UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA HUMANITNÍCH STUDIÍ

Bakalářská práce

Ecstatic Dance jako rituální praxe z antropologické perspektivy

Adéla Danišová

Vedoucí práce: Mgr. Ondřej Skripnik, Ph.D.

Praha 2025

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že jsem práci vypracoval/a samostatně. Všechny použité prameny a literatura byly řádně citovány. Práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 27.6.2025

…….……

Adéla Danišová

Poděkování

Chtěla bych ze srdce poděkovat všem, kteří mě na této cestě k bakalářské práci provázeli. Zejména vedoucímu práce, Mgr. Ondřeji Skripnikovi, Ph.D., dále PhDr. Jaroslavu Klepalovi, Ph.D., a také Matejovi, Elišce, Yvet, Dori, Báře a všem, kteří mi byli ochotni sdílet své zkušenosti prostřednictvím rozhovoru.

Abstrakt

Cílem této bakalářské práce je etnograficky prozkoumat praxi Ecstatic Dance v anonymizovaném českém městě jakožto rituální prostor, ve kterém hraje velkou roli tělo, zkušenost změněných stavů vědomí, komunity, svobody a bezpečí. Data byla sbírána především prostřednictvím zúčastněného pozorování a rozhovorů s účastníky Ecstatic Dance. Skrze tyto metody sleduji, jakým způsobem tanečníci (včetně mě samotné) prožívají své zážitky a jaké významy jim připisují. Teoretický rámec vychází z konceptu přechodových rituálů Arnolda van Gennepa a na něj navazujícího Victora Turnera. Tyto klasické teorie doplňuji o koncept ztělesnění podle Thomase Csordase. Projekt si klade za cíl propojit empirické poznatky z terénního výzkumu s uvedenými teoretickými východisky a přispět tak k hlubšímu porozumění akcím Ecstatic Dance.

Klíčová slova

Extatický tanec, Ecstatic Dance, tanec, rituál, liminarita, *communitas*, embodiment, trans, extáze, etnografie

Abstract

The aim of this bachelor thesis is to ethnographically explore the practice of Ecstatic Dance in an anonymised Czech city as a ritual space where the body, altered states of consciousness, community, freedom, and safety are central. Data were collected primarily through participant observation and interviews with Ecstatic Dance participants. Through these methods, I examine how dancers – including myself – experience these events and what meanings they attribute to them. The theoretical framework is based on Arnold van Gennep's concept of rites of passage and its further elaboration by Victor Turner. These classical theories are complemented by Thomas Csordas's concept of embodiment. This project seeks to connect empirical findings from field research with the aforementioned theoretical approaches, thereby contributing to a deeper anthropological understanding of Ecstatic Dance.

Key words

Ecstatic Dance, dance, ritual, liminality, *communitas*, embodiment, trance, ecstasy, ethnography

Obsah

ÚVOD ... **7**

Volba výzkumného tématu ... 7

TEORETICKÁ ČÁST ... **8**

Rituál ... 8

Struktura rituálu ... *9*

Communitas ... *10*

Liminární a liminoidní ... *10*

Ztělesněné způsoby pozornosti ... 10

Změněné stavy vědomí ... 11

Trans a extáze ... *12*

New Age ... 13

Tanec ... 14

Ecstatic Dance ... 15

Pravidla Ecstatic Dance ... *16*

Komunita Ecstatic Dance ... *16*

Gabrielle Roth ... *17*

METODOLOGICKÁ ČÁST ... **18**

Výzkumný design ... 18

Výzkumný problém a otázky ... 19

Terén a výzkumný vzorek ... 19

Použité metody tvorby dat ... 20

Zúčastněné pozorování ... *20*

Rozhovory ... *20*

Etické aspekty ... 23

Etická dilemata ... *24*

Reflexe pozice výzkumníka ... *25*

EMPIRICKÁ ČÁST ... **26**

Popis terénu ... 26

Participanti ... 27

Struktura večera ... 28

Analýza dat ... 28

Sdílený prožitek a komunita ... *29*

Tělo jako médium zkušenosti ... *30*

Bezpečí a svoboda ... *31*

Změněné stavy vědomí a hluboké prožitky ... *32*

Interpretace dat ... 34

Tělesné ladění jako vstupní práh zkušenosti ... *35*

Ztělesněná struktura rituálu ... *38*

Sdílený prožitek a komunita: liminární propojení ... *40*

Změněné stavy vědomí: extatická zkušenost a hluboké prožitky ... *42*

Autenticita, svoboda a bezpečí ... *44*

Shrnutí ... *45*

DISKUSE ... **46**

ZÁVĚR ... **47**

BIBLIOGRAFIE ... **49**

PŘÍLOHY ... **51**

ÚVOD

„Why shouldn't we be able to live more and more in ecstasy, if we have the courage to venture out of inertia and imitation into intuition and imagination? Ecstasy is an ideal, a goal, but it can be the expectation of every day.“[1]

Tato bakalářská práce se zaměřuje na specifický druh společenské taneční události, která nese název Ecstatic Dance, v níž se účastníci pohybují bez předem dané choreografie, verbální komunikace, drog či alkoholu. Cílem práce je prostřednictvím etnografického výzkumu popsat, jak jsou tyto akce strukturované a jak účastníci těchto akcí interpretují své emocionální a tělesné zážitky a jakým způsobem tyto získané poznatky zapadají do rámce rituálu.

