, že příběh spojuje mysl a fantazii člověka, tak je posluchač komplexně zapojen. Jan Hábl s odkazem na Jiřího Trávnička

¹ HÁBL, Jan. *Učit (se) příběhem: Komenského Labyrint a didaktické možnosti narativní alegorie*. Brno: Host, 2013. Teoretická knihovna. ISBN 978-80-7294-901-4, str. 56

² HÁBL, Jan. *Učit (se) příběhem: Komenského Labyrint a didaktické možnosti narativní alegorie*. Brno: Host, 2013. Teoretická knihovna. ISBN 978-80-7294-901-4, str. 14

³ Tamtéž, str. 15, „Lewis se k Alexandrově odkazu hlásí ve své autobiografii *Suprised by joy*, (česky: *C.S. Lewis - Zaskočen radostí. Podoba dřívějšího života*)

poukazuje také na to, že „*myslíce narativně, pohybujeme se v situacích, zatímco myslíce logicky, jsme odkázáni na pojmy, tj. abstraktní schémata.*“⁴ Skrze situační myšlení ve spojení s fantazií je zapojeno především sociální a prostorové myšlení člověka.

Metoda narativu ve vztahu k smutku, hněvu a akédii u otců pouště je tedy situačním myšlením. Smutek, hněv a akédie nejsou abstraktními pojmy, ale jedná se o fenomén, který je spojen s emocí člověka, a emoce člověka často může vést proti logickému uvažování. U otců pouště dochází ke spojení výše zmíněné zákonitosti pojmenované C.S. Lewisem. Na jedné straně je učedník, poutník, který prožívá (enjoy) smutek, hněv a akédii, ale nemůže od toho získat odstup. Je svým prožíváním (enjoy) pohlcen. Na druhé straně je abba, který již získal odstup (contemplate) a dokáže reflektovat fenomén smutku, hněvu a akédie. Skrze narativ dochází ke spojení dramatu lidského prožívání a reflexe smutku, hněvu a akédie.

Jak může souviset narativ otců pouště s lidskou psychikou ve vztahu k smutku hněvu a akédii?

Člověk je jednota těla, duše a ducha, ale tato jednota není statická, ale dynamická, tedy člověka v této práci budeme nahlížet jako dynamickou jednotu těla, ducha, duše, ve které je prožíván smutek, hněv a akédie.

Na základě výzkumu Nicolý Speerové, který uvádí Jan Hábl, lze sledovat, které funkce lidského mozku jsou při čtení nebo poslechu narativu aktivovány⁵:

1. Čtenáři si v mozku aktivují vizuální, motorické a konceptuální funkce reálných činností při vnímání podobných aktivit v narativu.
2. Mozkové oblasti aktivity pohybu a manipulace s předměty v reálném světě zvyšují svoji aktivitu v momentech, kdy se s nimi čtenáři setkali v narativu.

Tento výzkum je pro naši práci stěžejní, neboť poukazuje na to, že při čtení příběhů o smutku, hněvu a akédii otců pouště je čtenář aktivně vtažen do dramatu smutku, hněvu a akédie, které se odehrávají v těchto narativech. Skrze fantazii se stává účastníkem

⁴ Tamtéž, str. 16

⁵ Tamtéž, str. 11, výzkum uveden: N.Speer et al.: „Reading stories activates neural representations of visual and motor experiences, Psychological Science, 2009, roč. 20, č. 8, s. 989nn.

setkání abba s učedníkem. V narativu se může čtenář identifikovat buď s abba nebo učedníkem a prožít situaci, kdy dostává radu či ji někomu uděluje.

Apofthegmata otců pouště se svojí formou podobají tomu, co současná psychologie nazývá „narativní terapie.“ Příběh pomáhá diagnostikovat a léčit. Tento poznatek je velmi důležitý pro naše téma smutku, hněvu a akédie v českých překladech apofthegmat. Narativy otců pouště o smutku, hněvu a akédii mohou fungovat jako katalyzátory a mohou vést k proměně sebeporozumění čtenáře a jeho porozumění fenoménu smutku, hněvu a akédie jak už na rovině prožívání (enjoy), tak na rovině reflexe (contemplate).

„V příběhu žijí, jednají, přemýšlejí a projevují se všemi svými vlastnostmi a schopnostmi postavy, s nimiž konfrontujeme vlastní existenci. Hledáme a poměřujeme sami sebe. Takto vztažený čtenář je připraven, aby dovolil horizontu příběhu vstoupit do vzájemné interakce s jeho vlastním životním horizontem, která je klíčovým elementem procesu sebeporozumění.“⁶

Pokud se tedy čtenář setkává s příběhy otců pouště o smutku, hněvu a akédii, tak se setkává s postavami, které jsou také jako on konfrontovány s fenoménem smutku, hněvu a akédie. V postavě učedníka je možné se identifikovat s tím, kdo prožívá smutek, hněv či akédii. Skrze postavu abba se lze konfrontovat s vědomým postojem, že je potřeba neprodlévat ve smutku, hněvu a akédii, ale že je třeba se nechat Bohem vyprostit ze svázanosti od smutku, hněvu nebo akédie.

Funkce narativu ve stylu otců pouště není jen empatická, tedy umožňující se vcítit, ale příběh má také funkci mimetickou, tedy umožňující napodobení. *„Příběhy obsahují modely jednání, které představují reálnou možnost nápodoby. Vyprávění nám dává možnost vystoupit ze sebe a podívat se na sebe jako na někoho jiného., říká Jiří Trávníček.⁷“*

Vše výše zmíněné Jan Hábl shrnuje do pojmu didaktická narativizace či „zpříběhovatění“. Otcové pouště mohli psát o smutku, hněvu a akédii jako Jan Kassián a snažit se své zásady vysvětlit abstraktními pojmy a vše uvést systematictěji. Jak jsme

⁶ HÁBL, Jan. *Učit (se) příběhem: Komenského Labyrint a didaktické možnosti narativní alegorie*. Brno: Host, 2013. Teoretická knihovna. ISBN 978-80-7294-901-4., str. 51

⁷Tamtéž., str. 51, odkazuje na Jiřího Trávníčka: J. Trávníček: *Vyprávěj mi něco. Jak si děti osvojují příběhy*, cit. dílo, s. 52.

však uvedli, má to své omezení. Smutek, hněv a akédie jsou velikým emocionálním dramatem pro člověka při jeho prožívání dynamické jednoty těla a duše. Naopak, otcové pouště zvolili narativ, a to narativ didaktický, aby mohli předat své celoživotní poznání o smutku, hněvu a akédii. Narativ jim navíc umožnil popsat člověka včetně jeho emocionální stránky. Pro otce pouště je narativ metodou, což může být pro terciální vzdělávání problematické⁸. Práce bude tento přístup otců pouště ke smutku, hněvu a akédii respektovat a pracovat s ním.

1.2. Apofthegmatický narativ ve vztahu k metanarativu

Tato kapitola je zaměřena na konkrétní apofthegmatický narativ, který má svůj charakter oproti jiným narativům. Je charakteristický svojí krátkostí a tedy o to více je důležitá znalost metanarativu, který stojí za ním.

Pokud se běžně mluví o příběhu či narativu, tak člověk může mít tendenci představit si delší literární útvar. Apofthegmata jsou charakteristická svojí krátkostí, což nás může ve výpovědích otců pouště o smutku, hněvu a akédii překvapovat. O to více lze pozorovat při čtení apofthegmat, že pro krátkost těchto narativů je třeba hledat jednotící prvek, který spojí jednotlivé „apofthegmatické narativní střípky“ v mozaiku. Jaká je tedy struktura příběhu? Musí být narativ dlouhý, aby byl narativem?

Apofthegmata jsou specifickým literárním stylem a mají svůj charakteristický cíl, který je třeba respektovat při pohledu na smutek, hněv a akédii. Slovo „*apofthegma*“, sentence, výrok pochází z řeckého slovesa „*apofthengomai*“ a znamená vyřknout či vyhlášovat. V úvodu k apofthegmatům je napsána definice apofthegmat:

⁸ Jan Hábl uvádí dva protipóly, se kterými se potýká dnešní terciální vzdělávání. Prvním protipólem je podřizovat terciální vzdělávání a jeho výstupy kritériím trhu a druhý pól jde opačným směrem. Tento pól Jan Hábl popisuje následovně: „*Z předem ztraceného boje na poli medializovaného trhu se academia stahuje do tvrze společenské irelevance. Vysoko postavená slonovinová věž skýtá bezpečné, soběstačné, sebevyživující, až krvesmilné – slovy Zygmunta Baumana – prostředí výroby a spotřeby publikačních produktů, které jsou širšímu publiku zcela vzdálené. Neprodejnost takových produktů je sice jistým handicapem, ovšem relativně únosným, poněvadž je alespoň částečně vyvážen možností grantového „melouchaření“. A pocit marnosti, který mnozí pedagogové zakouší tváří v tvář postedukační realitě, si mohou efektivně vykompenzovat vědeckou hyperaktivitou či impaktovanou pseudoprestiží.*“ (Učit se příběhem, str. 66). Terciální vzdělávání má následně potřebu uzavírat se do svého vlastního pojetí vědeckosti a v tomto prostředí se může narativ jevit nikoliv jako metodický nástroj pro předávání moudrosti, ale stane se pouze nástrojem popularizace vědy. Otázkou zůstává – dělali otcové pouště smutku, hněvu a akédii pouze popularizací či pro ně byl narativ metodou? Je třeba respektovat, že věda nebyla pro otce pouště rozdělena a roztržena jako dnes.

„je to elegantní, vtipný, úsečný výrok, který obsahuje alespoň obecný popis okolností, za nichž je prosloven (kdo, kdy, proč)“⁹.

Pro apofthegmata je zásadní to, že se jedná o výrok abba, tedy zkušeného muže (nemusí být starý) a tento výrok přechází k jeho učedníkovi, který mu chce naslouchat a touží po jeho radě. Je zde zásadní personalismus, a to do takové míry, že pravdivost daného výrok je podtržen a osvědčen osobou autora výroku, který jeho platnost vyzkoušel na svém vlastním životě. Narativ je často začíná: Sám velký abba Antonios řekl..., je to abba Poimen, který odpověděl... Pravdivost výroku je dána autentickým životem konkrétního abba.

Každý příběh má úvod, děj a závěr. Aby příběh mohl být příběhem, tak musí obsahovat:

1. Výchozí situaci: Pouštní otec se probudí v posteli, Neo je probuzen počítačem, Hospodin stvoří člověka.
2. Nezvratnou změnu výchozí situace, tedy děj: Na otce pouště zaútočila špatná myšlenka, Neo polkne pilulku pravdy, člověk se vzepře Stvořiteli.
3. Řešení situace: Pouštní otec se postaví proti špatné myšlence slovy evangelia, Neo se probudí do „pravé“ reality, stvoření je spaseno skrze Spasitele.

Příběh nemusí být veliký, aby byl příběhem. Naopak, může být velmi krátký a udát se rychle. Například uklízečka šla uklidit řediteli jeho kancelář a poté odešla domů. Posлуhač nepotřebuje vědět, zda v kanceláři ředitele uklízečka uklidila jen prach nebo zda prožila při úklidu s ředitelem něco romantického. To už jsou detaily navíc, které příběhu dodávají na dramatičnosti a činí ho plastickým. Podobně je to s příběhy pouštních otců – jedná se o krátké příběhy na pozadí metapříběhu o pouštních otcích následujících Ježíše Krista. Co je to metapříběh?

Nejdříve jsme si představili narativ apofthegmat a jeho různé rozměry – psychologický a didaktický, což je nesmírně důležité pro téma smutku, hněvu a akédie. Ukázali jsme si, že se nejedná jen o literární útvar, ale že tento narativ je vícevrstevným útvarem.

V této části se podíváme na to, jak lze takovou mozaiku vytvořit.

Důležitá je pro nás teze, že každý malý příběh je vyprávěn na pozadí velkého příběhu¹⁰. Na základě této teze, lze hledat kontext, který spojuje příběhy otců pouště o smutku,

⁹ *Apofthegmata: výroky a příběhy pouštních otců*. Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiákonství sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2000. Pietas benedictina. ISBN 80-902682-2-6., str. 13

hněvu a akédii. Jan Hábl na základně poznatku J. Richard Middletona a Briana J. Walshe popisuje, že dokonce sama postmodernita má svůj velký příběh v pozadí¹¹. Tento příběh na pozadí malých příběhů se nazývá metapříběh. Metapříběh je to, co dokáže jednotlivé izolované příběhy otců pouště o smutku, hněvu a akédii sjednotit a vytvořit z nich ucelenou mozaiku o smutku, hněvu a akédii.

Jak zjistit tento metapříběh otců pouště, který by nám lépe pomohl porozumět smutku, hněvu a akédii? Otcové pouště psali tyto příběhy svým vlastním životem a je nutné se ptát po příčině a charakteru jejich životního stylu. U jednotlivých apofthegmat stojí metapříběh radikálního následování Ježíše Krista po vzoru svatého Antonína Velikého, který je prototypem křesťanského poustevnictví. Ostatní otcové pouště jsou jeho následovníci a napodobitelé v následování Ježíše Krista, kdy při tomto následování Ježíše Krista neprožívají jen radost, štěstí a duchovní povznesení, ale také smutek, hněv a akédii. Při interpretaci smutku, hněvu a akédie v této práci je třeba pamatovat na tento příběh v pozadí, který je interpretačním rámcem smutku, hněvu a akédie u otců pouště, protože smutek, hněv a akédii je možné interpretovat i bez kontextu následování Ježíše Krista jen jako izolovaný fenomén lidské psyché. Je to právě metapříběh následování Ježíše Krista, který stojí v pozadí apofthegmat a který poukazuje na dramatickost prožívání smutku, hněvu a akédie u toho, kdo se chce duchovně povznést a následovat Ježíše Krista.

Metapříběh stojící v pozadí apofthegmat tedy dává interpretační rámec smutku, hněvu a akédii. Nyní se pokusíme charakterizovat tento metapříběh a interpretační rámec při pohledu na spiritualitu pouště. Zkusíme vyjmenovat to nejdůležitější, co dělá spiritualitu pouště originální, a budeme hledat cestu, jak nahlížet smutek, hněv a akédii právě tou originální spiritualitou pouště.

¹⁰ HÁBL, Jan. *Učit (se) příběhem: Komenského Labyrint a didaktické možnosti narativní alegorie*. Brno: Host, 2013. Teoretická knihovna. ISBN 978-80-7294-901-4., str. 68

¹¹ „Pokud na jídelníčku nalézáme západní modernistickou polévku, marxistickou rýži, křesťanskou omáčku a muslimský chléb, kde je postmoderní chod? Považuje postmodernita svůj pohled za jednu z mnoha rovnocenných možností? Nikoliv? Postmodernita, jakožto vůdčí diskurs (master discourse) (...), se neobjevuje na stole. Postmodernita se považuje za ten stůl, na němž jsou všechny ostatní chody servírovány.“ HÁBL, Jan. *Učit (se) příběhem: Komenského Labyrint a didaktické možnosti narativní alegorie*. Brno: Host, 2013. Teoretická knihovna. ISBN 978-80-7294-901-4., str. 68.

1.3. Smutek, hněv a akédie mezi lidskou přirozeností a Božskou milostí

Tato kapitola se zabývá prvky metapříběhu, který stojí v pozadí narativů otců pouště. Jedná se především o životní styl otců pouště a budou zde uvedeny ty nejdůležitější prvky, které jsou společné otcům pouště.

Klíčovým prvkem pro interpretaci smutku, hněvu a akédie u otců pouště je jejich život a to, proč otcové pouště vyšli do pustiny, aby následovali Ježíše Krista. A právě kvůli tomuto následování Ježíše Krista se museli potýkat se smutkem, hněvem a akédií. Smutek, hněv a akédií je tedy třeba interpretovat životem otců pouště. Jejich život činí interpretaci smutku, hněvu a akédie odlišnou od jiných interpretací smutku, hněvu a akédie. O jejich životním stylu se můžeme dozvědět ze spirituality pouště. Pro otce pouště je charakteristické to, že čím více se snažili následovat a napodobovat svého Mistra v lásce, tím více se potýkali se svojí přirozeností, která byla – obrazně řečeno – jejich gravitací a která jim bránila vystoupit do nebe. Smutek, hněv a akédie jsou součástí této lidské přirozenosti, a proto je potřeba v této práci reflektovat také jejich druh spirituality spojený s lidskou přirozeností. Anselm Grün tuto spiritualitu nazývá *spiritualitou zdola* a používá tento termín pro označení celé knihy.

Anselm Grün poukazuje také na důležitý rozměr psychologické roviny člověka. Rozlišuje:

„V dějinách spirituality existují mezi jiným dva proudy: jednak spiritualita shora, jednak zdola. Spiritualita zdola je toho názoru, že Bůh k nám nemluví jen v Bibli a prostřednictvím církve, nýbrž i prostřednictvím nás samých, prostřednictvím našich myšlenek a citů, našeho těla, našich snů, a dokonce i prostřednictvím našich ran a našich domnělých slabostí.¹²“ Jinými slovy, Anselm Grün zdůrazňuje, že člověk je spojením duše a těla, terminologií psychologie, člověk má psychosomatický rozměr. Navíc Anselm Grün analyzuje to, že v tomto psychosomatickém rozměru je obsažen transcendentální rozměr člověka. Spiritualita zdola má velmi blízko k psychologii, neboť reflektuje psychosomatický rozměr člověka, kterého vnímá jako dynamickou jednotu duše a těla. Je zdůrazněna dynamická jednota, neboť lidské prožívání této jednoty má své pády a vzestupy a je ovlivňována prostředím, ve kterém člověk žije.

¹² GRÜN, Anselm a Meinrad DUFNER. *Spiritualita zdola*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1997. ISBN 80-7192-167-X., str.3

Tento přístup je pro hněv, smutek a akédii velmi zásadní, protože smutek, hněv a akédie mohou spiritualitu shora paralyzovat. Je-li člověk hněvivý, tak nemá chuť číst Písmo svaté. Je-li člověk smutný, tak se nedokáže pozvednout k ideálu, a pokud je člověk zasažen akédií, tak může začít být lhostejný vůči hlásání evangelia. Naopak spiritualita zdola počítá se smutkem, hněvem a akédií jako nástroji či cestami vedoucími k Bohu. Spiritualita zdola dokáže integrovat tyto fenomény, které mohou přinášet emocionální nerovnováhu do dynamické jednoty duše a těla, tedy do nitra člověka, skrze sebezpoznaní. O jaký typ sebezpoznaní se jedná?