Práce se teoreticky opírá především o koncept přechodového rituálu podle Arnolda van Gennepa, o koncept *communitas* podle Victora Turnera a o paradigma ztělesnění podle Thomase Csordase. Tyto teorie propojuji s konkrétními situacemi a výpověďmi z mého terénního výzkumu.

Práce je strukturovaná do teoretické části, která vymezuje klíčové pojmy důležité pro výzkum. Poté následuje metodologická část, která přibližuje metody mého zkoumání a dále empirická část, která je založena na terénních poznámkách a rozhovorech a obsahuje interpretaci a analýzu dat. V závěru práce shrnuji hlavní zjištění výzkumu. Věřím, že tato práce nabídne čtenáři vhled do světa Ecstatic Dance nejen jako do jedné z mnoha volnočasových aktivit, ale jako do místa, kde se setkává tělo s mezilidským propojením, a kde extáze může být přirozenou součástí lidské zkušenosti.

Volba výzkumného tématu

Volba výzkumného tématu mé bakalářské práce vychází z osobní zkušenosti s Ecstatic Dance. Poprvé jsem se s touto akcí setkala na silvestrovské oslavě v roce 2022. Tehdy jsem tam zavítala se dvěma kamarádkami, aniž bych věděla, co přesně čekat.

Tato nová zkušenost mne velmi zaujala – poprvé v životě jsem zažila opravdové uvolnění v tanci ve společnosti cizích lidí bez uvolňujících prostředků, jako je například alkohol. Fascinovalo mě, jak účastníkům stačí jen rytmus, hudba a bezpečný prostor, aby se dostali do intenzivního pohybu a exprese.

[1] ROTH, Gabrielle. *Maps to Ecstasy: Teachings of an Urban Shaman*. San Rafael, CA: New World Library, 1989. s. 196. Vlastní překlad: „Proč bychom nemohli žít stále víc a víc v extázi, když máme odvahu vydat se z nečinnosti a imitace směrem k intuici a imaginaci? Extáze je ideál a cíl, ale může se stát nadějí každého dne.“

Zážitek ve mně zanechal silný dojem. Vnímala jsem Ecstatic Dance jako osvobozující, tělesně intenzivní i emocionálně zajímavý proces. Když jsem později přemýšlela nad výběrem tématu své bakalářské práce, vzpomněla jsem si na tuto zkušenost, která mi přišla antropologicky relevantní. Postupně ve mně uzrálo přesvědčení, že Ecstatic Dance představuje téma, které si zaslouží etnografické zkoumání v rámci mé bakalářské práce.

Co mě z antropologického hlediska na Ecstatic Dance přitahuje, je především to, jak skrze pohyb účastníci prožívají emoce, navazují hlubší kontakt se svým tělem a vytvářejí pocit komunity.

Zároveň jsem si od začátku vědoma, že výběr tématu, které je mi blízké, s sebou nese i určitá rizika. Měla jsem pochybnosti, zda budu schopna udržet dostatečný odstup, abych popisovala realitu co nejvěrněji, a nejen tak, jak ji chci vidět. Přemýšlela jsem také nad tím, jak psát pravdivě a zároveň citlivě, protože jsem cítila odpovědnost vůči lidem, kteří mě do svého světa pustili. Velkým tématem pro mě byla etika a reflexe vlastní pozice – jak být co nejvíc otevřená a transparentní, ohleduplná vůči účastníkům a pravidlům Ecstatic Dance, a přitom psát tak, aby text neztratil srozumitelnost a význam.

Do výzkumného prostředí jsem nevstupovala úplně „naslepo“. Už před zahájením výzkumu jsem měla určitou osobní zkušenost s tímto typem akcí a znala pár lidí z této komunity. Necítila jsem se jako outsider, ale ani vyloženě jako insider v plném slova smyslu. Nejsem pravidelnou účastnicí všech akcí, neidentifikuji se jako členka komunity a záměrně jsem si udržovala odstup. Tuto „mezipozici“ považuji za výhodu – myslím, že mi umožnila přirozeně navazovat kontakt s účastníky, prožívat akce do hloubky a zároveň si zachovat výzkumný odstup a reflektovat svou pozici.

TEORETICKÁ ČÁST

V následující části práce vysvětluji pojmy a představuji teoretické koncepty, které mi umožnily rozumět prožitkům účastníků a strukturovat data.

Rituál

Rituál představuje klíčovou součást sociokulturního života lidských společností a patří mezi ústřední témata antropologického bádání. Americký antropolog Roy A. Rappaport popisuje

rituál jako základní společenský akt lidstva.[2] Rituál lze chápat nejen pouze jako tradiční formu náboženského vyjádření, ale i jako stále živý prostředek, skrze který jednotlivci i komunity vyjadřují, sdílejí a proměňují své místo ve světě.

Struktura rituálu

Rappaport ve svém díle klade důraz na strukturu rituálu, přestože v jeho pojetí jde spíše o formální uspořádání, které je opakovatelné a neměnné.[3] Ve své práci se budu zabývat také tím, jakou roli hraje struktura v rámci Ecstatic Dance – tedy tím, zda a jak předem dané rámce (například pravidla či rozvržení večera) umožňují účastníkům prožít silný zážitek.

Arnold van Gennep ve své slavné práci Přechodové rituály[4] popsal rituály přechodu jako *„rituály, jež provázejí každou změnu místa, stavu, společenského postavení a věku.“*[5] Lidský život je totiž podle něj tvořen různými sociálními přechody, které jsou doprovázeny obřady, jež usnadňují přechod z jednoho stavu do druhého (např. svatba, smrt, narození)[6]. Tyto obřady (či rituály) jsou strukturovány do tří fází, respektive do tří druhů rituálů:

1. *Rituál preliminární (odloučení)*
2. *Rituál liminární (pomezí)*
3. *Rituál postliminární (sloučení, přijetí)*[7]

Právě liminární fáze je klíčovým přechodovým momentem. Na tuto myšlenku navázal Victor Turner ve svém díle *Průběh rituálu,* kde koncept liminarity zásadně rozvinul a přenesl jej do širšího rámce studia rituálů a sociálních procesů.[8] Turner zdůraznil, že liminární fáze je stavem „antistruktury“ – dochází k rozvolnění běžných sociálních rolí a k dočasnému rozpuštění hierarchií. Ocitají se v jakémsi meziprostoru, kde je možné přehodnocení identity, sociálních vztahů i norem.[9]

[2] RAPPAPORT, Roy A. *Ritual and Religion in the Making of Humanity.* Cambridge: Cambridge University Press, 1999, s. 107.
[3] Tamtéž, s. 24.
[4] VAN GENNEP, Arnold. *Přechodové rituály: systematické studium rituálů*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1997.
[5] VAN GENNEP, Arnold. *Přechodové rituály* (1909), cit. dle: TURNER, Victor. *Průběh rituálu*. Brno: Computer Press, 2004, s. 95.
[6] VAN GENNEP, Arnold. *Přechodové rituály: systematické studium rituálů*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1997, s. 13.
[7] Tamtéž, s. 19.
[8] TURNER, Victor. *Průběh rituálu.* Brno: Computer Press, 2004.
[9] Tamtéž, s. 97.

Communitas

Jedním z klíčových pojmů, který Turner v souvislosti s liminaritou představil, je koncept *communitas*.[10] *Communitas* označuje neformální stav hlubokého pocitu rovnosti a sounáležitosti mezi účastníky liminárního procesu. Tento stav dočasně narušuje hierarchické a strukturované vztahy běžné v každodenním životě a umožňuje tak vznik intenzivně prožívaného kolektivního společenství.

„[…] communitas stojí v protikladu vůči struktuře. Communitas se týká toho, co je nyní, právě teď, zatímco struktura prostřednictvím jazyka, zákonů či obyčejů pramení v minulosti a sahá do budoucnosti. […] kolektivní rozměry communitas a struktury můžeme najít na všech stupních a úrovních kultury a společnosti.“[11]

Liminární a liminoidní

Turner v díle *Liminal to Liminoid, in Play, Flow, and Ritual* dále rozlišuje mezi liminárním a liminoidním.[12] Zatímco liminarita je typická pro tradiční společnosti a souvisí s jasně vymezenými přechodovými rituály, liminoidita je typická pro moderní, individualizované společnosti.[13] Liminoidní události jako například festivaly, umělecká představení či sportovní akce nejsou povinné, často neslouží k upevnění společenského řádu, ale spíše poskytují prostor k dočasnému vytržení z každodennosti, k prožitku jinakosti a k hledání nových perspektiv na sebe i na svět.[14]

Ztělesněné způsoby pozornosti

Thomas Csordas představuje paradigma ztělesnění (*embodiment*) jako zásadní metodologický přístup v současné antropologii.[15] Tělo zde není pouhým objektem, který máme a pozorujeme zvenčí, ale je to způsob, jakým prožíváme svět kolem sebe.[16] Tělo je podle Csordase „*existenciálním základem kultury*“, což znamená, že právě skrze něj vnímáme, cítíme a jednáme – a tím pádem také utváříme významy, vztahy a zkušenosti.[17] V tomto pojetí je *embodiment* prostředek přítomnosti ve světě. Naše zkušenosti a kultura se vždy odehrávají skrze tělo.

---

[10] Tamtéž.
[11] Tamtéž, s. 111.
[12] TURNER, Victor. *Liminal to Liminoid, in Play, Flow, and Ritual: An Essay in Comparative Symbology. The Rice Institute Pamphlet – Rice University Studies*, 1974, roč. 60, č. 3, s. 53–92.
[13] Tamtéž, s. 84.
[14] Tamtéž, s. 86.
[15] CSORDAS, Thomas J. *Embodiment as a paradigm for anthropology. Ethos*, 1990, roč. 18, č. 1, s. 5–47.
[16] Tamtéž, s. 5.
[17] Tamtéž.

Csordas tímto navazuje na fenomenologii Maurice Merleau-Pontyho, který chápal tělo jako základní způsob bytí ve světě a na koncept habitu u Pierra Bourdieuho, podle nějž tělesné způsoby nejsou náhodné, ale jsou formovány sociálním prostředím a kulturními praktikami. *Embodiment* tak není jen individuálním záležitostí, ale zároveň ztělesněním širšího kulturního a sociálního kontextu. Tělo není jen místem, kde se svět zažívá, ale zároveň i nosičem naučených vzorců, které odrážejí společenský řád a kulturní hodnoty.[18]

Csordas rozvíjí své paradigma *embodimentu* o tzv. tělesné způsoby pozornosti *(somatic modes of attention)*, které definuje takto:

> *„Somatic modes of attention are culturally elaborated ways of attending to and with one's body in surroundings that include the embodied presence of others.“*[19]

Zásadní přínos Csordasova přístupu spočívá v tom, že zkoumání těla se přesouvá od otázky co tělo dělá k tomu jak tělo vnímá, jak je přítomné, a jak zprostředkovává zkušenost.