Velice dobře toto vyjadřuje svatý Augustin ve svých vyznáních, kdy říká: „*Neboť jsi nás (Bože) stvořil pro sebe a nepokojné je naše srdce, dokud nespočine v tobě.*“¹³

Dále je známé duchovní pravidlo: Chceš-li poznat Boha, tak nejdříve poznej sám sebe. Toto pravidlo zdůrazňoval například Evagius Ponticus. Spiritualita zdola je zdůrazněním imanentní přítomnosti Boha v lidském bytí. Bůh je všudypřítomný a je také přítomen v lidském nitru (a nejen v něm). Do imanentní přítomnosti Boha v člověku je zapojena celá lidská osoba a její charakter – včetně jejích temných stránek, které jsou zvláště důležité pro poznávání Boha. Anselm Grün připomíná, že „*vůči Bohu mne neotvírá ani tak má vlastní ctnost jako spíše moje slabost, moje nemohoucnost, ba dokonce i můj hřích.*“¹⁴ Otcové pouště často připomínají, že aby člověk mohl vyjít na cestu svatosti, tak se musí vydat nejdříve po cestě lidské přirozenosti – přijmout své lidství. Člověk musí přijmout smutek, hněv a akédii jako součást své lidskosti. Otcové pouště dbali na to, aby jejich učení bylo zakotveno v souladu s tím, co se odehrává v člověku.

Zde je do práce vložena malá do vsuvka vysvětlující poměr mezi spiritualitou zdola a teologií, aby bylo patrné, že otcové pouště nevypovídají pouze na rovině psychologicko-antropologické. Naopak, pomocí jednoho narativu práce poukazuje na poměr samotných otců pouště k teologii.

¹³ AUGUSTIN. *Vyznání*. Přeložil Ondřej KOUPIL, přeložila Marie KYRALOVÁ, přeložil Pavel MAREŠ. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2015. Fontes (Karmelitánské nakladatelství). ISBN 978-80-7195-189-6., I.1., str. 5

¹⁴ GRÜN, Anselm a Meinrad DUFNER. *Spiritualita zdola*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1997. ISBN 80-7192-167-X. str. 3

Jednou přišel za abba Poimenem jeho známý bratr a chtěl, aby promluvil s jeho kamarádem, a říká mu: „Vyprávěl jsem mu o tobě a on přišel, protože tě toužil uvidět.“ Abba Poimén ho proto s radostí přijal, pozdravili se navzájem a posadili se. A ten cizinec začal na základě Písma mluvit o duchovních a nebeských věcech. Ale abba Poimén odvrátil tvář a nedal mu odpověď. Když ten poustevník viděl, že s ním abba nemluví, zarmoutil se, vyšel ven a povídá tomu bratrovi, který ho tam přivedl: „Urazil jsem tu cestu nadarmo. Když jsem totiž k tomu starci vešel, nechtěl se mnou ani promluvit.“ Ten bratr proto přišel k abba Poimenovi a řekl mu: „Abba, tenhle velký člověk, který je ve svém místě tak slavný, přišel kvůli tobě. Proč si s ním nepromluvíš?“ Stařec mu odpověděl: „On je shora a říká nebeské věci. Já jsem ale zdola a říkám pozemské. Kdyby se mnou mluvil o duševních vášních, odpověděl bych mu. Jestli ale mluví o duchovních věcech, v tom já se nevyznám“. Bratr tedy vyšel a řekl poustevníkovi: „Stařec asi nemluví na základě Písma, ale když mu někdo řekne o duševních vášních, tak s ním rozmlouvá.“ Jeho zasáhla lítost, vešel ke starci a řekl mu: „Co mám udělat abba? Mé duši totiž vládnu vášně.“ A stařec se na něj s radostí podíval a řekl mu: „Ted' jsi tady správně. Nyní otevřu svá ústa o těchto věcech a naplním je dobrem.“ On z toho získal velký prospěch a říkal: „Tohle je skutečně pravdivá cesta.“ A vrátil se do své země a vzdával díky Bohu, že si zasloužil potkat se s takovým světcem.“¹⁵

V tomto narativu se nám zrcadlí teologie a prožívání smutku (zármutku). Člověk přichází vyhledat abba, aby se ho zeptal na abstraktní teologii, ale následně je odmítnut a prožívá konkrétní subjektivní smutek. Z tohoto narativu je patrné, že teologie o smutku nemůže stát mimo prožívání smutku. Smutek nemůže být něčím abstraktním, co se odehrává mimo člověka, ale vždy se odehrává v konkrétním člověku. Není-li člověka, není smutku, hněvu a akédie.

Dále tento příběh velmi dobře vystihuje cíl spirituality zdola. Jde o to, aby se člověk v hledání Boha systematickým přemýšlením o něm neminul sám se sebou. Svatý abba Poimen nepohrdá teologií na základě Písma, kterou mu předkládal onen člověk. Jen pokorně přiznává svoji nevědomost a spojitost s člověčinou a tuto spojitost dává abba Poimen zakusit příchozímu skrze odmítnutí a následný smutek z odmítnutí. Abba Poimen takto přivádí poustevníka k setkání se sebou samým – s jeho osobními vášněmi.

¹⁵ *Apothegmata: výroky a příběhy pouštních otců.* Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiákonství sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2005. Pietas benedictina. ISBN 80-86882-01-2., X,54, str. 18

Skrze spiritualitu pouště a narativy pouštních otců se do teologie vrací psychosomatický rozměr, který je například tak charakteristický pro buddhismus a jeho různá tělesně-duchovní, tedy psychosomatická cvičení (např. jóga). Přesto spiritualita zdola není pouhým „psychosomatickým tělocvikem“.

„Ve spiritualitě zdola nejde jen o to slyšet Boží hlas ve svých myšlenkách a citech, vášních a nemocech, a tím objevit obraz, jaký si o mně učinil Bůh. Nejde tu ani jen o výstup k němu sestupem do vlastní reality. Ve spiritualitě zdola jde spíše o to, abychom se právě tam, kam jsme na konci svých možností dospěli, otevřeli k osobnímu vztahu vůči Bohu. Mniši říkají, že pravá modlitba stoupá vzhůru z hlubin naší bíd, a ne z naší ctnosti.“¹⁶

Spiritualita pouště je především spiritualitou nitra. Člověk, který vyjde na poušť, se tak zákonitě setká se svojí tělesností natolik, že to přehluší jeho vnímání Boha. Svatý Antonín Veliký to také zakoušel: *„Nejprve se (nepřítel) snažil ho odvrátit od asketického života. Připomínal mu majetek, péči o sestru, o rodinu, důležitost peněz, lesk pozemské slávy, chuť a líbeznost jídla a pití a rozmanité radosti života.“¹⁷* Člověk, který se setká s nicotou v pustině, je vystaven tomu, že se setkává s nesmyslností svého rozhodnutí následovat Boha. A k tomu navíc napomáhají vnější podmínky, které způsobují osamělost, hlad, žízeň, a především pocit nenaplněnosti života. Člověk, který odchází do pouště, svým způsobem odchází zmařit svůj život – zvláště pokud rozdá svůj majetek a opustí své společenské postavení. Těžko si lze představit, že by se pak z pouště vrátil a začal říkat, že to v poušti nemůže vydržet a ať mu lidé vrátí to, co jim rozdál a ať ho také opět přijmou na místo, které ve společnosti zastával. Pokud se člověk rozhodne takto radikálně, tak pro něj není cesty zpět. A pro Nepřítele zbožného muže či ženy by bylo největší výhrou, kdyby tento člověk zůstal na půli cesty. Nepřítel tedy chce na poušti člověka paralyzovat. Životopisec svatého Antonína Velikého popisuje, jak hodně může takový člověk trpět, když se setká s nejhlubšími vášněmi svého člověčenství: *„Vzbuzoval v něm erotické myšlenky, které Antonín odháněl modlitbami, vydražďoval ho, až se Antonín zardíval studem. Svě tělo však bránil vírou, modlitbami a posty. Dáblu, bidákovi, nebylo líto vynaložit úsilí vydávat se v noci za*

¹⁶ GRÜN, Anselm a Meinrad DUFNER. *Spiritualita zdola*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1997. ISBN 80-7192-167-X. str. 4

¹⁷ ATHANASIUS. *Život sv. Antonína Poustevníka: život a působení našeho svatého otce Antonína, jak ho napsal a mnichům v cizině poslal náš svatý otec Atanáš, biskup alexandrijský*. 2. vyd., rev. Přeložil Václav VENTURA, přeložil Edita Miriam MENDELOVÁ. Olomouc: Refugium Velehrad-Roma, 2010. Prameny spirituality. ISBN 978-80-7412-041-1., str. 24

ženu a napodobovat přitažlivé pohyby jejího těla, jenom aby Antonína svedl. (...) A znovu mu nepřítel vnucoval příjemnosti rozkoše. Antonín, zmítaný hněvem a zároveň smutkem, přemýšlel o hrozbě neuhasitelného ohně a trápení červem.“ (Iz 66:24)¹⁸

Životní prostředí otců pouště je dalším důležitým faktorem, který je třeba též respektovat při interpretaci smutku, hněvu a akédie v apofthegmatech. Je nutné zdůraznit, že otcové pouště neprožívali smutek, hněv a akédii na základě života, ale na základě svého odchodu do pouště, pustiny, nicoty či odchodu do koinobia. Lze tedy říci, že je rozdíl prožívat smutek, hněv a akédii před zavoláním člověka Bohem nebo po něm. Otcové pouště tedy prožívají smutek, hněv a akédii nejen jako součást svého života a svého lidství, ale také jako součást svého povolání, ze kterého nechtějí odejít kvůli smutku, hněvu nebo akédii.

Otcové pouště jsou charakterističtí tím, že žili v poustevnách, tzv. kellách anebo později v kláštorech založených Pachomiem. Buď jejich bojovým polem byla osamocenosť anebo neustálá přítomnost spolubratrů. Kella i koinobium byly považovány za nástroj, kterým mohli dojít ke svatosti, a to bylo spojeno s myšlenkou stability místa i ducha.

Jeden bratr přišel do Skétis k abba Mojžíšovi s žádostí o duchovní radu. Stařec mu řekl: „Běž, usad' se ve své kelle a ta tě naučí všemu.“¹⁹

Kella tedy byla edukačním nástrojem, skrze který otcové pouště poznávali smutek, hněv a akédii. Neměli z ní odejít.

Jeden bratr oznámil svému abba, že ho obtěžují myšlenky, aby odešel z kláštera. On mu řekl: „Běž a posad' se ve své kelle. Poskytni jejím stěnám jako záruku své tělo a nevycházej odtamtud. Nech svou mysl, ať si myslí, co chce, jen nenech odejít z kelly své tělo.“²⁰

Pokud bychom chtěli toto napodobit a prakticky poznávat smutek, hněv a akédii jako otcové pouště, o kterých můžeme číst v českých překladech apofthegmat, tak bychom se museli nejlépe stabilně nalézat na jednom místě, v nějaké místnosti anebo ve společenství několika lidí. Tato stabilita pomohla otcům pouště poznávat smutek, hněv

¹⁸Tamtéž., str. 25

¹⁹ *Apofthegmata: výroky a příběhy pouštních otců*. Vyd. 2., opr. Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiecézní ústředí sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2009-. Pietas benedictina. ISBN 978-80-86882-12-3., I, II, 19, str. 43

²⁰ *Apofthegmata: výroky a příběhy pouštních otců*. Vyd. 2., opr. Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiecézní ústředí sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2009-. Pietas benedictina. ISBN 978-80-86882-12-3., I,VII, 47, str. 115

a akédii z dlouhodobé perspektivy. V apofthegmatech lze díky tomu nacházet různé roviny fenoménu smutku, hněvu a akédie.

Samota otců pouště byla charakterizována tak, že otcové pouště odcházeli do pouště, do pustiny, kde nebylo téměř nic – tedy odcházeli do nicoty. Otcové pouště tedy byli osamoceni se svým smutkem, hněvem a akédii a mohli tyto fenomény na svém těle a ve svém nitru velmi intenzívně vnímat, prožívat a zápasit s nimi. Nemohli od smutku, hněvu a akédie jen tak odejít. Naopak, pokud se snažili odejít od bratrů, které podezřívali z toho, že jsou příčinou jejich hněvivosti, tak díky nicotě pouště mohli poznat, že si smutek, hněv a akédii nosí s sebou, že jsou to fenomény, které jsou přenositelné a na člověku ulpívající.

2. Smutek, hněv a akédie jakožto černé/negativní myšlenky

Tato kapitola se zabývá strukturou metody černých myšlenek obecně, aby ji nebylo třeba opakovat jednotlivě v kapitolách o smutku, hněvu a akédii, neboť tato struktura má stejnou geometrii jak u smutku, tak u hněvu a akédie. Smutek, hněv a akédie jsou konkrétními myšlenkami. Také se v této kapitole podíváme na proces personifikace myšlenek, abychom viděli, jak se z myšlenek stávají démoni. Bez znalosti této struktury by nebylo možné dále psát o smutku, hněvu a akédii. – Tuto část bychom mohli přeskočit jedině v případě, že bychom u čtenáře předpokládali znalost mechanismu černých myšlenek.

Tato kapitola již využije komentářů vybraných autorů a zároveň uvede porovnání toho, jak jednotliví autoři pracují s narativy otců pouště o myšlenkách a jak definují myšlenku samu o sobě. Práce v této kapitole obsahuje terminologické porovnání vybraných autorů, které se vztahuje k mechanismu myšlenek utvářejících duchovní život člověka. Tedy před námi stojí otázky: Jaký je mechanismus rozlišování myšlenek smutku, hněvu a akédie? Co je tou myšlenkou? Jak souvisí myšlenka a emoce?

2.1. Charakteristika myšlenky u vybraných duchovních autorů

U otců pouště a v apofthegmatech se lze velmi často setkat s tím, že jde často o dialogický narativ myšlenek nitra. Konkrétně se jedná o myšlenky, které rozptylují člověka od myšlenky na Boha. Smutek, hněv a akédie se také stávají velkými tématy těchto narativů a jsou též označovány jako něco, s čím je třeba vést duchovní zápas. Otcové pouště dokázali rozeznávat, že některé myšlenky člověka vedou k Bohu a některé myšlenky vedou člověka od Boha a uzavírají ho do sebe samého. Kardinál Tomáš Špidlík označuje tyto myšlenky za zlé myšlenky a Joël Pralong za myšlenky černé, neboť nás vedou k „černému“, tj. negativnímu vnímání reality

Kardinál Tomáš Špidlík odkazuje na definici Evagria Pontského a upozorňuje na to, že tato definice je náročná na překlad. Z této definice především klade důraz na to, že *„logismoi není v pravém slova smyslu myšlenka, je to spíše „obraz“ fantazie, který se*

člověku smyslovému představí před oči. Tento obraz není v „mysli (nous), ale jenom v nižší části poznávací (dianoia), kde uvažujeme o důvodech pro a proti, ale nemáme přímo evidenci.“²¹ Tento obraz má tak velikou sílu, že dokáže získat pozornost člověka, aby s ním hovořil či dokonce uvedl tento obraz ve skutek proti Božímu zákonu. Důležité je zdůraznit, že kardinál Špidlík vnímá, že myšlenky o smutku, hněvu a akédii má člověk smyslový, nikoliv jen člověk abstraktní (mrtvý, nekonkrétní). Se zlými myšlenkami jakožto obrazy je to komplikovanější, a tak se kardinál Špidlík odkazuje na Maxima Vyznavače, aby mohl lépe rozlišit mezi „čistou“ a „vášnivou“ myšlenkou. „Něco jiného je předmět sám, něco jiného je představa, něco jiného je vášeň. Tak například, žena, peníze jsou předměty; představa, to je jednoduchá vzpomínka na ty věci; vášeň znamená nerozumnou náklonnost nebo slepou nenávisť k těmto předmětům.“²² Samotná myšlenka například na ženu nebo peníze není špatná, ale stává se „živou“ skrze spojení s naším sklonem, při setkání s člověkem smyslovým.

S odkazem na životopis svatého Antonína Velikého od Athanasia kardinál Špidlík poukazuje na roli démonů, jakožto logismoí. Poukazuje na to, že Evagrius pontský nerozlišuje mezi „démonem“, „myšlenkou“ a „duchem“. Daný fenomén nazývá různými termíny, ale jedná se o totéž. Z toho se vyvozuje, že „logismoí nepatří k přirozenosti věcí stvořených Bohem, a proto v nich nemůže být nic zlého, stejně jako v lidské přirozenosti.“²³ S odkazem na Maxima Vyznavače kardinál Špidlík poukazuje na to, že démoni na nás působí zvenčí skrze tři pochody zlých myšlenek do duše: 1) smyslové vjemy, 2) tělesný stav, 3) paměť.

Václav Ventura ve své knize *Spiritualita křesťanského mnišství* čerpá od kardinála Tomáše Špidlíka. Na myšlenku nahlíží jako na myslící mohutnost, ale *logismoí* je především „produktem této mohutnosti“.²⁴ Poukazuje na to, že jde o lidský „výmysl“, neboť *logismoí* je součástí „vnitřního boje“ a je nástrojem neposlušnosti, neposlouchání. Označení „lidský výmysl“ může být též dobrým termínem, neboť člověk má myslet a řídit se podle Boží vůle, myslet na Boží přikázání, nikoliv myslet podle

²¹ ŠPIDLÍK, Tomáš. *Spiritualita křesťanského Východu: systematická příručka*. Vyd. 1. (v nakl. Refugium). Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, 2002. ISBN 80-86045-84-6., str. 306

²² ŠPIDLÍK, Tomáš. *Spiritualita křesťanského Východu: systematická příručka*. Vyd. 1. (v nakl. Refugium). Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, 2002. ISBN 80-86045-84-6, str.306

²³ Tamtéž, str. 307

²⁴ VENTURA, Václav. *Spiritualita křesťanského mnišství*. Praha: Benediktinské arcidiocésní ústředí svatého Vojtěcha a svaté Markéty v Břevnově, 2006. Pietas benedictina. ISBN 80-86882-02-0., str. 158

sebe a přemýšlet, jak tato příkázání obejít či je ospravedlnit. Člověk svou špatnou náklonností dokáže z jednoduché myšlenky udělat „výmysl“ a jedná se o lidský výmysl, neboť vychází z člověka narušeného dědičným hříchem.