Tyto způsoby pozornosti nejsou univerzální ani vrozené, nýbrž formované prostředím a naučené v rámci dané kultury. Zásadní není pouze to, co tělo dělá, ale také jak vnímá, jak se ladí na okolní dění a jakým způsobem je v daném okamžiku přítomno. Skrze tělesnou pozornost se tak otevírá prostor pro intersubjektivní zkušenost.[20] Csordas ukazuje, že právě tělesné praktiky se mohou stát prostředkem k formování subjektivity a spirituální identity. Subjektivita se podle něj konstituuje v tělesném jednání a prožívání.[21]

Tělesné způsoby pozornosti nám umožňují zkoumat tělo jako aktivní pole významů a zkušeností, které je zároveň senzitivní a kulturně podmíněné.

Změněné stavy vědomí

Změněné stavy vědomí představují trvalé téma antropologického zájmu, neboť jsou napříč kulturami součástí mnoha rituálních praktik. Podle Charlese Tarta lze za změněný stav vědomí považovat takový stav, který se odlišuje od běžného bdělého stavu, přičemž dochází ke změnám v celkovém uspořádání psychických procesů, jako je například vnímání, emoce, či myšlení.[22]

K tomu, abych ve své práci zohlednila i změněné stavy vědomí, mě vedl samotný název Ecstatic Dance. Anglické slovo „ecstatic“ pochází z řeckého přídavného jména *ekstatikos* (ἐκστατικός), které mimo jiné nese význam toho být „bez sebe“ či být jako „smyslů zbavený“.

---

[18] Tamtéž, s. 11.
[19] CSORDAS, Thomas J. *Somatic Modes of Attention*. *Cultural Anthropology*, 1993, roč. 8, č. 2, s. 138. Vlastní překlad: „Tělesné způsoby pozornosti jsou kulturně utvářené způsoby, jakými člověk věnuje pozornost svému tělu a skrze něj, v prostředí, které zahrnuje i ztělesněnou přítomnost druhých.“
[20] Tamtéž, s. 138–143.
[21] Tamtéž, s. 145.
[22] TART, Charles T. *States of Consciousness*. Lincoln: iUniverse, 2000, s. 208.

Jeho kořen *eksta-* vedl rovněž k řeckému podstatnému jménu *ékstasis* (ἔκστᾰσῐς), označujícímu „úžas“ nebo „trans“.[23] V současné angličtině slovo „ecstatic“ označuje stav velkého štěstí či nadšení. V náboženském kontextu se pak používá pro popis silně emotivního duchovního prožitku za hranicemi individuálního já.[24] V internetovém článku o Ecstatic Dance se píše:

„The dancers abandon themselves to the rhythm and move as the music takes them. This may lead to trance and a feeling of ecstasy.“[25]

V rámci své práce jsem se blíže podívala na pojmy „trans“ a „extáze“, protože jsem chtěla blíže porozumět tomu, jaké typy prožitků Ecstatic Dance účastníkům skutečně přináší.

Trans a extáze

Antropoložka Felicitas Goodman se ve své knize *Ecstasy, Ritual and Alternate Reality* zabývá transem, jakožto specifickým typem změněného stavu vědomí.[26] Konkrétně se zabývá transem náboženským, protože se soustředí na náboženskou zkušenost. Zdůrazňuje, že trans je společensky orámovaný a sdílený.[27] Podle ní je náboženský trans cestou k prožitku extáze.[28] Je charakterizován změnou tělesného stavu. Může dojít například k intenzivnímu pocení, třasu, napětí svalů či hlubšímu dýchání.[29]

Spuštění transu může být spojeno s nejrůznějšími podněty – například zpěvem, tancem, bubnováním, tleskáním, modlením se…[30] Zásadní ale není samotný podnět, ale očekávání, že trans nastane. Toto očekávání vede k intenzivnímu soustředění, které umožňuje vstup do změněného stavu vědomí.[31] Po skončení transu často následuje silný emocionální dozvuk, jako jsou příjemné pocity radosti a euforie.[32]

Antropolog Michael Harner popisuje ve své knize *Cesta šamana* šamanský trans jako změněný stav vědomí, který je možno navodit i bez použití drog, postačí k tomu monotónní zvuky a koncentrace.[33] Pokud se účastník přestane koncentrovat, jednoduše se vrací zpět do běžného stavu vědomí.[34] Zkušenost šamanského transu popisuje jako stav, při němž člověk

[23] MERRIAM-WEBSTER. *Ecstatic*. Online. Springfield (MA): Merriam-Webster, Incorporated, 2024. Dostupné z: https://www.merriam-webster.com/dictionary/ecstatic. [cit. 2025-05-05].
[24] OXFORD LEARNER'S DICTIONARIES. *Ecstatic*. Online. Oxford: Oxford University Press, 2024. Dostupné z: https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/ecstatic?q=ecstatic. [cit. 2025-05-05].
[25] LAVI SOUND & YOGA. *What is Ecstatic Dance*. Online. Dostupné z: https://www.lavisoundandyoga.com/blog/what-is-ecstatic-dance. [cit. 2025-06-07]. Vlastní překlad: „Tanečníci se odevzdávají rytmu a pohybují se tak, jak je hudba vede. To může vést k transu a pocitu extáze.“
[26] GOODMAN, Felicitas D. *Ecstasy, Ritual, and Alternate Reality: Religion in a Pluralistic World*. Bloomington: Indiana University Press, 1988.
[27] Tamtéž, s. 37.
[28] Tamtéž, s. 8.
[29] Tamtéž, s. 37.
[30] Tamtéž.
[31] Tamtéž.
[32] Tamtéž, s. 38.
[33] HARNER, Michael. *Cesta šamana.* Praha: DharmaGaia, 2010, s. 9.
[34] Tamtéž.