Dále Václav Ventura poukazuje na termín *dialogismo*, tedy jakési „přemýšlení srdce“, a poukazuje na to, že se myšlenka musí v člověku uhnízdit a člověk si s ní musí „pohrávat“. Dále zdůrazňuje, že *logismo* jsou vším, co se člověka existenciálně týká. „Podle biblického podání nevstupují LOGISMOI pouze na mysl, ale i do srdce: jsou to síly života a smrti, ve svůdnosti svého pohybu mají moc člověka zcela zničit.“²⁵

Pro lepší porozumění Václav Ventura společně s kardinálem Tomáše Špidlíkem odkazují na židovskou náboženskou tradici a terminologii myšlenky JÉCER²⁶ „*Tento pojem vyjadřuje něco konkrétního, téměř osobního, řecký text to překládá za pomoci slova DIABŮLION*“²⁷. S odkazem na Órigena uvádí, „že JECER či DIABŮLION jsou často personifikované sklony ke zlu“.²⁸ Tento poznatek je velmi důležitý pro přístup k černým myšlenkám, zvláště při porovnávání s moderní psychologií. Personifikace má velkou roli při práci a zacházení s černými myšlenkami a lze vidět, že proces personifikace byl znám již dříve, a dokonce i v jiné náboženské tradici.

U Anselma Grüna je jasně patrný psychologický přístup k danému tématu. Zvláště staví na psychologickém náhledu C.G. Junga. Zatímco výše zmínění autoři vycházeli více z etymologie slov, tak Anselm Grün a jiní psychologizující autoři používají terminologii psychologie. Například: podvědomí, archetypy atd. Přístup Anselma Grüna je také rozdílný v tom, že jeho dílo má především pastorační charakter. V této práci vycházíme především z jeho publikace *Nebe začíná v tobě – moudrost otců pouště*, která se jako jedna z mála knih věnuje přímo spiritualitě pouště. Dále Anselm Grün napsal publikaci věnovanou cíleně černým myšlenkám s názvem *Jak zacházet s myšlenkami*.

Tento autor nehledá definici myšlenky. Nemá potřebu ji definovat, neboť je to něco, co má každý a každý to zakouší. V knize *Jak zacházet s myšlenkami* píše o tom, co ho přivedlo k zájmu o téma působení černých myšlenek na člověka. „*Budeme-li se pozorně sledovat, zjistíme, že neustále žijeme z nějakých vět, které si předřikáváme nebo které*

²⁵ VENTURA, Václav. *Spiritualita křesťanského mnišství*. Praha: Benediktinské arciepatství svatého Vojtěcha a svaté Markéty v Břevnově, 2006. Pietas benedictina. ISBN 80-86882-02-0., str. 159

²⁶ Od kořene „vytváret, tedy myšlenka jako to, co může formovat (převzato z poznámky pod čarou výše citované knihy Václava Ventury)

²⁷ Tamtéž, str. 160

²⁸ Tamtéž, str. 160

nás v určitých situacích samy automaticky napadají, kterými reagujeme na neúspěchy, na lidi kolem sebe, na pracovní nároky.“²⁹

Anselm Grün nahlíží na myšlenky jako na věty nálad našeho nitra. Jedná se o „samomluvu“ našeho ducha. „*Náš duch je tak uzpůsoben, že se v nás všechno formuluje také do slov. Nemáme prostě jenom zlost, ale také si ji uvnitř (nitra) vždycky vyjadřujeme nějakými výroky.*“³⁰ Přes tuto vnitřní samomluvu našeho ducha si můžeme uvědomovat pohyby našeho nitra a skrze toto uvědomění můžeme na naše nitro pozitivně působit. V tomto bodě je Anselm Grün originální.

V knize *Nebe začíná v tobě* Anselm Grün nahlíží černé myšlenky už ve smyslu pokušení. Opět nezačíná hledáním definicí myšlenky, ale vypořádává se samotným faktem jejich existence a u poustních otců hledá odpověď na to, proč je člověk vůbec pokoušen a proč jsou černé myšlenky součástí lidské přirozenosti. Odkazuje se na příběh, kde svatý Antonín říká: „*Nikdo nevejde bez pokušení do božího království. Odejmi pokušení a nebude nikoho, kdo najde záchranu.*“³¹ Anselm Grün poukazuje na to, že skrze pokušení člověk získává cit pro Boha. Bez pokušení by člověk byl v pokušení si Boha přetvořit k vlastnímu obrazu. Skrze pokušení člověk cítí svůj skutečný odstup od Boha a rozdíl mezi člověkem a Bohem. Zatímco člověk spočívá v neustálém neklidu, Bůh spočívá v neustálém klidu. U Anselma Grüna je tento přístup, kdy se chce nejdříve vyrovnat s faktem samotného pokušení, velmi prozíravý, neboť následně potom může hledat autentickou rovnováhu, po které člověk touží.

Pokud by člověk chtěl dosáhnout nebeského klidu již zde na zemi skrze askezi, o které by si myslel, že ho k tomu může dovést, tak by žil v iluzi. Člověk se snaží tedy dosáhnout klidu ve svém neustálém neklidu. Vždy bude existovat rozpor mezi nebeským klidem a klidem pozemským. Zde Anselm Grün překračuje hranice psychologie a poukazuje na důležitost transcendentálního rozměru pro lidský život. Pokud člověk neočekává nebeský klid, který má v budoucím čase přijít, tak se snaží najít tento klid během svého života, což plně nelze. Přestože u Anselma Grüna převažuje psychologický náhled, je potřebné vyzdvihnout tento moment a ukázat, že i tento autor si uvědomuje hranice psychologie.

²⁹ GRÜN, Anselm. *Jak zacházet s myšlenkami*. Praha: Zvon, 1997. ISBN 80-7113-190-3., str. 8

³⁰ Tamtéž, str. 11

³¹ GRÜN, Anselm. *Nebe začíná v tobě: moudrost otců pouště*. Přeložil Jiřina ŠTOURAČOVÁ. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0351-3., str. 29

Anselm Grün dělí zdroj myšlenek podle řecké filozofie do tří oblastí: žádostivou (*epithymia*), emocionální (*thymos*) a duchovou (*nous*). Anselm Grün upozorňuje na podobnost tohoto dělení s enneagramem – systémem sebepoznání vycházejícího ze súfismu. Nakonec na základě moderní psychologie Anselm Grün nahlíží na Evagriovo pojetí myšlenek jako na „*psychologické mechanismy, které působí na člověka*“.³² Tyto mechanismy se projeví skrze věty naší psyché. Tedy smutku, hněvu a akédii předchází nějaká věta v naší psyché.

Další, kdo pracuje se spiritualitou pouště, je Maria Achilla a na našem knižním trhu vyšla její kniha *Ve škole otců pouště*. Autorka začíná pohledem na myšlenkový svět tím, že se podívá na Adama, který zhřešil a který se uzavírá vůči Bohu do svého světa. Následně nahlíží na pouštní otce a poukazuje na to, že když se tito poustevníci vzdali všeho, co je mohlo rozptylovat, a vyšli na poušť, tak jediné, co jim zbylo, byl jejich myšlenkový svět a ten mohli odhalit právě díky prodlévání v pustině pouště. Člověk odchází do klidu pouště a prožívá tu ruch svého myšlenkového světa.

Autorka používá především jazyk biblické antropologie. Co ji k tomu vede? Marie Ancilla upozorňuje na to, že otcové pouště přičítají velké místo symbolům, což může být pro současníky překážkou. Podobně jako výše zmíněný Jan Hábl upozorňuje na to, že dnes je rozšířená intelektuální nebo technická formace používající abstraktní mluvu, pro kterou může být narativ něčím nevědeckým. Autorka se ptá, zda je symbolická řeč potřebná. Odpovídá, že ano, neboť symbolická řeč dokáže lépe vyjádřit propojení a spojení smyslové, poznávací a duchovní roviny člověka. „*Symbol pomáhá k objevení niternosti. Když tedy ubývá symbolické řeči, je to doprovázeno úpadkem smyslu pro niternost. A jak zachytit Boha, který je v našem nitru, když už neznáme vnitřní cestu?*“³³ Autorka jako příklad používá obraz srdce, které má oči, a tak může nahlížet na Pána. Srdce také má uši, aby mohlo Pánu naslouchat, a také má čich, a dokonce srdce má i nohy, aby mohlo běžet k Bohu.

³² Tamtéž, str. 50

³³ MARIE-ANCILLA. *Ve škole otců pouště*. 2. vyd. Přeložil Terezie BRICHTOVÁ. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2012. Orientace (Karmelitánské nakladatelství). ISBN 978-80-7195-586-3., str. 18

Marie Ancilla nahlíží na myšlenky jako na přelud srdce, skrze něhož vychází najevo povrchní „JÁ“ nad oním hlubokým „JÁ“, ve kterém přebývá Bůh.³⁴ Marie Ancilla si pomáhá obrazem myšlenky, jakožto vůně, aby vysvětlila vztah mezi povrchním a hlubokým „JÁ“. Myšlenky jsou jako vůně, která se šíří prostorem našeho srdce. Je-li vůně negativní, tak to poukazuje na nemoc našeho srdce, které je zasažené neřestmi. Je-li vůně příjemná, tak to poukazuje na zdravotnost našeho srdce, neboť je naplněno pokojem a je formováno ctnostmi.

Joël Pralong se ve své knize zaměřuje přímo na téma černých myšlenek, ale také se odkazuje na spiritualitu pouště. Existenci černých myšlenek uvádí tak, že svoji knihu začíná ukázkovým dialogem dvou lidí, kdy se jeden z nich svěří, že ho tíží černé myšlenky. *„Někdy máme černé myšlenky a nevíme ani proč. Vystanou z našeho podvědomí a pod rouškou úzkosti nebo špatné nálady nás celé ovládnou.“*³⁵ Joël Pralong nahlíží na černé myšlenky jako na něco, co leží pod našimi úzkostmi a náladami, a to z toho důvodu, že si uvědomuje, že to nejsou životní události, které nás činí šťastnými nebo nešťastnými, ale způsob, jakým si tyto události vykládáme. Pralong tedy nahlíží na myšlenky jako na „způsob interpretace“ lidského zakoušení. *„Stává se, a je to dobře známo, že určité myšlenky vsazené do rámce představivosti (vnitřní kino), zažehávají vášně, emoce či pudy (...) Myšlenky zkalené vášněmi jsou neklidné. Usídlí se v naší mysli, mučí nás a trápí.“*³⁶ Pralong zdůrazňuje, že se člověk skládá ze tří částí: ducha, psychiky a těla. Na základě tohoto rozdělení dává Pralong důraz na ducha, který je veden Bohem. Tím, že se člověk skrze svého ducha odevzdává v důvěře do Boha, může získat pod kontrolu svoji emoční stránku. Od Boha totiž čerpáme jeho nebeský pokoj – podobný náhled jako u Anselma Grüna. Pralong se odkazuje na psychologa Viktora Frankla, který poukázal na to, že u psychicky narušeného člověka se více projevuje „krize důvodů k žití“, tedy krize smyslu života. Podle Frankla by mohla být tato neúroza výrazem odmítnutého náboženství³⁷.

Pralong tedy hledá cestu, jak člověka s pomocí spirituality pouště a hésyasmu přivést ke zdroji pokoje, od kterého ho odvádějí černé myšlenky, které jsou opakem tohoto pokoje.

³⁴ Tamtéž, str. 33

³⁵ PRALONG, Joël. *Pryč s černými myšlenkami*. Praha: Paulínky, 2012. Klíč (Paulínky). ISBN 978-80-7450-066-4., str. 6

³⁶ PRALONG, Joël. *Pryč s černými myšlenkami*. Praha: Paulínky, 2012. Klíč (Paulínky). ISBN 978-80-7450-066-4., str. 7

³⁷ Tamtéž, str. 10

Autorem východní tradice je Pavel Evdokimov a jeho přístup je podobný přístupu kardinála Špidlíka a Václava Ventury. Pavel Evdokimov je rozdílný v tom, že ve své knize na rozdíl od jiných autorů, nedělá analýzu mechanismu černých myšlenek, ale především se zaměřuje na původ zla a Zlého a na to, jak působí na lidskou přirozenost. V jeho knize *Epochy duchovního života* lze najít také kritiku západní společnosti a je tedy zdrojem, který může sloužit jako zrcadlo pro náš kulturní rámec. Tímto dílem navíc autor stále připomíná, proč je nutné zápasit s černými myšlenkami. Je to zvláště dobré, pokud jiní autoři příliš zdůrazňují psychologický mechanismus černých myšlenek.

U Pavla Evdokimova se explicitně neobjevuje téma černých myšlenek. Toto téma vyplyne na povrch z jeho zamyšlení nad člověkem. Člověka vnímá jako bytost, která existuje mezi nicotou a absolutnem. V tomto se odkazuje na Kierkegaarda, který si dokázal toto napětí uvědomit a také dokázal pracovat s nicotou, která obklopuje lidskou existenci. „*Na dně duše odkrývá úzkost a apriorní pocit viny, jež poltí lidskou bytost a vnáší do ní peklo. A právě v této hlubině se rodí žízeň po spáse. Mezní alternativa staví člověka před volbu mezi nicotou a absolutnem.*“³⁸ Pokud člověk toto napětí nezvládá úkonem víry, tak se může utíkat do idealistické metafyziky. Dále Pavel Evdokimov poukazuje na to, že člověk na tomto světě nenahlíží na sebe ve svém reálném bytí. Člověk žije ve světě s ostatními lidmi a musí se o sebe v tomto světě postarat. Jsou to starosti světa, které ho odcizují od sebe samého. „*Svět vytvářený starostmi je svět iluzorní, fantomový, lživý, neboť starosti vedou k zapomenutí na skutečnost: na „JÁ“ a jeho svobodu.*“³⁹ Opravdové „JÁ“ člověka může vstoupit do vědomí teprve až na pozadí nicoty, neboť v nicotě se promítá nevyhnutelná zkušenost očekávání smrti a své konečnosti. „*V metafyzické emoci, kterou úzkost ze smrti vyvolává, člověk zakouší konečnost časného bytí, ale především uchopuje své do oči bijící „ne-bytí“, založené na starostech.*“⁴⁰ Pro Pavla Evdokimova jsou černé myšlenky starosti světa.

³⁸ EVDOKIMOV, Pavel Nikolajevič. *Epochy duchovního života: od pouštních Otců do našich dnů: památce matky Jenovéfy z komunity v Grandchamp*. Přeložil Václav VENTURA. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, 2002. ISBN 80-86045-94-3., str. 35

³⁹ Tamtéž, str. 36

⁴⁰ Tamtéž, str. 36

Pavel Evdokimov zdůrazňuje pozitivní rozměr náboženské konverze, která je schopná proměnit vnímání světa, které člověk má. V konverzi dochází k tomu, že se člověk vyrovnává s otázkou náboženství, a to nejen na rovině intelektuální, ale celkově. Pavel Evdokimov také pokazuje na psychosomatický rozměr člověka. „*Dnes psychiatrie uznává, že mnoho organických chorob má svůj prvopočátek v duševním zmatku, v neznalosti základních principů řídicích ekonomii duše.*“⁴¹ Evdokimov se často odkazuje na C.G. Junga, který poukazoval, že člověk má mnoho problémů kvůli zmatenosti svého náboženského postoje. Evdokimov to interpretuje následovně: „*Velká nesnáze moderního člověka tkví v pocitu skryté závislosti na živlech, jež nosí na dně duše, nezná je nebo jim nerozumí, případně se je bojí poznat.*“⁴²

Velmi oceňuje C. G. Junga pro jeho práci a interpretaci náboženského symbolu. Podle Evdokimova Jung prolamuje uzavřenost imanentního rozměru člověka a vztahuje se také k transcendentnu. Náboženský symbol vypovídá o „*intra-humánní, tak o trans-humánní skutečnosti.*“⁴³ Pro člověka je zásadní otázka: s kým a skrze koho bude člověk žít svůj úděl?

Následně Evdokimov nepoukazuje na černé myšlenky samotné, ale na samotný zdroj zla, toho Zlého, d'ábla. Dívá se na etymologii řeckých slov d'ábel a symbol. To komentuje následovně: „*V řečtině pocházejí slova d'ábel a symbol ze stejného kořene, a proto tím působivěji vyjadřují opačnost těchto skutečností. D'ábel rozděluje, odděluje, ničí každé společenství a redukuje bytí na krajní samotu. Naopak symbol spojuje, staví most, nastoluje společenství.*“⁴⁴ Evdokimov pak opět poukazuje na Junga, který říká, že se člověk kvůli svému duchovnímu zmatku a starostem vyčerpává, trápí se svojí nedostatečností a vznikají u něho komplexy, které začnou žít vlastní životem a začínají se podobat démonům či d'áblům. Starosti jsou tedy něčím, co člověka rozděluje, a tedy jejich původ je od Zlého. Nejtěžším stavem tohoto rozdělení je situace, kdy člověk už nechápe hřích jako hřích, ani jeho opak – svatost. Dostane se do stavu, které Evdokimov nazývá duševním šílenstvím, což je jeden druh akédie.

⁴¹ ⁴¹ EVDOKIMOV, Pavel Nikolajevič. *Epochy duchovního života: od pouštních Otců do našich dnů: památce matky Jenovéfy z komunity v Grandchamp*. Přeložil Václav VENTURA. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, 2002. ISBN 80-86045-94-3, str. 63

⁴² Tamtéž, str. 63

⁴³ Tamtéž str. 43

⁴⁴ Tamtéž, str. 80

Pavel Evdokimov poukazuje na to, že člověk nepotřebuje jen analyzovat své myšlení, ale také potřebuje jeho syntézu – tedy, potřebuje být proměněn. Potřebuje být proměn z roztržitého od starostí tohoto světa k celistvosti lidství. Dále Pavel Evdokimov nahlíží na černé myšlenky jako na temné energie, *přeludy a stíny vnitřního člověka*. „*Duchovní učitelé s velkou psychoterapeutickou pronikavostí odkrývají temné energie pod prahem podvědomí. Askeze je nesmírnou psychoanalýzou, po níž následuje psychosyntéza lidské duše obecně. Vynikající komentátor Órigenés přirovnává poušť k Platónově jeskyni. Poušť se svým arzenálem přeludů je stínovým divadlem, podívanou pro lidi i anděly, s tím rozdílem, že stíny neodrážejí realitu vně jeskyně, ale jsou projekcí vnitřního člověka*“⁴⁵.

Člověk potřebuje očekávat konečnou proměnu, takovou, jakou prošel Kristus při vzkříšení. Toho lze dosáhnout jen skrze obrácení či konverzi. Evdokimov poukazuje na to, že k tomu nemusí automaticky pomoci náboženství nebo spiritualita. „*Moralizující spiritualismus redukuje spásu na odpuštění neposlušnosti. Jen rázná a náročná biblická ontologie vede od morální katarze (očisty) ke katarzi ontologické, která představuje nejrealnější proměnu celé lidské bytosti, těla, duše i ducha*“⁴⁶ Pavel Endokimov nenahlíží na černé myšlenky jako na virus, který napadl „software“ člověka, ale jako na něco, co člověka odvádí od jeho spásy, od konverze nitra, od toho, aby se stával plným a integrovaným člověkem. Člověk je vnímán jako bojové pole a asketika jako technika, která „*očisťuje půdu těla*“⁴⁷ Bůh chce, aby se člověk podobal jemu a Ten zlý zase chce člověka k obrazu svému. „*Jenže, kde není Bůh, není ani člověk. Ztráta božího obrazu přivodí ztrátu obrazu člověka, odlidšťuje svět, rozmnožuje počet posedlých. Na místo Boží nepřítomnosti nastupuje tíživá přítomnost posedlého sebou samým, bytosti, která je sama sobě modlou a jejíž tristní utopie mohou nakonec změnit antropologický typ*“⁴⁸ Evdokimov tímto poukazem na výrok sv. Ondřeje Krétského poukazuje na to, že černé myšlenky (starosti), které člověka rozdělují, ho rozdělují tak, aby byl izolovaný a v této izolaci se podobal tomu Zlému. Toto Evdokimov demonstruje na příkladu závislých lidí, na kterých je mechanismus vedoucí do izolace sebe sama zjevný.

⁴⁵ Tamtéž, str. 124

⁴⁶ EVDOKIMOV, Pavel Nikolajevič. *Epochy duchovního života: od pouštních Otců do našich dnů: památce matky Jenovéfy z komunity v Grandchamp*. Přeložil Václav VENTURA. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, 2002. ISBN 80-86045-94-3, str. 72

⁴⁷ Tamtéž str. 122

⁴⁸ Tamtéž str. 90

Jednotliví autoři se především liší v důzazech svého přístupu. Nejodlišnějším autorem je Pavel Evdokimov, který nedělá analýzu mechanismu černých myšlenek, ale soustředí se na podstatu zla jako takového a na to, jakou roli hraje zlo v lidském životě. Navíc se opírá o C.G. Junga a snaží se tak propojit svůj teologický pohled s psychologií a najít styčné body.

Nejčastěji se pak objevuje přístup teologický nebo pastorační. Teologický přístup dává důraz na etymologii jednotlivých termínů a čerpá z pramenů patristiky, ale již nedostatečně reflektuje emocionální stránku dynamické psychosomatické jednoty člověka. Psychologický přístup se snaží dát větší důraz na emoční stránku člověka, kterou prožívá v přítomném čase a která ho nejvíce zasahuje a zajímá, což je vedeno praktickým a pastoračním přístupem. Tento přístup chce člověka uzdravit. Bez teologického rámce hrozí upadnutí do psychologismu a bude na černé myšlenky pohlíženo pouze jako na subjektivní problém, který je kolektivně sdílen, ale který nemá žádný transcendentální rozměr. Může se tedy stát, že člověk bude číst o zápasu pouštních otců s černými myšlenkami, bude analyzovat strukturu tohoto boje, ale přehlédne, proč vlastně otcové pouště odešli do pouště (viz.: metapříběh otců pouště). Je to touha po radikální následování Ježíše Krista, která je přivedla do pouště a která je přivedla k většímu zápasu, než měli první mučedníci v římských arénách – tato touha je přivedla do arény pustiny a prázdnoty, kde největšími nepřáteli jsou myšlenky, které jsou součástí lidské přirozenosti. Tento rámeček právě nejvíce připomíná Pavel Evdokimov.

2.2. Struktura působení černých/ negativních myšlenek

V této části se podíváme na strukturu černých myšlenek s využitím práce Václava Ventury a Tomáše Špidlíka. Jde nám o to připomenout mechanismus černých myšlenek obecně a poukázat na to, že stejný mechanismus byl rozpoznáván také později a vědecky potvrzen psychologií, například v adiktologii. Následně se budeme více zabývat konkrétními černými myšlenkami.

Schéma černých myšlenek

| Řecká terminologie | Latinská terminologie | Staroslověnská terminologie | Vysvětlení |
|---------------------------|-----------------------|--|---|
| Prosobolé/ Hypoballein | Suggestus | Prilog (vnuknutí) | Příchozí myšlenka/ obraz |
| Syndiasmos | Delectatio | Vnimanije (pozornost) | Dialog s tímto obrazem v srdci (udělat-neudělat) |
| Synkatathesis | Consensus | Slažděnije (zalíbení) | Opakovaný souhlas s myšlenkou/obrazem |
| Aichmalósia/ pathos | Consuetudo | Rešimost' a dělo (rozhodnutí a skutek) | Zlovyk, vášně, zotročení srdce na základě dlouhé série svolení |

Marie Ancilla používá jiný typ terminologie⁴⁹:

1. První hnutí vzniká z pohledu na předmět, který vzbuzuje naši pozornost.
2. Dochází k spoluúčasti
3. Přejde souhlas
4. Nakonec se dostaví připoutání

⁴⁹ MARIE-ANCILLA. *Ve škole otců pouště*. 2. vyd. Přeložil Terezie BRICHTOVÁ. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2012. Orientace (Karmelitánské nakladatelství). ISBN 978-80-7195-586-3. str. 65

Pokud nahlédneme do odborné knihy o závislosti na pornografii *V zajetí pornografie*⁵⁰, která je podobná závislosti na alkoholu, tak zde můžeme najít toto schéma, které je velmi podobné těm předešlým:

1. Fantazijní představy
2. Rituál
3. Vlastní nutkavé jednání
4. Pocit bezvýchodnosti a zoufalství (nemožnost tento proces zastavit)

Pavel Evdokimov uvádí:

1. Našeptávání (představy, fantazijního obrazu)
2. Zalíbení
3. Požitek a bažení po předmětu, kterou nám nabízí představa
4. Uskutečnění a dokonání představy

Všechny tyto body tvoří kruh, takže po posledním bodu opět začíná bod 1 a černé myšlenky nabírají tímto opakováním na síle a nebezpečnosti. Pod jejich tlakem se člověk „zacyklí“ do kruhu a má pocit, že z něho není východisko. Nakonec situaci přijímá jako něco normálního, byť zraňujícího: například závislost. Člověk se začíná pohybovat v sestupující spirále. Je pak potřeba vnější objektivní motivace, která může působit v nitru člověka, aby měl sílu tuto postupně sestupující spirálu přerušit.

2.3. Proces personifikace černých myšlenek

Výše bylo již uvedeno, jak jednotliví autoři nahlízejí na černé myšlenky a dotýkají se tématu personifikace těchto myšlenek. V této části tento proces personifikace více rozvedeme. Pavel Evdokimov připomíná, že zlé myšlenky vznikají působením Zlého. Bez tohoto připomenutí by se mohlo zdát, že zlo je produktem naší psyché, že je něčím virtuálním, co lze transformovat v dobro skrze pozitivní myšlenky a techniky pozitivního myšlení.

⁵⁰ EARLE, Ralph H. a Mark R. LAASER. *V zajetí pornografie: jak zvítězit nad závislostí*. Praha: Advent-Orion, 2006. ISBN 80-7172-926-4., str. 30

V životopise svatého Antonína Velikého lze najít poznámku o jeho těžkém duchovním boji na začátku jeho povolání: „*I každá z těchto fantasmagorií se pohybovala vlastním způsobem. Lev byl připraven napadnout a řval, býk chtěl, jak se zdálo, bodnout rohem, had se nepřestával svíjet, vlk napínal síly, aby se na něj vrhl. A všechny tyto hrůzostrašnosti působily úděsný hluk a ukazovaly krvelačný vztek. Antonín byl jimi ohromený a zraněný, pocítil neslýchanou tělesnou bolest, měl však bdělou duši, ležel bez pohnutí, a ačkoli byl vysílen tělesným utrpením, přece však měl strízlivého ducha, a jako by se posmíval, pravil: Jestli jste ještě měli nějakou sílu, úplně stačilo, aby přišel jeden z vás. Ale od té doby, co vám Pán odňal moc, zkoušíte strašit množstvím.*“⁵¹

Tato ukázka upozorňuje na to, jak vypadá popis personifikace černých myšlenek a především strachů. Obraz, vjem, fantasmagorie je spojením rozumu a fantazie skrze podvědomí v těle. Je velmi důležitá poznámka, že toto spojení se odehrává v těle a je s ním propojeno. Tělo je jakýmsi bioprostorem pro toto dění. Tento proces se neděje mimo tělo. Tím, že je proces černých myšlenek propojen s tělem a v těle se odehrává, tak skrze fantazii může dojít k tomu, že černé myšlenky naberou na síle a stanou se obrazovými preludy temných energií podvědomí (různých strachů, beznadějí atd.).

Samotní otcové pouště se snaží jednotlivé myšlenky oslovit a dát jim jméno. Ptají se jich, zda jsou od dobrého či od zlého. Personifikace černé myšlenky pomáhá k duchovní ostražitosti, neboť tato myšlenka je zbavena jakési nebezpečné neutrality. Je rozdíl, když člověk řekne, že mu na mysl přišla myšlenka smutku nebo smutek či o něj usiluje démon smutku. Slovem démon se také označuje ta myšlenka, která usiluje o naši životní energii a snaží se ji z nás odčerpat. Je to ta myšlenka, která začala v našem nitru žít vlastním životem. Smutek, hněv, a dokonce akédie jsou samy o sobě neutrální, ale jak bylo řečeno výše u kardinála Špidlíka, ve spojení s naším vnitřním nastavením se z nich stává něco pozitivního nebo negativního. Připomeňme si, že smutek je normální zdravou reakcí, zvláště na ztrátu blízkého člověka. Asi by bylo divné, kdyby se někdo na pohřbu smál. Hněv je reakcí na nespravedlnost a člověka vede k aktivní obraně,

⁵¹ ATHANASIOS. *Život sv. Antonína Poustevníka: život a působení našeho svatého otce Antonína, jak ho napsal a mnichům v cizině poslal náš svatý otec Atanáš, biskup alexandrijský*. 2. vyd., rev. Přeložil Václav VENTURA, přeložil Edita Miriam MENDELOVÁ. Olomouc: Refugium Velehrad-Roma, 2010. Prameny spirituality. ISBN 978-80-7412-041-1. str.29-30

dokáže mobilizovat jeho síly. A akédie může být jakýmsi varováním před blížícím se syndromem vyhoření.

Na procesu personifikace se dá rozlišit a poznat, kdy je stav člověka natolik vážný, že potřebuje odbornou pomoc. Pokud člověk ve svém běžném životě není schopný dát svým myšlenkám jméno a nepomáhá mu ani rozhovor s dobrým přítelem, tak se ocitá mimo možnosti práce s černými myšlenkami a již upadá do velmi vážné deprese a apatie. Práce s černými myšlenkami předpokládá schopnost tyto myšlenky pojmenovávat a rozlišovat.

3. Smutek

V této části jsou již zmíněny konkrétní formy myšlenek. Pořadí je určeno od smutku až po akédii, od jednodušší po komplexnější formu. Smutek sám o sobě nemusí být spojen s hněvem, ale hněv a akédie mohou být propojeny se smutkem. V této kapitole jsou uvedeny některé vybrané ukázky narativů tak, aby vynikly odstíny fenoménu. Komentář k příběhu má pomoci čtenáři vnímat propojenost (metapříběh) fenoménu v jednotlivých, jinak izolovaných narativech.

3.1. Představení vybraných narativů

„Ještě řekl: „Jednomu mnichovi oznámili smrt jeho otce. On ale tomu, kdo mu tu zprávu přinesl, povídá: Přestaň se rouhat. Vždyť můj Otec je nesmrtelný.“⁵²

Tento příběh poukazuje na to, že nedokážeme často vidět naše vztahy v celé délce. Tento poustevník již k Bohu přilnul tak moc, že ho považuje familiárně za svého otce, a to i přes to, že ví, že Bůh Otec je původcem nejen jeho života, který získal skrze svého otce, ale celého jeho pokolení.

„Jeden bratr se zeptal abba Poimena: „Co mám udělat se svými hříchy?“ Stařec mu odpověděl: „Kdo chce odčinit své hříchy, ten je odčínuje pláčem.“⁵³

Otcové pouště také věděli, že jsou momenty lidského života, kdy je smutek zdravý a potřebný. Na hříchu se ukazuje paradox smutku. Hřích povětšinou vede k tomu, že se mohu svobodně a z vlastní vůle něčeho zmocnit, něco si přisvojit nebo něco učinit.

⁵² *Apothegmata: výroky a příběhy poustních otců*. Vyd. 2., opr. Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiákonství sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2009-. Pietas benedictina. ISBN 978-80-86882-12-3., I, I, 5, str. 34

⁵³ Tamtéž, I,III, 32, str.52

Dává mi na počátku jistou radost, a tak z něho nepocit'uji smutek. Bohužel, touha učinit hřích není automaticky spojena se smutkem, neboť ten by nás jinak zastavil. Člověk se musí tedy učit litovat a svůj hřích „oplakat“, aby se ho už přestal dopouštět. Svým způsobem člověk má pohřbít něco, co mu jinak přináší potěšení, nebo má poznat hloubku toho, jak ho hřích svazuje, aby se mohl osvobodit. Toto se nazývá – osvojit si zdravou kajícnost. Více to rozvádí svatá Synkletiké, matka pouště:

„Některý zármutek je prospěšný, některý je zhoubný. Užitečný je zármutek, když se nařiká nad vlastními hříchy a nad tím, že bližnímu schází poznání, a když se neopouští úmysl, aby se dosáhlo dokonalé dobroty. To jsou druhy božského zármutku. Existuje ale vedle toho i jakési spiknutí nepřitele. I ten totiž vnuká zármutek – plný nerozumu, což se většinou nazývá duchovní omrzelost. Tohohle ducha je tedy nutné zvlášť zapudit modlitbou a zpěvem.“⁵⁴

Zde již nás sama matka pouště upozorňuje na to, jaký typ smutku je nebezpečný: je to omrzelost, nechutenství. Tento druh často následně přechází v akédii. Zajímavým momentem je, že svatá Synkletiké poukazuje na léčivou moc zpěvem žalmů. Je tu tedy jakési spojení evangelia a toho, čemu v moderní psychoterapii říkáme muzikoterapie.

„Jeden stařec řekl: Jako vosk nemůže přijmout vlačovanou pečeť, dokud se nezahřeje a roztaví, tak ani člověk nemůže pojmout Kristovu moc, není-li prověřen námahami a nemocemi. Proto řekl Pán božskému Pavlovi: Stačí ti moje milost, protože má síla se projeví ve slabosti. A apoštol sám se chlubí: Velmi rád se tedy budu chlubit svými slabostmi, aby na mně spočinula Kristova moc.“⁵⁵

Zde otec pouště připomíná pohled na člověka, na jeho snažení a na jeho život jakoby z ptačí perspektivy. Člověk může mít pocit, že má Krista, ale nemá Kristovu plnost a nechce přijmout svůj nedostatek. Stařec slovy evangelia poukazuje na to, že slabost je součástí našeho života a že má i pozitivní význam, neboť v ní se často skrývá Boží milost. Navíc i velký apoštol, který byl plný Krista a horlil pro něj, má také slabost a stařec poukazuje na to, že to nebyl anděl, ale člověk, který žil Krista. Člověku tak pomáhá přijmout dynamický proces proměňování se do nového člověka.

⁵⁴ *Apothegmata: výroky a příběhy pouštních otců.* Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiákonství sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2005. Pietas benedictina. ISBN 80-86882-01-2. II, X, 102, str.28

⁵⁵ *Apothegmata: výroky a příběhy pouštních otců.* Vyd. 2., opr. Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiákonství sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2009-. Pietas benedictina. ISBN 978-80-86882-12-3., I, VII, 59, str. 120

„Někdo pomluvil jednoho bratra a on došel k nějakému starci do Kelií a řekl mu: „Otče, mám trápení.“ A stařec se ho zeptal: „Proč?“ On mu řekl: „Jeden bratr mě pomluvil a mě teď bude trápit démon, dokud se mu zase já nepomstím.“ Stařec mu říká: „Poslechni mě, chlapče, a Bůh tě z téhle vášně vysvobodí.“ Bratr souhlasil, a tak mu stařec povídá: „Běž do své kelly a za toho bratra, který tě zarmoutil, pros v tichosti a vroucně Boha.“ On šel a udělal to tak, jak mu stařec řekl, a díky tomu násilí, které si udělal, a pro poslušnost k tomu starci ho Bůh od hněvu vysvobodil.“⁵⁶

Toto apofthegma představuje smutek, zármutek vycházející z mezilidských vztahů a ze setkání s neláskou. Na tomto apofthegmatu je dobře vidět, jak se smutek může transformovat v hněv nebo může být hněvem doprovázen.

3.2. Porovnání a interpretace u různých autorů

Tomáš Špidlík ve své knize *Spiritualita křesťanského Východu* nahlíží smutek na základě Evagria Pontského. Smutek jako ztráta radosti (*steresis hedones*) nebo jako následek hněvu⁵⁷. Tomáš Špidlík rozlišuje smutek na základě moudrosti poustevníka Jana z Lykopolu na: smutek pro Boha (*penthos*) a smutek tělesný, který je neřestí, neboť jeho důvodem jsou „věci tohoto světa“⁵⁸. V tělesném smutku se projevuje „nedostatek víry v Boží prozřetelnost a v její působení.“⁵⁹ Nejvíce je tělesný smutek důsledkem závisti. Dále smutek vidí, s odvoláním na Jana Zlatoústého, jako na nástroj, kterým „lovec uštve svou kořist“.⁶⁰ Proti smutku se má člověk bránit trpělivostí a brát ho jako součást etap života. Dále lze proti tělesnému smutku postavit smutek pro Boha

Anselm Grün ve své knize *Nebe začíná v tobě* poukazuje na vztah mezi smutkem a bližním. Člověk se setká s pomluvou či sám projektuje do druhých sebe samého. Jeho trápení se nevyřeší, naopak mu to přináší smutek. Člověk je smutný z toho, že druzí jsou tací, jací jsou, a člověk je smutný z toho, že to nemůže změnit a nemůže tyto lidi

⁵⁶ *Apofthegmata: výroky a příběhy poustních otců*. Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arciepatství sv. Vojtěcha a sv. Markěty, 2005. Pietas benedictina. ISBN 80-86882-01-2. II, XIV, 22. str. 82

⁵⁷ ŠPIDLÍK, Tomáš. *Spiritualita křesťanského Východu: systematická příručka*. Vyd. 1. (v nakl. Refugium). Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, 2002. ISBN 80-86045-84-6., str. 325

⁵⁸ Tamtéž, str. 325

⁵⁹ ŠPIDLÍK, Tomáš. *Jak očistit své srdce?* Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, 1999. Současné otázky. ISBN 80-86045-34-X., str. 47

⁶⁰ ŠPIDLÍK, Tomáš. *Spiritualita křesťanského Východu: systematická příručka*. Vyd. 1. (v nakl. Refugium). Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, 2002. ISBN 80-86045-84-6., str. 325

přijmout. Člověk se musí setkat se sebou samým, aby přestal posuzovat druhého. Musí přijmout svoji vlastní člověčinu a k tomu je potřeba ztišení nitra člověka.