vstupuje do „světa extáze“, tedy světa nadpřirozených sil, kde může šaman komunikovat s duchy.[35]

Americká tanečnice Gabrielle Roth, které se budu v bakalářské práci věnovat i dále, chápe tanec jako cestu k integraci těla, mysli a duše. Ve své knize popisuje extázi takto:

„Ecstasy is my high, natural state of pure being. Ecstasy is my experience of god. It is a state of total aliveness and unity, unity of body, heart, mind, soul and spirit. It is what we need to heal our psychic dismemberment. We can't go there divided, body against mind, mind against heart, or any other way.“[36]

Extázi vnímá jako hluboký stav celistvosti, který je dosažitelný skrze odevzdání se přítomnému okamžiku. Je to stav, ve kterém člověk přestává být rozdělený na mysl, tělo a duši, ale zažívá úplnou jednotu, což pro člověka nemusí být výjimečná událost, ale něco, co se dá zažívat každý den.[37] Není to únik, ale návrat k celistvosti, k přirozenu. Ve svých knihách popisuje i osobní zkušenost, kdy právě skrze pocity extáze a transu, které byly dosaženy pohybem, překonala svou vlastní životní krizi.

Trans a extáze tedy mohou být chápány jako hluboce lidské zkušenosti, které nutně nevyžadují žádné psychoaktivní látky.

New Age

Hnutí New Age, rozvíjející se zejména od 70. let 20. století, představuje směs náboženských představ, technik osobního rozvoje a alternativních léčebných praktik. Nemá jednotné učení a není pevně institucionalizované. Čerpá inspiraci z různorodých duchovních tradic, východních filosofií, kvantové fyziky, mysticismu, astrologie či šamanismu.[38]

Pro praxi Ecstatic Dance se díky důrazu na prožitek, který může vést až k duchovní zkušenosti bez institucionálního náboženského rámce, holistickému přístupu (který propojuje duši s tělem) a inspiraci z různých tradic, nabízí spojitost s hnutím New Age. Toto spojení však není jednoznačné. Pro některé může Ecstatic Dance představovat moderní formu duchovního

[35] Tamtéž, s. 71.
[36] ROTH, Gabrielle. *Maps to Ecstasy: Teachings of an Urban Shaman*. San Rafael (CA): New World Library, 1989, s. 1–2. Vlastní překlad: „Extáze je můj vrcholný, přirozený stav čistého bytí. Extáze je má zkušenost boha. Je to stav naprosté živosti a jednoty, jednoty těla, srdce, mysli, duše a ducha. Je to právě to, co potřebujeme k uzdravení našeho psychického rozpolcení. Nemůžeme do ní vstoupit, pokud jsme rozděleni – tělo proti mysli, mysl proti srdci, nebo jakkoliv jinak.“
[37] Tamtéž, s. 196.
[38] COLLINS, Pat. *New Age Spirituality. The Furrow.* 1998, roč**.** 49, č. 2, s. 92. Online. Dostupné z: https://www.jstor.org/stable/27663593 [cit. 2025-06-25].

vyjádření typickou pro New Age[39], zatímco jiní toto propojení vyloženě odmítají. Ecstatic Dance je pro ně návrat k pradávným rituálům a způsobům propojení s tělem a komunitou.[40]

Tanec

Tanec známe všichni – z rodinných oslav, školních besídek, tanečních, klubů, plesů, svateb nebo třeba i jen z našeho vlastního tancování na oblíbenou písničku během vaření večeře. V tomto smyslu je tanec běžnou a přirozenou součástí lidského života.

Slovník současné češtiny Lingea definuje tanec jako: *„opakované rytmické pohyby za doprovodu hudby, zpěvu“* a *„druh těchto pohybů podle určitých pravidel; hudba k nim.“*[41] Toto pojetí odráží běžné předporozumění tance, s nímž se v životě setkáváme. Přesto může každý z nás chápat tanec trochu jinak.

„Často som si kladol otázku, čo je vlastne tanec. A ja si myslím, že tanec môže byť akýkoľvek pohyb. A tanec môže byť aj bez hudby. A nemusí to vyzerať ako tanec. Takže vlastne akýkoľvek pohyb môže byť tanec a akýkoľvek tanec je vlastne pohyb.“[42]

Tato výpověď komunikačního partnera Martina neodpovídá již zmíněnému sdílenému předporozumění tance. Ukazuje, že definice tance je proměnlivá a není univerzálně daná. V kontextu Ecstatic Dance může být tanec spíše vnitřní zkušeností než vnějším výkonem. Otevírá se tak prostor pro takové formy tance, které nejsou vázány na pravidla a vzhled a vycházejí z prožívání přítomného okamžiku.

Z antropologické perspektivy je tanec mnohem více než jen estetický projev nebo volnočasová aktivita. Již od dávných dob byl tanec součástí rituálních praktik a prostředkem nonverbální komunikace, způsobem vyjadřování vnitřních stavů, emocí a kolektivních zkušeností.