„*Smutek může vznikat, nedosáhne-li člověk splnění všech svých přání. Mnohdy je provázen zlobou.*“⁶¹ Smutek vychází často z neplodného lpění na minulosti.

Anselm Grün uvádí proces vzniku smutku:

1. Vzpomínání (na domov, způsob života, blízké).
2. Oddání se těmto představám bez odporu.
3. Tyto představy člověka nejdříve rozveselí, ale pak také rychle vyblednou.
4. Vyblednutí těchto fantazií je způsobeno reálnými životními okolnostmi, které člověku brání tyto fantazie naplnit.
5. Člověk upadá do smutku do té míry, do jaké se otevřel těmto fantaziím.

Anselm Grün na základě učení Evagria Pontského rozlišuje smutnou náladu, depresivní smutek a truchlivost (*lype*) od zármutku (*penthos*). Zdůrazňuje, že zármutek patří k lidskému zranění a je cestou, jak se vypořádat se smutkem, který například vzniká z přirozenosti lidského života (smrti blízkého). Smutek se tedy podle Anselma Grüna musí proměnit v zármutek, aby se nestal pro člověka škodlivým. Vyjádřením zármutku je pláč, který může přejít v radost. Vyjádřením depresivního smutku je brekot, „*který se koupe ve vlastní sebelítosti*“.⁶² Anselm Grün poukazuje na to, že smutek je pasivní reakcí na nesplněná přání člověka, ale hněv je reakcí aktivní. Větší rozlišení najde čtenář v kapitole o hněvu – implozivní a explozivní hněv.

Marie Ancilla ve své publikaci *Ve škole otců pouště* vychází v tématu smutku především z Jana Kassiana a Jana Klimaka. Oproti předchozím komentátorům uvádí tři druhy smutku:

1. Smutek přirozený (je součástí lidské přirozenosti)
2. Dobrý smutek (vychází z touhy po duchovním pokroku)
3. Smutek, který je neřestí (je škodlivý)

Marie Ancilla především rozvíjí reflexi neřestného smutku, neboť je nebezpečný, vede člověka k malomyslnosti a prázdnotě. Autorka upozorňuje, že může vyústit

⁶¹ GRÜN, Anselm. *Nebe začíná v tobě: moudrost otců pouště*. Přeložil Jiřina ŠTOURÁČOVÁ. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0351-3., str. 56

⁶²Tamtéž, str. 56

v zoufalství vyjádřené sebevraždou. Zdůrazňuje, že smutek je spojen s fenoménem frustrace. Dále uvádí, že smutek má na rozdíl od jiných neřestí, zvláště od neřesti hněvu, svůj zdroj v nás. Bližní má ve vztahu k smutku jinou roli: pomáhá ho odhalovat a vyjevovat. V blízkosti druhého člověka si uvědomujeme, že jsme smutní. Na odstranění smutku máme podle Marie Ancille pracovat tím, že budeme posilovat svoji naději na nebe, a máme svoji mysl upokojit tím, že nás očekává náš nebeský otec. To vše je třeba doprovázet trpělivostí a odebráním se do tichosti.

Joël Pralong je ve své publikaci *Pryč s černými myšlenkami* odlišný v tom, že za zdroj smutku označuje neuspořádaný postoj člověka k jeho vlastním emocím. Nástrojem smutku je hořkost, kterou vkládá do srdce v takové intenzitě, že se pak člověk nemůže soustředit na nic jiného. S Marií Ancilou se shoduje v tom, že smutek může vyústit v melancholii, nervovou depresi či sebevraždu. Pralong uvádí některé příklady myšlenek vyvolávajících smutek a všímá si, že tyto myšlenky dnes spojujeme spíše s psychiatrií než s morálkou! Přesto se odkazuje na Evagria Pontského, který tento smutek neoznačil jen za psychologický stav své duše, ale za svého démona (viz. výše v obecné části o myšlenkách).

Člověk je smutný, protože příliš mnoho očekává, a když se dostaví neúspěch, tak se člověk uchýlí do svého smutku, aby přitáhl pozornost druhých a nechal se od nich utěšovat. „*Neexistuje pro něj nic jiného než jeho maličké zraněné já, které musí všichni politovat.*“⁶³ Člověk má podle Pralonga dojem, že mu vše patří a má být uznáván.

Pohled Pavla Evdokimova na smutek a následně hněv a akédii není tak psychologický, ale vnímá ho také v kontextu teologicko-filozofickém. Jako východisko si inspirován Heideggerem volí smrt, která je neoddiskutovatelným všeobecným faktem. Smutek ze smrti zažívají především pozůstalí. Smutek je ne-radost. Radostnost Evdokimov popisuje následovně:

„Humor i smích mají osvobozující funkci, zbavují tíhy společenských úřadů, každého pokušení brát se příliš vážně, i přílišného utrpení, a to i v duchovním životě. Uprímná

⁶³ PRALONG, Joël. *Pryč s černými myšlenkami*. Praha: Paulínky, 2012. Klíč (Paulínky). ISBN 978-80-7450-066-4., str. 27

dětská veselost je typickým znakem velkých světců: baví se jako Boží děti a božská Moudrost nachází v této hře své zalíbení (srov. Př 8:31).“⁶⁴

Smutek tedy podle Evdokimova vychází z „přílišné dospělosti“. Dospělý člověk je vážený, nezávislý, dokáže snášet bolest se zaťatými zuby a vše se pro něj mění v boj a obchod. Dítě je naopak v jistém smyslu naivní a má schopnost si hrát.

S přílišnou dospělostí je spojena také ztráta jisté nevinnosti. Děti nejsou naivní tím, že by byly hloupé, ale tím, že jsou nevinné. Pavel Evdokimov poukazuje na potřebu metody poustních otců a tradice církve o vyznávání hříchů. „*Vina v duši zakořeňuje a otravuje vnitřní svět. Volá po chirurgické operaci, která by přeřala kořeny a vynesla ji ven; to vyžaduje přítomnost svědka, který naslouchá, prolamuje samotu a staví kajícího do společenství Těla. Psychoanalýza znovu objevuje hodnotu zpovědi.*“⁶⁵ Je ovšem ještě rozdíl mezi tím, když je člověk zkoušen vášněmi a vinou samou. Člověk podle Evdokimova má z hříchu špatné svědomí a jeho důsledek není jen výčitka, ale také stesk po ztracené nevinnosti. Člověk hledá obnovení své původní nevinnosti, obnovení svého duchovního panenství. Pavel Evdokimov rozlišuje hranici duchovního rozhovoru od svátostného odpuštění:

„Exteriorisovaná vina, vyřčená, a tak zpředmětněná, promítnutá ven, se nám může ještě z vnějšku vysmívat. Jedině svátostné rozhrěšení ji nenávratně ruší a přináší úplné uzdravení. Věřící psychiatři o tomto osvobozujícím účinku svátosti vědí a své nemocné často posílají k doléčení na církevní kliniku.“⁶⁶ Aby se člověk stal svobodným, tak musí svoji minulost integrovat a využít ji pro další pokračování života. Svátostná zpověď mu má dát síly, aby se zbavil svých automatismů a byl nad svým životem „pánem“, nikoliv aby byl smutný z toho, že je svým životem vláčen jako nějaký otrok.

Na tématu smutku je nejvíce vidět rozdílnost důrazů jednotlivých autorů. Lze najít společný prvek. Autoři často zmiňují smutek ve vztahu k hněvu. Ansem Grün uvádí i strukturu vzniku smutku, která u jiných autorů chybí. Pavel Evdokimov dává důraz na smrt, jakožto obecně známý empirický fakt, a na základě toho více rozlišuje přirozenou rovinu smutku v lidském životě. Evdokimov si také všimá toho, že se smutek nitra

⁶⁴ EVDOKIMOV, Pavel Nikolajevič. *Epochy duchovního života: od poustních Otců do našich dnů*. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, c2002. Studie (Refugium Velehrad-Roma). ISBN 80-86045-94-3., str. 92

⁶⁵ EVDOKIMOV, Pavel Nikolajevič. *Epochy duchovního života: od poustních Otců do našich dnů*. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, c2002. Studie (Refugium Velehrad-Roma). ISBN 80-86045-94-3., str. 173

⁶⁶ Tamtéžstr. 173-174.

může skrze rozhovor (psychoterapeutický či duchovní) exteriorizovat a je třeba svátostného léku odpuštění a rozhršení. Tím čtenáře upozorňuje na to, že rozhovor (např. pastorační, psychoterapeutický) k vyléčení smutku nemusí stačit.

4. Hněv

Tato kapitola uvádí některá vybraná apofthegmata o hněvu. Hněv je fenomén, který má dvě strany. Z tohoto důvodu je využit náhled křesťanského psychologa Garyho Chapmana, který se tomuto fenoménu věnuje ve své publikaci *Hněv*.

4.1. Vybrané narativy apofthegmat o hněvu

Abba Ammónás řekl: „Strávil jsem v poušti čtrnáct let a ve dne v noci jsem prosil Boha, aby mi dal milost přemoci hněv.“⁶⁷

Jinak s hněvem bojuje cholerik, jehož hněv je pro ostatní viditelný, a jinak flegmatik, jehož hněv je spíše skrytý. Jeden otec pouště připomíná, že je třeba se připravit na to, že zkrotit hněv je dlouhodobý proces.

Hněv má také ten charakter, že nás vede do iluze, že pokud nebudeme na jistém místě či s jistým člověkem, tak nám bude lépe. Tím nás odvádí od toho, abychom se snažili zvládnout situaci skrze proměnu našeho nitra.

Jeden bratr hésychasta žil v koinobiu a neustále tam byl popuzován k hněvu. Řekl si tedy: „Odejdu, budu poustevničit v samotě, a když s nikým nebudu nic mít a budu jen žít v tichosti, moje vášeň přestane.“ I odešel a usadil se sám v jeskyni. Jednoho dne naplnil lahev vodou, položil ji na zem a ona se zničehonic převrhla. Vzal ji tedy, naplnil ji podruhé, ale zase se převrhla. Naplnil ji potřetí a... převrhla se. V návalu hněvu ji popadl a rozbil. I uvědomil si, co udělal, a pochopil, že ho démon napálil, a řekl si: „Podívejme, žiju o samotě a stejně jsem podlehl. Vrátím se tedy zpět do koinobia. Všude přece musí člověk zápasit a všude potřebuje vytrvalost a Boží pomoc.“ A odešel do svého koinobia.⁶⁸

⁶⁷ *Apofthegmata: výroky a příběhy pouštních Otců*. Vyd. 2., opr. Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiákonství sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2009-. Pietas benedictina. ISBN 978-80-86882-12-3., I, VII, 3, str. 103

⁶⁸ *Tamtéž*, I, VII, 40, str. 114

Ve skutečnosti jsou dva zdroje hněvivosti – vnější a vnitřní. Tím, že se vzdálíme od vnějšího zdroje, který v nás vzbuzuje hněvivost, se nevypořádáme s naším sklonem k hněvivosti.

Dalším velkým zdrojem hněvivosti je naše touha soudit a posuzovat. Jedná se o jiný typ hněvu, než byl uveden výše. Na jeho závažnost upozorňuje stařec:

„Neodsuzuj smilníka, ani když jsi sám zdrženlivý. I ty sám totiž zrovna tak přestupuješ zákon. Vždyť ten, kdo řekl nesemilníš, řekl také, nebudeš soudit.“⁶⁹

Téma posuzování se u otců pouště vyskytuje velmi často, neboť je odsuzování spojeno se sebeklamem v pojetí spravedlnosti. Posuzování je zmíněno přímo v modlitbě Otče náš: *„a odpusť nám naše viny, jako i my odpouštíme našim viníkům.“* Jiný otec pouště dodává:

„I kdyby někdo v tvé přítomnosti jakkoli zhřešil, neodsuzuj ho, ale pokládej se za většího hříšníka, než je on. Uviděls totiž hřích, ale neviděls lítost.“⁷⁰

Pokud se člověk setká s hříchem druhého, tak může být zasažen hněvem z pohoršení, neboť nedokáže na dotyčného člověka nahlížet jako na chudáka, který si nedokázal pomoci. Navíc, i my máme, a především můžeme mít okamžiky, kdy si nedokážeme pomoci. Pouštní otcové uměli rozlišovat, že se hněváme nad hříchem druhého, protože se bojíme vlastních stínů našeho podvědomí. Tento příběh to krásně dokládá:

„Abba Poimen dodal: Je psáno: Svědč jen o tom, co viděly tvé oči.’ (Př 25:8) Já však vám říkám: ani když se toho dotknete vlastníma rukama, nesvědčte. Jeden bratr se totiž v podobném případě nechal napálit. Uviděl svého bratra, jako kdyby hřešil se ženou. Prodělal velký vnitřní boj, ale pak šel a kopl je, jak se domníval, do nohou a řekl: Přestaňte s tím!’ – a... ony to byly obilné snopy. Proto vám řekl: ani když se toho dotknete vlastníma rukama, nekářejte nikoho.“⁷¹

V apofthegmatech se často poukazuje na to, že se člověk má považovat za většího hříšníka, než jsme my. V dnešní době, kdy je trendem posilování sebevědomí

⁶⁹Tamtéž, I, IX, 15, str. 133

⁷⁰Tamtéž, I, IX, str. 134

⁷¹ *Apofthegmata: výroky a příběhy pouštních Otců.* Vyd. 2., opr. Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiecéze sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2009-. Pietas benedictina. ISBN 978-80-86882-12-3., I, IX, 22, str. 135

jednotlivce, se to může zdát být velmi problematické. Proč by se člověk měl sám dobrovolně považovat za horšího, než jsou hříšníci, kteří se dopustí velkého hříchu?

O abba Agathónovi říkali, že nějací lidé se doslechli, že má velké umění rozlišovat, a přišli k němu. Chtěli ho vyzkoušet, jestli se umí hněvat, a tak mu řekli: „Ty jsi Agathón? Slyšeli jsme o tobě, že jsi smilník a pyšný člověk.“ On jim řekl: „Ano, jsem.“ Pak se ho zeptali: „Ty jsi Agathón? Ten žvanil a pomlouvač?“ On jim řekl: „To jsem.“ A zas mu řekli: „Ty jsi ten heretik Agathón?“ A on jim odpověděl: „Heretik nejsem.“ I zeptali se ho: „Pověz nám, proč sis nechal líbit tolik věcí, co jsme o tobě říkali, ale tohle označení nesneseš?“ On jim řekl: „To první si přisvojuju, protože je to prospěšné mé duši, ale nechat si říkat heretik, to znamená odloučení od mého Boha, a já nechci být od svého Boha odloučen.“

Když to slyšeli, podivili se nad jeho rozlišováním a odešli povzbuzeni.⁷²

Abba Agathón uměl rozlišit, kdy se má projevit oprávněný hněv. Dokud byl považován za hříšníka, který hřeší, ale nepopírá Boha – naopak mu věří, tak se nebál stát v řadě hříšných lidí, kteří byli před ním a po něm. Vždyť Kristus přišel spasit hříšné, nikoliv bezhříšné. Ale pokud by měl být považován za člověka, který popírá Boha, za člověka, který odmítá spasení, tak to odmítl a již se ozval. Takové mlčení by již s pokorou nemělo nic společného.

Otcové pouště byli v pohledu na hříšníka velmi důslední.

Jeden bratr se zeptal abba Poimena: „Co to znamená bezdůvodně se rozhněvat na svého bratra?“ Stařec odpověděl: „Když tě tvůj bratr čímkoli poškodí, dokonce když ti vydloubne pravé oko a ty se na něho rozzlobíš, hněváš se bezdůvodně. Jestliže tě však chce někdo odloučit od Boha, na toho se rozhněvej.“⁷³

Pouštní otcové nám ukazují, že při pohledu na špatné a hříšné skutky musíme jít hlouběji ke Kristově lásce. Jinými slovy, otcové pouště si dokázali přiznat, že jsou při pohledu na hřích hněviví, protože se na čin hříšníka nedokáží dívat očima Krista, že se ještě jejich oči neproměnili v láskyplné oči Kristovy. Je třeba rozlišovat mezi hříchem a hříšníkem. Jediný moment, před kterým je třeba se bránit a skrze hněv mobilizovat síly

⁷² *Apothegmata: výroky a příběhy pouštních Otců.* Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiákonství sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2005. Pietas benedictina. ISBN 80-86882-01-2., II, X, 12, str. 10-11

⁷³ *Tamtéž*, II, X, 67, str. 22

na obranu, je okamžik, kdy by nás chtěl někdo odvést od Boha, a tak i od našeho spasení. Otcové pouště si uvědomují, že hněv je fenomén, který má svoji strukturu:

Stařec řekl: „Svár vydává člověka hněvu, hněv zaslepenosti, a zaslepenost způsobuje, že spáchá jakékoli zlo.“⁷⁴

Důležitý je v tomto příběhu poznatek, že hněv je spojen s rozděleností a hněv vždy „zkracuje“ náš duchovní zrak.

Dále otcové pouště napříč všemi tématy připomínají, že člověk je člověkem, nikoliv andělem:

Ještě řekl o zášti: „vůbec se nehádat, nikoho nezarmoutit a kvůli nikomu se nezarmoutit sám, to je možné je u andělů. Vlastností dobrých zápasníků je znepokojovat se jen trošku a hned se usmiřovat. Zato, kdo se znepokojuje nebo se kvůli někomu trápí delší dobu, ba kdo uchovává zármutek nebo hněv i na jeden den, ten se bratří s démony. Nemůže totiž poprosit o odpuštění hříchů ani ho od Boha dostat, dokud sám neodpustí svému bratrovi, i kdyby on proti němu nezhřešil.“⁷⁵

Zde je vidět, že otcové pouště rozlišovali hněv, který se kupí uvnitř člověka a má tendenci růst, a připomínají zásadu evangelia, že člověk nemá nechat nad svým hněvem slunce zapadnout (Ef 4:26). Z narativu je patrné, že pro fenomén hněvu je také zásadní čas – doba trvání hněvu.

4.2. Porovnání a interpretace u různých autorů

Kardinál Tomáš Špidlík definuje hněv jako „vršení hněvivé části člověka“. Tato definice pochází od Seneky a převzal ji také Evagrius. Jedná se o hnutí v člověku. Kardinál Špidlík uvádí, že hněv i smutek mají podobnost v tom, že mají rozměr přirozený i rozměr, který jde proti přirozenosti člověka. Z tohoto důvodu je třeba umět rozlišovat typy hněvu.

⁷⁴ *Apothegmata: výroky a příběhy pouštních Otců*. Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiákonství sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2005. Pietas benedictina. ISBN 80-86882-01-2., II, X, 180, str. 42

⁷⁵ *Tamtéž.*, II, XV, 123

S odvoláním na Evagria Tomáš Špidlík vyjmenovává 4 důsledky, které působí hněv:

1. Celý den zneklidňuje
2. Vyvolává vzpomínku na toho, kdo nám ublížil
3. Je příčinou špatných snů
4. Brání nám v kontemplaci a modlitbě
5. Vede člověka do izolace

Jednou z hlavní příčin vzniku hněvu je vzpomínka na urážku a to, že se nadřazujeme nad ostatní. Léky na hněv jsou: dobrá muzikoterapie (zpěv žalmů), ctnost trpělivosti a milosrdný postoj člověka.

Václav Ventura zmiňuje hněv v souvislosti s akédií a na jejím demonstrativním příkladu ukazuje, jak otcové pouště pracovali s černými myšlenkami, s personifikovanými démony. Akédie je komplexní fenomén a hněv se u ní projevuje ve vztahu k frustraci z opakované neschopnosti mít svůj život ve vlastních rukách.

Anselm Grün poukazuje na to, že hněv má zpravidla předmět či osobu, na kterou je zacílen. Nemůže být hněv sám o sobě, ale vždy k někomu či něčemu směřuje. Na hněvu je nejvíce patrná síla myšlenky ve spojení s fantazií, protože obraz člověka, který postiženého zranil či mu uškodil vyvolá v jeho duši velkou emoční reakci. Anselm Grün uvádí psychosomatický rozměr hněvu, neboť má-li hněv delší časové trvání, tak se mění v nevraživost, až čirou nenávist a může člověku vstupovat až do snů a způsobovat „bušení srdce“. Takto hněv člověka oslabuje. „*Člověk přijímá mnohem méně potravy. Je pak bledý a stále silněji ho v noci trápí sny, v nichž je napadán jedovatými šelmami.*“⁷⁶ Obraz postiženého stále pronásleduje – při jídle, při snění, a především při modlitbě. Tak postiženého pomalu užívá, on je sžírán a polykán hněvem.

Hněv u člověka také způsobuje to, že jeho mysl zahlcuje negativní nevědomí. Anselm Grün roli nevědomí ve vztahu k hněvu velmi zdůrazňuje a doporučuje, že je třeba před spaním svůj hněv odložit, aby se neukládal do nevědomí člověka a ráno se pak neprojevoval v podobě nespokojenosti. „*Je-li nevědomí infikováno hněvem, ztrácí člověk nad sebou kontrolu a je hněvu vydán napospas bez jakékoli ochrany.*“⁷⁷

⁷⁶ GRÜN, Anselm. *Nebe začíná v tobě – Moudrost otců pouště*. Přeložil Jiřina ŠTOURAČOVÁ. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0351-3., str. 57

⁷⁷Tamtéž., str. 64

Na druhé straně Anselm Grün hodnotí hněv také jako pozitivní sílu proti pokušení a negativním myšlenkám. „*Když mohu cítit zlost na toho, kdo mě zranil, dokážu se distancovat a jsem schopen rozlišit mezi problémy svými a toho druhého.*“⁷⁸

Marie Ancilla také rozlišuje hněv na dobrý a špatný. Dobrý hněv charakterizuje tak, že vystupuje proti nám samotným, proti našim špatným sklonům – dává nám schopnost rozzlobit se na sebe samého. Tento hněv ovšem není až tak častý. Povětšinou je v hněvu člověka neřest, na kterou si člověk nakonec zvykne natolik, že se svým hněvem již nic nedělá. Hněv je natolik silná emoce, že člověka rozgestikuluje a může člověkem až otřásat.

Hněv má svůj zdroj v domněnce, „*že člověk má právo použít tuto neřest pro zjednání spravedlnosti.*“⁷⁹ Hněv je klamný v tom, že se snaží obhájit nebo bránit dobro, ale ve skutečnosti je v něm obsažené vlastní sebeuspokojení, a tak hledá pomstu. Ve vztahu k bližním hněv neslouží k tomu, aby uzdravil bližního, ale slouží k uspokojení naší netrpělivosti s jeho chybami. Marie Ancilla připomíná, že člověk nemůže v srdci uchovávat hněv právě kvůli čistotě svého srdce.

Člověk je hněvivý, protože chce mít něco sám, místo aby se o to dělil s bližním. Dále se člověk může povyšovat nad druhé, protože se tak sám staví do role moudřejšího a zkušenějšího. Dále jako příčinu hněvu označuje lež – buď se člověk setká se lží, anebo je lhář odhalován jako lhář a tomu se člověk přirozeně brání hněvivou reakcí.

Hněv je podle Marie Ancilli ukryt v nás: to se ukazuje, když nám někdo poví nepříjemná pravdivá slova. Pokud je člověk pokorný, tak přijme tato slova jako možnost dozvědět se něco o sobě. V jiném případě se rozhněvá.

Marie Ancilla uvádí čtyři etapy hněvu:

1. Rozrušení
2. Hněv
3. Živé pohnutí (člověk zpyšní a stane se zpupný, již vnímá jen sám sebe)
4. Vzpomínka na křivdu nebo zášť

⁷⁸Tamtéž., str. 64-65

⁷⁹ MARIE-ANCILLA. *Ve škole otců pouště*. 2. vyd. Přeložil Terezie BRICHTOVÁ. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2012. Orientace (Karmelitánské nakladatelství). ISBN 978-80-7195-586-3., str. 123

Joël Pralong si na rozdíl od jiných autorů všimá tohoto aspektu hněvu: dialog myšlenky hněvu se projevuje „*dlouhým vnitřním monologem, ve kterém si dotyčný neustále přemílá zraňující scénu.*“⁸⁰ Vytvoří se jakási opakovaná časová smyčka dané události.

Pavel Evdokimov se na hněv dívá jiným pohledem a předkládá schéma založené na psychologii náboženství:

1. Jednota lidského bytí, která je narušitelná a nestálá
2. Ostrý střet mezi duchovním a empirickým
3. Konečná integrace

Hněv Pavel Evdokimov umísťuje do druhé fáze lidského náboženského prožívání na rovině psyché. Tvář Boha Otce pomalu přechází ve ztrápenou tvář Boha Syna na kříži a člověk začíná především poznávat bolest a tíhu svého vlastního kříže. Tento kříž „*je sbit z našich slabostí, z našich upachtěných rozběhů, a hlavně z našich hlubokých temnot, v nichž se zdvihá němý odpor a zahnívá nepřiznatelná a spoluvinná ošklivost, zkrátka z celého komplexu, jímž je právě teď moje skutečné já.*“⁸¹ Tento proces Evdokimov vysvětluje narativem, kdy anděl dovede jednoho upřímného a rozzlobeného člověka ke hromadě křížů a vybídne ho, aby si jeden vybral. Ten člověk si vybere ten nejmenší a nejlehčí a nakonec zjistí, že je to právě ten jeho kříž. Z nepřijetí kříže svého života vzniká hněv, který stojí za mnohými jinými projevy hněvu. Ovšem tento vnitřní kříž nás vede k tomu, abychom přijali sami sebe jako člověka a také i sami sebe milovali.

Na druhou stranu Evdokimov poukazuje na egocentrismus člověka jako zdroj vnitřní vzpoury, z níž vyvěrá hněv. Ovšem Evdokimov nezůstává na rovině psyché, ale za zdroj veškeré hněvivé vzpurnosti označuje událost o prvním padlém andělu – o prvním egocentrikovi ve stvoření – Luciferovi. Odkazuje se na Řehoře Naziánského, který poukazuje na to, že satana urazilo to, že udělal Bůh člověka ke svému obrazu. Evdokimov připomíná, že obdobně je tomu se satanem i v islámu. Následně Evdokimov odkazuje na Solovjovova Antikrista, který si svoji démonickou přirozenost uvědomuje ve chvíli, „*kdy pocítí nemožnost padnout a klanět se něčemu jinému než sám sobě.*“

⁸⁰ PRALONG, Joël. *Pryč s černými myšlenkami*. Praha: Paulínky, 2012. Klíč (Paulínky). ISBN 978-80-7450-066-4., str. 28

⁸¹ EVDOKIMOV, Pavel Nikolajevič. *Epochy duchovního života: od pouštních Otců do našich dnů*. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, c2002. Studie (Refugium Velehrad-Roma). ISBN 80-86045-94-3., str. 76

Docházíme zde ke zdroji hříchu a k vysvětlení cíle askeze: zlomit pýchu a učinit z pokory neochvějný základ lidského ducha: Nechat se rozemlít mlýnskými kameny pokory, abychom se stali sladkým chlebem, příjemným našemu Pánu.“⁸²

Na tématu hněvu autoři často vnímají jeho psychosomatický rozměr. Neřest hněvu je natolik silná, že má až fyziologické následky, a lze tedy vidět, že výše zmíněná struktura černých myšlenek není jen teoretická, ale praktická. Nelze tedy oddělovat myšlenku od těla. Autoři častěji uvádějí strukturu vzniku hněvu, ale ta se také liší v důrazech, především v časových. Velmi dobře a krátce to vystihuje Joël Pralong, který s hněvem spojuje dlouhý vnitřní monolog, ve kterém si člověk přemítá konkrétní scénu. Pavel Evdokimov zdůrazňuje přirozenou iluzi a deziluzi duchovního života, kdy během deziluzí člověk prožívá hněv, který je ovšem přirozený. Následně poukazuje na egocentrismus, který způsobuje hněvivost člověka, a na rozdíl od jiných autorů nezůstává na rovině psychologické, ale upozorňuje, že hněv lze spatřit již na rovině duchovní u Lucifera.

V následující části o hněvu se na podkladě knihy *Hněv* od Garyho Chapmana podíváme na dvě základní dynamiky hněvu.

Gary Chapman na základě obrazu o odstřelu domů poukazuje na to, že jsou dvě destruktivní síly v člověku. Když je odstřelován dům, tak může dojít k explozi, kdy je materiál vymrštěn do okolí, anebo může dojít k explozi, kdy se materiál zhroutí dovnitř. Obě tyto varianty se z vnějšku jeví jako exploze, ale rozdíl je v tom, co se stane s materiálem, který je při explozi destruován.

Člověk, jehož hněv má explozivní charakter, způsobuje, že jeho jednání odhání lidi kolem něho, jako když po explozi lítají různé trosky materiálu vzduchem. To se může dít křikem, boucháním, rozbíjením věcí a v horším případě násilím. Teprve až hrozba ztráty milovaného člověka může hněvivého člověka donutit vyhledat odbornou pomoc. Gary Chapman upozorňuje, že hněvivý člověk nejen zraňuje lidi kolem sebe, ale také sebe samého. Hněvivý člověk může následně litovat toho, co se stalo. Postupně se dostává do spirály hněvu a lítosti, kterou si ani nemusí uvědomovat. Mezitím se může

⁸²Tamtéž, str. 170

propadat do větší a větší izolace, neboť se mu druzí lidé budou tiše vyhýbat, a osamělost jeho spirálu hněvu a lítosti ještě více prohloubí.

Zvláštním poznatkem Garyho Chapmana je, že nedoporučuje, aby se hněvu dával volný průchod:

*Když se člověk „rozběsí“ zvedne se tím jeho sportovní výkon? Ne, odpovídá psycholog, který pracuje s olympijskými sportovci: výzkum naznačuje, že hněv a agrese bývají ve skutečnosti spojeny s...pocitem porážky. Když dáme hněvu volný průchod, nevede to v rozporu s tím, čemu se kdysi věřilo, k uvolnění, ale k ještě většímu hněvu.*⁸³

Gary Chapman poukazuje na to, že při odstřelu budovy tak, aby výsledkem byla imploze, se výbušniny dávají dovnitř konstrukce budovy, která má být odstraněna. Gary Chapman rozlišuje také implozivní typ hněvu, který je velmi těžké poznat, neboť je ukládán v člověku. Gary Chapman poukazuje na to, že mnozí křesťané odmítají explozivní typ hněvu, ale již neberou v úvahu, že implozivní hněv je stejně destruktivní. Tento hněv začíná mlčením a uzavřením se do sebe (dobrovolnou izolací od druhých).

Tento hněv má tři složky:

1. Popření
2. Uzavření se do sebe
3. Zádumčivost

Lidé, kteří mají sklon k tomuto hněvu, nejprve popřou, že se hněvají. Gary Chapman upozorňuje na to, že k tomuto hněvu mají blízko lidé, kteří se pohybují v prostředí, kde není dovoleno se hněvat a ani o hněvu mluvit či o něm přemýšlet. Zvláště to může být typické pro lidi, kteří se pohybují ve společenstvích, kde se hlásá láska k bližnímu. Dochází k tomu, že lidé svoji emoci označují jinými slovy – například: „vyvedení z míry“. Popřením se hněv neodstraní, naopak je odložen na pozdější dobu, dokud nedojde u člověka k implozi. K takovému odkládání může docházet na základě toho, že si člověk myslí, že to „časem přejde“. Hněv je ovšem propojen s pamětí a se vzpomínkou. Čas učiní to, že hněv je na chvíli „uložen ke spánku“, ale čas ho také

⁸³ CHAPMAN, Gary D. *Hněv: proč se hněváme a co s tím můžeme udělat*. Praha: Návrat domů, c2009. ISBN isbn978-80-7255-192-7., str. 68 (Gary Chapman se odkazuje na slovníkové heslo v Merriam-Webster's Collegiate Dictionary, 6. vyd., heslo „anger“)

probudí ve chvíli, kdy se spojí s nějakou vzpomínkou na nespravedlnost druhého člověka – zvláště člověka, kterého máme (či jsme měli) rádi a který nás zranil.

U člověka se pomalu mění chování a stává se pasivně-agresivním. Hněv se přesune do „ilegality“ a více do nevědomí. To se projevuje tím, že člověk si tento hněv vybije jinde nebo na někom jiném. Toto je například běžně známé ze situace šéf-zaměstnanec – rodina-zaměstnanec. Daleko větší roli také má psychosomatický rozměr implozivního hněvu, protože takový člověk žije ve stálém vnitřním nepokoji a stresu, což má vliv na jeho zdravotní stav.

Implozivní druh hněvu pak začne v člověku žít vlastním životem. Zde se Gary Chapman přibližuje k termínu Václava Ventury *o přemítání srdce nad negativní myšlenkou*.

„V myslí člověka se původní scéna, při níž došlo ke křivdě přehrává stále znovu jako videokazeta. Vidí výraz dotyčné osoby, slyší její slova, cítí, v jakém duchu jednala. Znovu prožívá události, které v něm vyvolaly emoce. Opětovně si přehrává psychologické nahrávky s vlastní analýzou dané situace.“⁸⁴

Největším problémem je, že tento proces se děje v osamělosti, kdy člověk o tom s nikým nekomunikuje. Pokud se tento proces nezastaví, tak u člověka může dojít k emocionálnímu zhroucení nebo se u něj dostaví deprese. Tento hněv se nakonec může proměnit v nenávisť, tedy v situaci, kdy člověk je paralyzován ve své schopnosti odpouštět.

Nakonec u člověka dojde k implozi, která je ovšem, jak jsme uvedli na začátku, také explozí, při které může udělat čin, který by jinak nikdy nespáchal. Gary Chapman také upozorňuje a rozlišuje, že sám hněv hříšný není, ale je hříšné, když mu člověk dovoluje, aby v jeho nitru žil a stal se tak na základě procesu personifikace démonickým. Sám uvádí slova evangelia a po způsobu metody Evagria Pontského připomíná slova apoštola Pavla, že nemáme nechat zapadat slunce nad naším hněvem (Ef 4:31; Ko 3:8).

Gary Chapman dochází k tomu, že *„Bůh určil lidský hněv k tomu, aby nás podněcoval ke konstruktivnímu jednání, když se setkáme s něčím nesprávným nebo křivdou.“⁸⁵*

⁸⁴ CHAPMAN, Gary D. *Hněv: proč se hněváme a co s tím můžeme udělat*. Praha: Návrat domů, c2009. ISBN isbn978-80-7255-192-7., str. 71

⁸⁵Tamtéž, str. 23

Zároveň poukazuje na to, že je hněv pro člověka matoucí, neboť se v nás většinou projeví, když se neděje něco podle naší představy. Může se zdát, že se tu mísí sobectví člověka s hněvem, který navíc člověka skutečně pohltí a ovládne, takže do hněvivosti je zapojen člověk cele. Co na tom tedy může být dobrého?

Gary Chapman uvádí pohled na Boží hněv na základě Písma svatého. Bůh není závislý na svých emocích jako člověk, ale na jeho hněvu se ukazuje, co to znamená hněvat se, když je porušována spravedlnost. Bůh se projevuje skrze své proroky – zvláště je to vidět u Jeremiáše, který měl prorokovat zkázu Izraele. Boží hněv má svůj charakteristický projev. Bůh nejedná tak, že by se rozhněval a nechal něco či někoho zničit, ale vždy oznámí tomu, kdo přestupuje jeho přikázání lásky, že veškeré zlo a hanebnost bude potrestána. Dalším krásným příkladem je prorok Jonáš a Ninivané. Ti skutečně konali pokání a Boží hněv ustoupil od nich.

Boží hněv je ztělesněn také u Ježíše Krista. Ježíšův hněv se především projevil v Jeruzalémském chrámě, když spatřil, jak obchodníci kupují a prodávají zvířata k obětování (Mt 21:13). Nechtěl, aby se z domu jeho Otce stal market, tržiště. Když jeho učedníci viděli Ježíšův hněv v kontextu chrámové události, tak si dokonce vzpomněli na slova žalmu 69:10, kde je psáno, že horlivost ho pro dům Boha stráví. Tedy, že se rozčílí natolik, že se neovládne a projeví se.

Dále lze Ježíšův hněv, byť již ne afektovaný, sledovat při jeho různých setkáních s farizeji, kteří ho stále zkoušeli a testovali. Oni Ježíše svým tvrdým a povrchním chováním neustále popuzovali, neboť proti němu či těm, kteří jim byli svěřeni, jednali nespravedlivě.