„Tanec jako ritualizovaná řeč nemá přenášet informaci, ale vázat na sebe pocity a vyvolávat kolektivní emoce posilující identitu.“[43]

V této perspektivě je tanec nástrojem sdíleného prožívání, který posiluje vztahy mezi členy komunity a vytváří pocit sounáležitosti. Tento rozměr se objevuje i v rámci Ecstatic Dance, kde

---

[39] BRINKMANN, Susan. *Beware of New Age Dance Forms.* Online. Women of Grace, 2011-01-05. Dostupné z: https://www.womenofgrace.com/blog/952 [cit. 2025-06-25].
[40] TRANSFORMATIVE ARTS PROJECT. *Ecstatic Dance*. Online. Dostupné z: https://transformativeartsproject.org/ecstatic-dance [cit. 2025-06-25].
[41] LINGEA**.** *Tanec*. Online. In: *Nechybujte.cz: Slovník současné češtiny.* Brno: Lingea. Dostupné z: https://www.nechybujte.cz/slovnik-soucasne-cestiny/tanec [cit. 2025-05-21].
[42] Rozhovor s Martinem, 20.5.2025.
[43] STAVĚLOVÁ, Daniela. *Tanec jako součást rituálního jazyka*. Online. In: PLOCEK, Jiří, ed. *Hudba a rituál*. Náměšť nad Oslavou: Folkové prázdniny, 2010, s. 40. Dostupné z: https://image.folkoveprazdniny.cz/2010/kolokvium2010/sbornik2010_07_Stavelova.pdf [cit. 2025-05-22].

tanec neplní primárně estetickou funkci a propojuje lidi skrze tělesný a emoční zážitek. Jak uvedl v rozhovoru Martin:

„Vypozoroval som, že občas dochádza k tomu, že ak niekto prežíva určitú emóciu, tak ju prežívajú aj ostatný. Takže vlastne ide o skupinové prežívanie podobných emócií v určitý čas, moment.“

Tento popis ukazuje, že tanec může fungovat jako prostor pro sdílení emocí, aniž by bylo potřeba mluvit. Tělo se stává prostředkem porozumění mezi lidmi.

Ecstatic Dance

Současný trend extatického tance vychází ze spektra hlubších historických i kulturních kořenů, které sahají až k archaickým spirituálním a šamanským tradicím, kde měl tanec nezastupitelnou roli při rituálech a oslavách.

Moderní forma této praxe, která je známá jako Ecstatic Dance, se zrodila na začátku 21. století na Havaji.[44] Skupina tanečníků a facilitátorů zde začala pravidelně pořádat volné taneční seance zaměřené na svobodný pohyb a osobní prožitek. Tento koncept se rychle rozšířil do dalších částí Spojených států a později i do Evropy.[45] Dnes lze hovořit o globálním jevu, ačkoliv podoba jednotlivých komunit se může lišit.

V textu občas používám slovní spojení extatický tanec. Tím označuji samotné tancování a prožitek, který probíhá v rámci událostí Ecstatic Dance, které se takto oficiálně jmenují a píší se s velkými písmeny.

Události Ecstatic Dance jsou prostorem pro pohyb bez předem dané choreografie, bez publika a nutnosti estetična. Tanec zde nepředstavuje nějaké představení, ale prostředek vnitřního sebepoznání a autentického sebevyjádření v prostředí, které to umožňuje.

Tento typ tance nemá pevně danou strukturu pohybů ani hudebních stylů. Umožňuje každému účastníkovi tančit „svůj vlastní tanec“ – takový, jaký zrovna odpovídá jeho fyzickému i psychickému stavu. Tato volnost je však ukotvena v předem vymezených pravidlech.

[44] TETTNER, Samuel. *Dancing the Spiritual Self in Ecstatic Dance*. Online. Disertační práce. Manchester: University of Manchester, 2023, s. 12. Dostupné z: https://research.manchester.ac.uk/en/studentTheses/dancing-the-spiritual-self-in-ecstatic-dance [cit. 2025-05-15].
[45] ECSTATIC DANCE. *About Ecstatic Dance.* Online. Dostupné z: https://ecstaticdance.org/about/ [cit. 2025-05-15].

Pravidla Ecstatic Dance

Přestože je Ecstatic Dance formou svobodného pohybu bez choreografie a publika, opírá se o několik jasně definovaných pravidel[46], jejichž přítomnost bude prozkoumána dále v práci. Tato pravidla zahrnují:

1) **Tanec beze slov**

   Účastníci jsou vyzváni, aby během tančení nemluvili. Komunikace během akcí probíhá pouze neverbálně, tedy například tancem, gesty, očním kontaktem.

2) **Účast bez drog a alkoholu**

   Střízlivost je zásadní součástí filosofie Ecstatic Dance. Umožňuje plně prožívat své tělo a emoce bez jakýchkoliv omamných látek.

3) **Tanec naboso**

   Na parket se vstupuje zásadně bez bot. Tančí se naboso, případně v ponožkách.

Tyto tři základní principy bývají přítomny na většině akcí Ecstatic Dance po světě a tvoří sdílený rámec této praxe. Tanečníci bývají vyzýváni i k dodržování dalších věcí, jako je například vzájemný respekt.