Otcové pouště pracovali s hněvem v kontextu Ježíšova jednání, neboť se všechnu askezi snažili směřovat k tomu, aby lépe milovali bližního a aby v nich bylo lépe vidět, že jsou obrazem Božím. Takové jednání má člověku dodat sílu, aby se snažil změnit nespravedlnost, která se děje, a zároveň snášel odpor, na který by narazil. Takovým klasickým příkladem může být snaha o zrušení otroctví, kdy se jedni snažili postavit proti nespravedlnosti a druzí této snaze odporovali, neboť by to znamenalo škodu pro ekonomické zázemí. Otroctví by nemohlo být odstraněno, kdyby se nad ním někdo nepohoršil a nerozhněval se nad touto nespravedlností.

Hněv sám o sobě je neutrální, ale v kontextu jednotlivých lidských životů může mít odstín lásky nebo nekontrolovaného afektu či nenávisti. Hněv má v sobě i jiskru něčeho božského, neboť i Bůh se hněvá nad nespravedlností a rozdělením. Hněv je také spojen s pudem sebezáchovy, a tak pokud něco člověka ohrožuje na životě (nejen fyzicky, ale také ekonomicky), tak se hněvá a začíná mít obranný postoj. Problémem je vždy stav, kdy se hněv člověka zmocní natolik, že ho člověk již nedokáže zastavit, a tak je paralyzován ve své schopnosti odpustit. V této fázi se jeho prvotní spravedlivý hněv může změnit v nenávist a nekontrolovanou agresi.

5. Akédie

V této části práce bude představen duchovní fenomén akédie. Opět jsou uvedeny vybrané narativy tak, aby bylo vidět plastický rozměr akédie. Následně budou využity komentáře vybraných autorů pracujících se spiritualitou pouště a s tímto fenoménem.

Akédie je především komplexní a multifaktoriální fenomén. Jednoduše se dá říci, že člověk, který není pod vlivem akédie, má nad svým životem kontrolu a má svůj život ve svých rukách. Je to on, kdo dává svému životu směr. Naopak člověk, který je pod vlivem akédie, nemá nad svým životem kontrolu a je to život, kdo dává směr člověku. Jinak řečeno, takový člověk je vláčen životem vpřed bez své aktivní účasti.

5.1. Vybrané narativy apofthegmat o akédii

Akédie má především duchovní rozměr. Pokud začne akédie působit, tak se to projevuje velmi prakticky. Jeden příběh poukazuje na zajímavý fenomén ve vztahu k duchovnímu rozměru člověka a akédie.

Abba říkával, že ďábel podporuje plané řeči a odporuje každé duchovní výuce. Dokládal to takovýmto příkladem. „Když jsem mluvil k nějakým bratrům o duchovním prospěchu, přepadl je tak hluboký spánek, že ani víčky nehýbali. I chtěl jsem odhalit to ďábelské působení, a tak jsem něco jen tak plácl, a při tom se hned radostně probrali. Tak jsem řekl: „Doted' jsme mluvili o nebeských věcech a oči vás všech se zavíraly spánkem, a když mi uklouzlo plané slovo, všichni jste se čile vzbudili. Proto vás, milí

přátelé, prosím, abyste rozpoznali působení zlého démona a dávali si na sebe pozor a chránili se před dřimotou, když děláte nebo posloucháte něco duchovního.“⁸⁶

Akédie na tomto příběhu velmi dobře vyniká. Pokud bychom tento duchovní rozměr nevnímali, tak by se jednalo pouze o prokrastrinaci, jak uvidíme v pozdější kapitole. Jinak vyjádřeno, pokud prokrastinace začíná omezovat i náš duchovní rozměr života, tak se z ní stává akédie. Je dobré připomenout, že poznat akédii u člověka mohou i jiné náboženské tradice, neboť se jedná o jev, který působí na všechny, kdo se snaží o dobro samo a o přiblížení se Bohu, který je jediný a Bohem všech.

Pro akédii je charakteristické, že nás chce paralyzovat v našem úsilí, především v úsilí konat dobro a v úsilí vést ctnostný a duchovní život. Pouštní otcové na toto téma mají více variant příběhů. Zde je uvedena jedna z nich:

*Jeden stařec řekl: „Neděláme pokroky, protože neznáme svou míru a nemáme vytrvalost v započatém díle, ale chtěli bychom získat ctnost bez námahy.“*⁸⁷

Otcové pouště ve svých narativech připomínají, aby člověk pamatoval na to, že k velkým věcem je třeba dělat malé činnosti:

*Když kdysi svatý abba Antónios sídlil na poušti, propadl duchovní omrzelosti a velmi temným myšlenkám. Řekl Bohu: „Pane, já chci dosáhnout spásy, ale ty špatné myšlenky mi to nedovolí. Co mám dělat v tomhle svém trápení? Jak dosáhnu spásy?“ Pak vyšel ven a uviděl tam kohosi, kdo seděl jako on a pracoval, pak vstal od práce a modlil se a zase si sedl a vyráběl provaz a potom zase vstával k modlitbě. Byl to anděl Páně, který byl poslán, aby Antónia napravil a upevnil. I zaslechl hlas toho anděla: „Takto jednej a budeš spasen.“ Když to Antonios uslyšel, dostal velkou radost a odvahu a jednal tak, a byl spasen.*⁸⁸

Dalším častým tématem ve vztahu k akédii, který se u pouštních otců vyskytuje, je důraz na to, aby člověk pamatoval na svoji konečnost, neboť člověk podléhá iluzi, že na

⁸⁶ *Apothegmata: výroky a příběhy pouštních Otců.* Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiákonství sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2005. Pietas benedictina. ISBN 80-86882-01-2., II, XI, 48, str. 50

⁸⁷ *Apothegmata: výroky a příběhy pouštních Otců.* Vyd. 2., opr. Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiákonství sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2009-. Pietas benedictina. ISBN 978-80-86882-12-3. I, VII, 30, str. 109

⁸⁸ *Apothegmata: výroky a příběhy pouštních Otců.* Vyd. 2., opr. Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiákonství sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2009-. Pietas benedictina. ISBN 978-80-86882-12-3. I, VII, 1, str. 103

tomto světě bude nekonečně. Akédie, jak jsme výše uvedli, má duchovní rozměr. Člověk zapomíná, že po smrti bude peklo nebo nebe.

Jeden stařec dostal otázku: „Proč trpím duchovní omrzelostí, když pobývám v kelle?“ Odpověděl: „Protože jsi dosud neviděl ani obávaný trest, ani očekávaný odpočinek. Kdyby sis totiž toto uchovával pilně na očích, kdyby se tvá kella plnila červy, takže bys v nich vězel až po krk, nezůstalo by po omrzelosti ani stopy.“⁸⁹

Jiný příběh:

Stařec řekl: „Když má člověk hodinu, co hodinu před očima smrt, přemůže ochablost.“⁹⁰

5.2. Porovnání a interpretace u různých autorů

Kardinál Tomáš Špidlík poukazuje na to, že termín akédie získávala v průběhu času a u jednotlivých autorů více významů. Můžeme tedy říci, že se jedná o termín dynamický. Zatímco u svatého Antonína Velikého má význam klasický ve smyslu nedbalosti, nedostatku zájmu a lhostejnosti, tak u Evagria se jedná spíše o únavu, sklíčenost, smutek atd. Dále Tomáš Špidlík poukazuje na to, že koptští překladatelé toto slovo překládají jako únava srdce a syrští překladatelé jako sklíčenost ducha. Slované akédii překládali jako únava, vyčerpanost. Zajímavostí je, že v latině se používalo slovo *taedium*.

Proto Kassián zachovává řecký výraz *acedia*⁹¹.

Tomáš Špidlík poukazuje na to, že Evagrius jako první označil démona únavy, jakožto „poledního démona“. Tento démon nejčastěji útočí mezi 10:00 a 14:00 hodinou. Je důležité podotknout, že tento čas byl stanoven v kontextu pravidelného mnišského života a modlitby!

Václav Ventura se akédii věnuje velmi detailně, neboť na ní ukazuje proces černých myšlenek. Zároveň si všímá, jak akédie je propletena se smutkem a hněvem. Kořenem slova akédie je *kédos*, což znamená „smlouva, příbuzenství“. Akédii doprovází smutek,

⁸⁹ *Tamtéž*. I, VII, 35, str. 113

⁹⁰ *Apothegmata: výroky a příběhy poustních Otců*. Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiocésie sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2008. Pietas benedictina. ISBN 978-80-86882-10-9. III, XXI, 40, str.71

⁹¹ ŠPIDLÍK, Tomáš. *Spiritualita křesťanského Východu: systematická příručka*. Vyd. 1. (v nakl. Refugium). Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, 2002. ISBN 80-86045-84-6., str. 328

který člověku způsobuje úzkost a zoufalství a jeho vinou člověk následně ztrácí orientaci. Václav Ventura poukazuje na to, že akédie rozleptává lásku člověka. Člověk má milovat a všechny zápasy člověka mají směřovat k tomu, aby se v lásce k Bohu a lidem zlepšoval. Václav Ventura vychází z Evagriova pohledu na akédii, ale také odkazuje na psycholožku Anne Maguirovou a její publikaci *Stíny duše*, a tak současně reflektuje psychosomatickou rovinu člověka. Akédie se užívá ve spojení se srdcem, tedy jinak řečeno, jejím kontextem je vždy lidské srdce.

Václav Ventura poukazuje na to, že akédie je iracionálním fenoménem. To se projevuje tak, že „člověk spoutaný akédii, nežije tím, čím žít může, ale touží po tom, co je zcela mimo jeho dosah a možnosti“.⁹² Člověk se dostává do spirály frustrace a hněvu a tato sestupná spirála člověka přivádí až do deprese. Pro akédii je charakteristické, že napadá celou duši a dusí rozum a vede k dezintegraci směřování člověka. Václav Ventura si všímá, že jistou analogií k tomuto stavu je „sartrovský hnus a nevolnost z existence“.⁹³ Dále je s tím spojen jistý minimalismus a zanedbávání sebe samého.

Akédii u člověka lze rozpoznat tak, že dotyčný člověk má chuť žít mimo sebe, ale nikoliv tam, kde je. Má výhrady k místu, kde žije a pracuje, k lidem, se kterými je, k podmínkám, ve kterých žije. Toto se ještě více projeví, pokud jsou podmínky dotyčného života objektivně kvalitní a jeho spolubratři ho mají rádi, a on přesto potřebuje odejít. Tak se projevuje vnitřní neklid navenek. Václav Ventura si všímá toho, že akédie není spojena jen s nečinností, ale také s velkým aktivismem, workoholismem, který má příkrýt prázdnotu sebestřednou prací pro druhé.

Popis akédie:

Zrak toho, kdo je v akédii, hledí nepohnutě k oknu, v duchu touží, aby někdo přišel. Zavržou-li dveře, vyskočí. Zaslechne nějaký hlas a běží k oknu a neodejde od něho, dokud téměř nezuhne, a pak si sedne. Když čte, často zívá a snadno usíná. Mne si stále oči, protahuje se a pak svůj zrak od knihy odvrací a zírá do zdi. Pak si zas třeba něco přečte, listuje v knize, aby zjistil, kdy už to skončí, a tak ubíjí čas. Počítá stránky, listy,

⁹² VENTURA, Václav. *Spiritualita křesťanského mnišství*. Praha: Benediktinské arcidiákonství svatého Vojtěcha a svaté Markéty v Břevnově, 2006. Pietas benedictina. ISBN 80-86882-02-0. str. 164

⁹³ Tamtéž, str. 164

*kritizuje písmo a ornamentaci. Nakonec knihu zavře, dá si ji pod hlavu a usne, spánek ovšem není hluboký, protože ho probudí hlad a je nucen se o sebe starat.*⁹⁴

Václav Ventura uvádí případ z klinické praxe Maguirové, která se starala o studentku, která prožívala hluboké nechutenství ze života a svého studia. Přestože u ní diagnostikovala depresi, tak se její stav nelepšil.

Léky na akédii jsou jednoduché a vyplývají z řeckého pohledu na člověka. Rozum se má léčit poznáváním, vášnivost láskou a žádostivost zdrženlivostí. Dále je také potřeba odvahy se tomuto démonu akédie postavit a vytrvat v zápase.

Jedním velikým rozměrem boje proti akédii je práce. Nemusí jít o velkou práci, ale musí být pravidelná, a pokud možno s okamžitě viditelnými výsledky, aby se z ní člověk mohl radovat.

Václav Ventura uvádí jako další lék půst, neboť otcové pouště si uvědomovali psychosomatický rozměr člověka a jako jádro mnohých problémů označovali první vášeň, tzv. *gastrimargii*. Následně s tím souvisí láska k sobě samému, kdy nám egocentrismus brání milovat druhé. Tato sebeláska je nepokojná, úzkostná, probouzí smutek a přináší pocit prázdnoty a nenaplněnosti. Václav Ventura upozorňuje, že již prvotní hřích byl způsoben žádostivostí očí. Eva pohleděla na jablko poznání dobrého a zlého... půst, zdrženlivost osvobozuje spoutanou mysl z otroctví akédie.

Anselm Grün zdůrazňuje to, že akédie je úzce spojena s nitrem člověka, neboť člověka rozkládá zevnitř. Akédii definuje jako „*neschopnost prožívat současný okamžik*“.⁹⁵

A to do takové míry, že člověk nedokáže prožívat ani nicnedělání. Jejím charakteristickým vyjádřením podle Anselma Grüna je útek před realitou: člověk musí být svými myšlenkami stále někde jinde, a pokud něco dělá, tak se dané činnosti nedokáže plně oddat.

Anselm Grün rozlišuje dva typy akédie:

1. Akédii, která působí v poledne (akédie dne)
2. Akédii prostředku života

⁹⁴Tamtéž, str. 166, (Evagr. Pont., Pract. 12 (SC 171, s. 520-527)

⁹⁵ GRÜN, Anselm. *Nebe začíná v tobě: moudrost otců pouště*. Přeložil Jiřina ŠTOURAČOVÁ. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0351-3., str. 58

Zatímco první akédie se projevuje vždy v konkrétní den, tak druhý typ akédie je jakousi únavou ze života a může tedy trvat více dní.

Anselm Grün si všímá společenského rozměru akédie na mládeži, která musí hledat stále silnější a agresivnější impulzy, aby cítila, že žije. „*Kdo není schopen sám žít, musí žít na úkor druhého, musí druhého zraňovat, aby sám cítil, že žije.*“⁹⁶ Akédie může mít také pozitivní rozměr. „*Neklid mě má osvobodit od iluze, že se sám svou kázní mohu zlepšit a zvládnout vše.*“⁹⁷ Neklid poukazuje na skutečné vnitřní síly člověka a dává mu pocítit jeho vlastní bezmoc. Pokud člověk dokáže přijmout sebe jako bytost limitovanou, tak mu to může přinést pokoj.

Anselm Grün jako pomoc v akédii navrhuje toto:

1. Antirrhethickou metodu od Evagria Pontského – tedy na pokušení odpovídat slovy Písma svatého.
2. Metodu vzpomínání – na to, že už jsme si nějakými boji prošli a z nich jsme vyšli, - zvláště na naše vítězství s vášněmi.
3. Kontemplaci – udělat si čas, abychom mohli spočinout v Boží přítomnosti a vnímat ji (např.: adorace)
4. Věnovat svým vášním a myšlenkám pozornost, abychom v nich mohli poznat to pozitivní a získat od nich odstup. „*Nejsme to totiž my, kdo tyto myšlenky myslí, ale ony k nám přicházejí zvenčí. Toto rozlišení mezi námi jako osobami a myšlenkami, které do nás proudí, nám dává první most s těmito myšlenkami správně zacházet.*“⁹⁸

⁹⁶GRÜN, Anselm. *Nebe začíná v tobě: moudrost otců pouště*. Přeložil Jiřina ŠTOURAČOVÁ. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0351-3., str. 59

⁹⁷Tamtéž., str. 65

⁹⁸Tamtéž., str. 67

Marie Ancilla na akédii nahlíží jako na lenost, která je ve vztahu k smutku. Slovo lenost používá, protože je v našem běžném jazyce nejbližším označením pro termín akédie. „*Vlastní výraz pro tuto nemoc je acedia. Zahrnuje lenost, vlažnost, depresi, ztrátu odvahy, nechut' k Božím věcem. Stejně jako smutek je spojena s frustrací, s pocitem prázdna. Ale jejím hlubokým pramenem je sobecké soustředění na sebe.*“⁹⁹ Marie Ancilla analyzuje tuto sebelásku jako zdroj ostatních příznaků akédie, které se jinak nacházejí u jiných neřestí. Člověk stížen akédií „*je znechucen jednotvárností svého života.*“¹⁰⁰ Duše člověka začne toužit po něčem, co se v jeho životě nenalézá. Člověk vidí chyby u druhých, ale sám je paralyzován cokoliv dělat. Člověk je deprimován. Akédie, jak poznamenává Marie Ancilla, vytváří prázdno v duši a tuto prázdnotu se člověk snaží zaplnit labužnictvím, které se projevuje spánkem a sobeckým aktivismem. To vše je doprovázeno povrchností a útekou od práce. Lékem na akédii je vytrvalost v práci a stálost – člověk má být tam, kde je, a dělat ty povinnosti, které má.

Joël Pralong akédii definuje takto: „*Akedia je druh nudy, omrzelosti, zemdlelosti nebo nechuti následující po velkém životním nasazení.*“¹⁰¹ Pralong akédii více spojuje s životními etapami člověka. Podle něho se akédie dostavuje po dlouhých letech závazků, sebedarování a věrnosti ve vztahu. S odkazem na psycholožku Madelain Delbrélovou Pralong charakterizuje tento typ akédie jako přirozenou součást života, když si všimá, že jistá krize se dostavuje po 10 či 13 letech manželství, profesní kariéry, misionářské služby, křesťanského života.

Pavel Evdokimov akédii určuje na základě psychologie C .J. Junga a všimá si toho, že člověk je paralyzován, pokud zažívá nesmyslnost svého života.

Podle Junga trpí lidi, vyjma klinických případů, tím, že jejich život je zbaven smyslu a pozitivního, tvůrčího obsahu. Člověk se trápí ve své nedostatečnosti, vyčerpává se ve starostech a podle Junga se jeho komplexy velmi podobají démonům. To je brána pro

⁹⁹ MARIE-ANCILLA. *Ve škole otců pouště*. 2. vyd. Přeložil Terezie BRICHTOVÁ. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2012. Orientace (Karmelitánské nakladatelství). ISBN 978-80-7195-586-3., str. 157

¹⁰⁰Tamtéž, str. 158

¹⁰¹ PRALONG, Joël. *Pryč s černými myšlenkami*. Praha: Paulínky, 2012. Klíč (Paulínky). ISBN 978-80-7450-066-4., str.28

pokoušení a asketové znají dobře propasti „hříšného smutku“, jehož koncem je hrozná „acédie“, pocit opuštěnosti nebo nejzazší skleslost zoufalého ducha.¹⁰²

Pavel Evdokimov upozorňuje na to, že náboženský život nemůže člověku pomoci nést tento smutek, neboť lidé často žijí svůj náboženský život povrchně, a tak jejich náboženský život pod tíží tohoto smutku může ztroskotat.

Následně vypovídá o tom, že dnes lidé vnímají jinak slovo hřích. Hřích je nevědomost, vliv sociálního prostředí či nedokonalost. *„Podle definice VI. Ekumenického koncilu je hřích nemoc duše. Podle P. Janeta na druhou stranu platí, že šílenství je ztráta smyslu pro skutečnost.“¹⁰³* Z toho pro Evdokimova vyplývá, že pokud člověk dnes již nerozumí hříchu ani jeho opaku, svatosti, tak je postižen poruchou, formou duchovního šílenství. S odkazem na Pascala Evdokimov říká, že člověk je střed mezi ničím a vším, mezi nicotou a absolutnem. Tato situace ho vede k tomu, že ostře vnímá vlastní omezení a poznání těchto omezení může nahlodávat kořeny jeho života a vést ho k pocitu nesmyslnosti prožívání života, tedy do akédie.

Václava Ventura umí tento složitý fenomén uchopit nejvíce komplexně, neboť akédie je doprovázená smutkem i hněvem a má různé časové trvání. To, jak je akédie komplexním fenoménem, je vidět u Joëla Pralonga a Marie Ancilly, kteří mají tendenci akédii definovat jako lenost či únavu. To ovšem dělají, aby se přiblížili k běžnému jazyku lidí, neboť lidé mezi sebou nemluví o tom, že trpí akédií, ale že jsou líní či unavení. Anselm Grün vyniká v tom, že dokáže vyjádřit tuto komplexnost jednoduchým popisem: člověk ani nemá sílu prožívat nicnedělání. Zajímavým poznatkem je Evdokimovo spojení akédie a pojetí hříchu, což poukazuje na její rozměr nejen psychologický, ale také duchovní.

¹⁰² EVDOKIMOV, Pavel Nikolajevič. *Epochy duchovního života: od pouštních Otců do našich dnů*. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, c2002. Studie (Refugium Velehrad-Roma). ISBN 80-86045-94-3., str. 64

¹⁰³Tamtéž., str. 64

6. Závěr

Cílem práce bylo ukázat na specifické vnímání smutku, hněvu a akédie v apofthegmatech, v narativech otců pouště s psychologickým přesahem, který je implicitně s těmito fenomény spojen. Práce tento cíl splnila, neboť na základě metodologie skrze literární analýzu a didaktickou narativizaci ukázala, jak originální pohled na tyto fenomény mají otcové pouště, kteří ho vnímali (utvářeli) na základě svého metapříběhu následování Ježíše Krista. Je tedy rozdíl nahlížet fenomény smutku, hněvu a akédie bez následování Ježíše Krista a duchovního života nebo v kontextu duchovního křesťanského života a tradice spirituality pouště. Například rozdíl spočívá v tom, že otcové pouště vnímají ve svém duchovním životě smutek, hněv a akédii z pohledu věčnosti, tedy z dlouhodobé perspektivy, zatímco psychologický pohled může mít tendenci tyto fenomény nějakým způsobem ohraničit.

Samotná apofthegmata jsou kolekcí krátkých narativů, které spolu jinak nesouvisí. České překlady jsou tematicky tříděné, ale i tak se fenomény smutku, hněvu a akédie vyskytují v různých tématech apofthegmat a bylo třeba hledat jednotící linii. Z apofthegmat není možné vytvořit restaurovaný obraz o smutku, hněvu a akédii, ale jedná se spíše o mozaiku. Pokud v ní některý kamínek chybí, tak sice mozaika není kompletní nebo nemá rám jako obraz, ale přesto je možné vnímat obraz smutku, hněvu a akédie v celistvosti. Práce a metoda potvrdily, že na základě studia a komentářů spirituality pouště lze jednotlivá apofthegmata propojit a dostat celistvý obraz smutku, hněvu a akédie i s jejími odstíny. Práce tedy ukazuje, že není možné interpretovat smutek, hněv a akédii u otců pouště bez metapříběhu spirituality pouště, kterou žili otcové pouště. Cílem nebylo detailně analyzovat každý jednotlivý narativ spojený se smutkem, hněvem a akédii. Ani nebylo cílem detailně uvést všechny prvky spirituality pouště, ale především poukázat na spojení mezi narativem jednotlivého apofthegmatu s metapříběhem otců pouště a jejich radikálním následováním Ježíše Krista po vzoru svatého Poustevníka Velikého.

Smutek, hněv a akédie jsou fenomény dotýkající se lidského těla a nejsou tedy fenomény jen abstraktními, ať už z pohledu lingvistického či filozoficko-teologického. Je třeba je vnímat komplexněji, minimálně také pohledem psychologickým a somatickým. Práce ukazuje na základě publikace Jana Hábla a metody didaktické narativizace na to, že na apofthegmata nelze nahlížet pouze jako na předmět literární analýzy. V práci je uváděn narativ, který využívali otcové pouště jako svou metodu pro vypovídání o fenoménu smutku, hněvu a akédie. Práce zmiňuje těžkou pozici narativu jako metody ve vědeckém bádání. Pokud bychom dnes chtěli vypovídat o psychosomatické rovině člověka, tak bychom spíše využili literárního druhu poezie. Otcové pouště ovšem pro výpovědi o smutku, hněvu a akédii využili narativu jako metody. To, že je jejich volba metody radikální, můžeme potvrdit i touto prací, která není psaná v narativu, tedy metoda této práce není narativ. Narativ, konkrétně jeho apofthematická forma, umožňovala otcům pouště spojit v jeden časový okamžik prožívání člověka (enjoy) a reflexi těchto fenoménů, neboť člověk tyto dvě roviny neumí běžně ve svém myšlení spojit. Ten, kdo je zasažen hněvem a hněvá se, nedokáže během svého hněvu o svém prožívaném hněvu (zvláště, je-li impulzivní a krátký) přemýšlet. Metoda narativu tyto dva aspekty umí spojit pro toho, kdo tento narativ vnímá. Toho si všímá moderní autor C. S. Lewis, který se proslavil především svými narativy vypovídajícími o prožívání a reflektování křesťanských hodnot. Tedy na tomto autorovi můžeme vidět, jak v moderní době znovuobnovuje to, co dělali otcové pouště již dříve skrze narativ. Narativ, jakožto metoda, umožňuje komplexněji vypovídat o smutku, hněvu a akédii jak na rovině duchovní, filozoficko-teologické, tak na rovině psychologicko-somatické. Z toho důvodu jsou metoda práce i autor práce zvoleni dobře, neboť umožňují následně analyzovat smutek, hněv a akédii pohledem otců pouště tak, že respektují metodu, skrze kterou oni vypovídali.

Další velkou výhodou metody narativu je, že má schopnost předávat poznání. Otcové pouště byli specifictí tím, že poznání duchovních zákonů potvrzovali svým životem. Tedy jejich výpovědi nejsou postaveny na tom, že někdo něco tvrdí, ale dokazují, že daný otec takto žil či takto bojoval se smutkem, hněvem a akédii. Narativ je dnes daleko více spojován s popularizací, neboť narativ umožňuje srozumitelnější předávání znalostí jinému člověku či dalším generacím. Práce poukazuje na to, že otcové pouště nezvolili narativ a jeho apofthematickou formu, aby smutek, hněv a akédii popularizovali, ale proto, aby o těchto fenoménech komplexněji vypovídali.

Apofthegma a jeho stručnost vede k tomu, že otcové pouště vypověděli vždy to podstatné bez zbytečných narativních detailů navíc. To mělo další efekt – bylo to pro posluchače předatelné a uchopitelné.

Na základě vybraných autorů, jejichž publikace využívají apofthegmat, se také ukázalo, že je nutný komentář k apofthegmatům, a to z toho důvodu, že fenomény smutku, hněvu a akédie mohou být různě nahlíženy, neboť apofthegamata reflektují smutek, hněv a akédii v jejich různých odstínech. Nelze říci, že smutek, hněv a akédie jsou jasným, geometricky čitelným fenoménem jako koule, krychle či kužel. Jedná se spíše o „šišoid“. To je zvláště patrné na fenoménu akédie, která je multifaktoriálním fenoménem, neboť může obsahovat smutek i hněv.

Na analýze procesu myšlenek je možné vidět odlišnost komentátorů a jejich důrazů. Jedná se především o rozdílnost terminologickou, ale nikoliv strukturální. U procesu zacházení s myšlenkami vždy uvádějí 4 etapy tohoto procesu. Tato terminologická rozdílnost vychází z toho, co daní autoři chtějí ve svém abstraktním přemýšlení zdůraznit. Zde je patrná slabina abstraktního myšlení při výpovědi o smutku, hněvu a akédii při srovnání s metodou narativu. Přesto, i když autoři mají rozdílnou terminologii, je vidět to podstatné: myšlenka je v lidském nitru zpracovávána ve čtyřech krocích.

Tato část práce je důležitá pro konkrétní analýzu smutku, hněvu a akédie a je patrné, že nelze očekávat shodnou terminologickou výpověď autorů o smutku, hněvu a akédii. Je třeba spíše hledat shodu strukturální.

Jednotlivé fenomény byly vybrány od jednoduššího po multifaktoriální, tedy v pořadí smutek, hněv a akédie. Toto pořadí bylo zvoleno, aby nebylo potřeba v rámci akédie znovu analyzovat smutek a hněv, které se v akédii mohou projevit. Vždy jsou uvedeny vybrané příběhy o daném fenoménu tak, aby bylo vidět, že otcové pouště o něm vypovídají z různých úhlů pohledu na základě své životní zkušenosti a osobního boje s touto neřestí. Z předchozí části je patrná terminologická rozdílnost i u komentátorů a stejně tak je rozdílnost u definování smutku, hněvu a akédie. Práce je tedy soustředěna na strukturální pohled. Důležitým faktorem je, že otcové pouště dokázali vnímat smutek, hněv a akédii nejen jako neřest sputávající člověka, která se mění v démona, nad nímž člověk nemá moc, ale také jako přirozený prvek lidského života. Pohled psychologie může vést ke strukturálnímu pohledu na daný fenomén.

V této práci je to patrné na fenoménu hněvu, u kterého je odkaz na Garyho Chapmana, jenž analyzuje dva základní rozměry hněvu. Hněv explozivní a také implozivní. Toto poznání pomáhá při čtení apofthegmat, kdy se může zdát, že trápení učedníkovy je jen smutkem, zklamáním, a přitom se jedná o implozivní typ hněvu, který narůstá a je vyjádřen vzdorovitostí. Téma akédie především upozorňuje na to, jak daný fenomén může být pro abstraktní myšlení, pro svoji komplexnost a multifaktoriálnost náročný na popis. Zároveň rozdílnost komentátorů ukazuje na to, jak velký metapříběh a obsáhlé poznání se může za jednotlivým narativem skrývat.

Práce tedy splnila své cíle. Byla ukázána hodnota narativu a zdůvodněno, proč otcové pouště pro své výpovědi o smutku, hněvu a akédii využili apofthegmatické formy výpovědi, a nikoliv výpovědi ve formě poezie. Narativ pro ně byl metodou, jak komplexněji a jednodušeji mluvit o smutku, hněvu a akédii, které mají také rozměr psychosomatický. Dále bylo prokázáno, že jednotlivé izolované narativy apofthegmat lze interpretovat na základě metapříběhu, který stojí v pozadí apofthegmat. Bylo prokázáno, že otcové pouště vnímají dané fenomény v jejich odstínech, což se projevuje také na rozdílné terminologii autorů pracujících s apofthegmaty. Přesto lze najít strukturální syntézu těchto výpovědí, jak je v této práci patrné zvláště na části o černých myšlenkách.

Tato práce, tato práce přináší určité novum v bádání, protože je v ní propojena literární analýza, didaktická narativizace a psychologický náhled. Poukazuje na to, že narativ je u otců pouště metodou, kterou vypovídají o smutku, hněvu a akédii. Bez metapříběhu, který stojí za apofthegmaty, může dojít k tomu, že by byly fenomény smutku, hněvu a akédie interpretovány reduktivně, například jen jako procesy v lidské psyché. Tyto procesy otcové pouště zažívají proto, že se rozhodli radikálně následovat svého Spasitele Ježíše Krista po vzoru svatého Antonína Velikého. Prožívají-li otcové pouště smutek, tak kvůli Kristu, kterého následují, ale nejsou smutní pro smutek samotný. Práce upozorňuje, že je třeba při interpretaci apofthegmat respektovat tento metapříběh o následování Ježíše Krista. Jinak vyjádřeno – otec pouště je smutný pro Ježíše a kvůli Ježíšovi, nikoliv proto, že se narodil a žije život, který ho táhne k jeho konečnosti.

Metodologie a její jednotlivé kroky se potvrdily jako správné. Metoda umožnila z jednotlivých narativů vytvořit celistvou, byť jistě ne vyčerpávající, výpověď o smutku, hněvu a akédii v apofthegmatech. Projevili se terminologické, ale nikoliv strukturální rozdílnosti ve výpovědích o smutku, hněvu a akédii. Psychologický náhled výpovědi otců pouště v apofthegmatech prohlubuje, potvrzuje či sjednocuje, ale nerozděluje. Vybraní autoři sami využívají psychologických výpovědí, zvláště se odkazují na C. J. Junga

Jak bylo řečeno výše, tak práce není vyčerpávající. Na jejím základě je možný další výzkum. Bylo by možné prohloubit a analyzovat metodu narativu k výpovědím o komplexních a multifaktoriálních fenoménech ve vědecké práci. Dále by mohl být analyzován psychosomatický rozměr – těla, fantazie a narativu či zkoumány výpovědi o psychosomatickém rozměru člověka v dějinách teologie. Samotnou prací by mohlo být využití apofthegmat v pastorační skupinách. Výzkum spirituality pouště a metapříběhu otců pouště by přinesl také nové poznatky. Práce by mohla být zevrubnější, pokud by byl zkoumán jen jednotlivý fenomén. Tak by mohlo být případně uvedeno více apofthegmat k danému fenoménu a ten být propojen s hlubším psychologickým náhledem. Též se nabízí výzkum porovnání léčby akédie a prokrastinace.

Práce otevírá další otázky. Byli otcové pouště psychology své doby a v čem byli rozdílní od psychologů dneška? Co věděli a nevěděli od psychologů dneška? Jaké jsou v teologickém myšlení limity abstraktního myšlení ve srovnání s narativním myšlením?

Seznam literatury

Apofthegmata

- *Apofthegmata: výroky a příběhy pouštních Otců*. Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiákonství sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2000. Pietas benedictina. ISBN 80-902682-2-6
- *Apofthegmata: výroky a příběhy pouštních Otců*. Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiákonství sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2005. Pietas benedictina. ISBN 80-86882-01-2

- *Apoftihmata: výroky a příběhy pouštních Otců*. Vyd. 2., opr. Přeložil Jiří PAVLÍK. Praha: Benediktinské arcidiákonství sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 2009-. Pietas benedictina. ISBN 978-80-86882-12-3

Primární prameny

- EVDOKIMOV, Pavel Nikolajevič. *Epochy duchovního života: od pouštních Otců do našich dnů : památce matky Jenovéfy z komunity v Grandchamp*. Přeložil Václav VENTURA. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, 2002. ISBN 80-86045-94-3
- GRÜN, Anselm a Meinrad DUFNER. *Spiritualita zdola*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1997. ISBN 80-7192-167-X
- GRÜN, Anselm. *Jak zacházet s myšlenkami*. Praha: Zvon, 1997. ISBN 80-7113-190-3
- GRÜN, Anselm. *Nebe začíná v tobě: moudrost otců pouště*. Přeložil Jiřina ŠTOURAČOVÁ. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0351-3
- HÁBL, Jan. *Učit (se) příběhem: Komenského Labyrint a didaktické možnosti narativní alegorie*. Brno: Host, 2013. Teoretická knihovna. ISBN 978-80-7294-901-4
- MARIE-ANCILLA. *Ve škole otců pouště*. 2. vyd. Přeložil Terezie BRICHTOVÁ. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2012. Orientace (Karmelitánské nakladatelství). ISBN 978-80-7195-586-3
- PRALONG, Joël. *Pryč s černými myšlenkami*. Praha: Paulínky, 2012. Klíč (Paulínky). ISBN 978-80-7450-066-4
- ŠPIDLÍK, Tomáš. *Jak očistit své srdce?* Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, 1999. Současné otázky. ISBN 80-86045-34-X
- ŠPIDLÍK, Tomáš. *Spiritualita křesťanského Východu: systematická příručka*. Vyd. 1. (v nakl. Refugium). Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, 2002. ISBN 80-86045-84-6
- VENTURA, Václav. *Spiritualita křesťanského mnišství*. Praha: Benediktinské arcidiákonství svatého Vojtěcha a svaté Markéty v Břevnově, 2006. Pietas benedictina. ISBN 80-86882-02-0

Sekundární prameny

- ATHANASIUS. *Život sv. Antonína Poustevníka: život a působení našeho svatého otce Antonína, jak ho napsal a mnichům v cizině poslal náš svatý otec Atanáš, biskup alexandrijský*. 2. vyd., rev. Přeložil Václav VENTURA, přeložil Edita Miriam MENDELOVÁ. Olomouc: Refugium Velehrad-Roma, 2010. Prameny spirituality. ISBN 978-80-7412-041-1
- AUGUSTIN. *Vyznání*. Přeložil Ondřej KOUPIL, přeložil Marie KYRALOVÁ, přeložil Pavel MAREŠ. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2015. Fontes (Karmelitánské nakladatelství). ISBN 978-80-7195-189-6
- EARLE, Ralph H. a Mark R. LAASER. *V zajetí pornografie: jak zvítězit nad závislostí*. Praha: Advent-Orion, 2006. ISBN 80-7172-926-4
- CHAPMAN, Gary D. *Hněv: proč se hněváme a co s tím můžeme udělat*. Praha: Návrat domů, c2009. ISBN978-80-7255-1