Podle mezinárodního webu Ecstatic Dance je charakterizován jako:

„Ecstatic Dance is a Freeform Conscious Dance. As soon as you enter the space, you are invited to let go of judgements and expectations, and allow yourself to feel you emotions, sensations, body, mind, and spirit. Because this is a safe space for movement and expression, we do request that you follow the three main guidelines: no shoes (and wear comfy clothes!), no booze (or any other drugs), no talking (body language only!). All freedom of expression is welcomed, and there is no 'right and wrong' here. Trust in the journey and move through everything that arises.“[47]

Komunita Ecstatic Dance

Webová stránka se rozepisuje i o komunitním aspektu tance:

„The Ecstatic Dance community welcomes people of all ages/genders/religions/ethnicities. This is a cross-generational community, so often you will see dancers between the ages of 18-80 enjoying the space together. (...) We are a non-

[46] Tamtéž.

[47] Tamtéž. Vlastní překlad: „Ecstatic Dance je forma svobodného vědomého tance. Jakmile vstoupíte do prostoru, jste vyzváni, abyste odložili veškeré soudy a očekávání a dovolili si plně vnímat své emoce, smyslové vjemy, tělo, mysl i ducha. Protože se jedná o bezpečný prostor pro pohyb a sebevyjádření, žádáme vás o dodržování tří hlavních pravidel: tanec naboso (a v pohodlném oblečení!), bez alkoholu (a jiných drog) a bez mluvení (pouze řeč těla!). každý způsob svobodného sebevyjádření je vítán a neexistuje zde žádné ‚správně' nebo ‚špatně'. Důvěřujte této cestě a procházejte vším, co ve vás během tance vyvstane.“

denominational community, where we come together for the joy of moving and dancing together."[48]

V popisu je kladen důraz na otevřenost a inkluzivní aspekt komunity. Ecstatic Dance je chápán jako prostor, kde se potkávají lidé napříč generacemi a odlišnými životními cestami. Pro některé je tanec způsobem, jak si užít pohyb, pro jiné představuje prostor pro sociální kontakt, emocionální uvolnění či spirituální praxi.[49]

Tuto webovou stránku jsem se rozhodla použít jako zdroj informací, protože představuje centrální a komunitou vytvořený internetový prostor, skrze který se Ecstatic Dance prezentuje a artikuluje zde své základní hodnoty, pravidla a filosofii. V kontextu antropologického výzkumu tento web slouží jako okno do emické perspektivy – do způsobu, jakým aktéři sami rozumí své činnosti. Stránka zároveň funguje jako otevřený katalog tanečních událostí po celém světě. Využívám ji tedy jako doplňkový zdroj ke svému terénnímu výzkumu.

Gabrielle Roth

Za jednu z klíčových osobností, která ovlivnila podobu moderních forem extatického tance je považována Gabrielle Roth (1941–2012). Roth byla americkou tanečnicí a spirituální učitelkou, jejíž vlastní životní zkušenosti ji přivedly na cestu pohybové terapie a duchovního hledání. V roce 1977 založila v New Yorku vlastní pohybové centrum. V 70. letech 20.st. vytvořila pohybový systém 5 rytmů *(5Rhythms)*. Ten se stal inspirací pro některé formy dnešního Ecstatic Dance. Vnímala tanec jako duchovní cestu, v níž se odhaluje naše přirozenost skrze tělesný pohyb. Ve své knize *Maps to Ecstasy: Teachings of an Urban Shaman* popisuje, že skrze tanec dochází k návratu k autentickému bytí.[50]

Gabrielle Roth ke svému zásadnímu objevu dospěla po závažném zranění kolene. Lékaři jí sdělili, že již nikdy nebude schopna tančit. V této těžké životní fázi, kdy ji zasahovala deprese, se vydala na cestu za uzdravením, která ji zavedla do Esalenského institutu, známého centra seberozvoje a alternativních terapeutických metod.[51] Tam došlo k zásadnímu zvratu. Při jedné večerní seanci za doprovodu bubnů, překonala Gabrielle Roth svůj strach a bolest. Nechala se unést rytmem a vstoupila do hlubokého extatického transu:

[48] Tamtéž. Vlastní překlad: „Komunita Ecstatic Dance vítá lidi všech věkových kategorií, pohlaví, náboženství a etnického původu. Jde o mezigenerační komunitu, tudíž často můžete vidět, jak si prostor společně užívají lidi ve věku od 18 do 80 let. (…) Jsme nedenominační komunita, která se schází kvůli radosti z pohybu a společného tance."
[49] Tamtéž.
[50] ROTH, Gabrielle. *Maps to Ecstasy: Teachings of an Urban Shaman*. San Rafael (CA): New World Library, 1989, s. 7.
[51] Tamtéž, s. 14.

„All my fear disappears in the throbbing pulse of the drums. I forget my knee. I forget that I can't dance. Nothing can stop my spirit from moving, not even my body. I let go as I'm swept away in a vortex of motion to the deepest level of ecstatic trance I've ever experienced."[52]

Po tomto zážitku se rozhodla věnovat svůj život hledáním toho, jak tento stav znovu vědomě navodit a jak tuto zkušenost sdílet i s ostatními. Tak vznikl systém Pěti rytmů, který spojuje lidský pohyb s vnitřní psychickou transformací. Svou metodu postavila na přesvědčení, že skrze vědomý pohyb je možné dosáhnout celistvosti, léčení a návratu k vlastní podstatě.[53]

„My way back into life was ecstatic dance. I reentered my body by learning to move my self, to dance my own dance from the inside out, not the outside in."[54]

Její vliv je patrný i v dnešních Ecstatic Dance setkáních, které přejímají principy práce s rytmem a tělem. Přestože Roth vytvořila vlastní systém s jasnou strukturou, podporovala individuální praxi, která každému umožňuje najít svou cestu skrze pohyb.

METODOLOGICKÁ ČÁST

Výzkumný design

Tato kapitola přibližuje metodologický rámec mého terénního výzkumu. Využila jsem metodu kvalitativního výzkumu, konkrétně etnografii, která mi umožnila prostřednictvím pobytu v terénu kombinovat zúčastněné pozorování s osobní zkušeností a mířit tak hlubšímu porozumění zkoumaného prostředí. Volba této metody se mi jevila jako relevantní vzhledem k povaze zkoumaného jevu. V následujících podkapitolách je rozebrán výzkumný přístup, charakter terénu, výběr a provedení výzkumných metod, etické aspekty i reflexe pozice výzkumnice.

Rozhodla jsem se pro opakovanou přítomnost na akcích a kombinaci zúčastněného pozorování s rozhovory a osobní reflexí. Zúčastněné pozorování tvoří základ etnografického výzkumu, protože výzkumník skrze něj nevnímá svět pouze zvenčí, ale sdílí jej přímo s aktéry dané kultury.[55] Skrze zapojení vlastního těla jsem se snažila pochopit, co účastníci zažívají, co pro ně tento tanec znamená, a jaký prostor se v rámci těchto událostí otevírá.

---

[52] Tamtéž. s. 16. Vlastní překlad: „Veškerý strach ve mně mizí v pulzujícím rytmu bubnů. Zapomínám na své koleno, zapomínám, že nemohu tančit. Nic nedokáže zastavit pohyb mého ducha – ani mé tělo. Pouštím se a nechávám se strhnout vírem pohybu do nejhlubší úrovně extatického transu, jaký jsem kdy zažila."
[53] Tamtéž, str. 14.
[54] Tamtéž, s. 31. Vlastní překlad: „Mou cestou zpět do života byl extatický tanec. Vrátila jsem se do svého těla tím, že jsem se naučila sama sebe rozhýbat, tančit svůj vlastní tanec zevnitř ven, ne zvenčí dovnitř."
[55] SOUKUP, Martin. *Terénní výzkum v sociální a kulturní antropologii*. Praha: Karolinum, 2017, s. 93.

Během své přítomnosti v terénu jsem jako výzkumnice měla možnost zakusit povahu extatického tance nejen skrze pozorování, ale i skrze vlastní účast, čímž jsem se stala součástí zkoumaného jevu. Měla jsem možnost prožívat a současně pozorovat povahu tohoto jevu zevnitř.

Výzkumný problém a otázky

Hlavním výzkumným problémem mé práce je porozumět tomu, jak účastníci interpretují své tělesné a emocionální prožitky tance při Ecstatic Dance a jakým způsobem tato praxe zapadá do kontextu rituálu. Tento problém jsem formulovala na základě své osobní zkušenosti s Ecstatic Dance, postupného zkoumání toho, jak silně může tato taneční praxe ovlivnit tělo, emoce i vztahy mezi lidmi a také na základě teoretických konceptů Victora Turnera, Thomase Csordase a Felicitas Goodman, jejichž práce byly klíčové pro můj výzkum.

Z tohoto rámce vycházejí i následující výzkumné otázky, které se v průběhu terénního výzkumu postupně konkretizovaly:

- *V čem spočívá rituální charakter Ecstatic Dance?*
- *Zda se během Ecstatic Dance utváří mezi účastníky pocit komunity a jaký pro ně má význam?*
- *Jak účastníci popisují a interpretují své tělesné a emocionální zážitky?*

Terén a výzkumný vzorek

Terénem mého výzkumu byly taneční večery Ecstatic Dance pořádané v jednom z českých měst. Z etických důvodu ochrany anonymity aktérů je název města a plný název akce anonymizován. Tyto akce probíhají pravidelně a vyznačují se pevně danou strukturou, specifickými pravidly a důrazem na vytvoření bezpečného prostoru pro svobodné sebevyjádření a osobní prožitek.

Jako účastnice jsem navštívila celkem 5 večerů Ecstatic Dance, což mi umožnilo nahlédnout do různých rovin tohoto jevu a získat rozmanitý soubor dat. Opakovaná přítomnost v terénu mi zároveň umožnila navázat důvěrnější vztahy s některými účastníky a hlouběji proniknout do jejich interpretací a prožitků.

Výzkumný vzorek tvoří 5 komunikačních partnerů/partnerek, s nimiž byly vedeny polostrukturované rozhovory. Všichni jsou účastníky Ecstatic Dance, tudíž s ním mají osobní zkušenost. Výběr komunikačních partnerů probíhal účelově – hledala jsem osoby, které se opakovaně účastní těchto večerů a jsou ochotné reflektovat své zážitky v rozhovoru. K navázání

kontaktu došlo převážně přímo v terénu, během akcí, případně přes další účastníky. Někteří byli moji známí. Mezi dotazovanými byli i jeden z pořadatelů a jeden z hudebníků, což mi umožnilo nahlédnout i do perspektivy tvůrců události. Cílem byl hluboký vhled do individuálních zkušeností, významů a interpretací, které účastníci s extatickým tancem spojují.

Použité metody tvorby dat

Zúčastněné pozorování

Hlavní výzkumnou metodou bylo zúčastněné pozorování, včetně reflexe vlastního tělesného a emocionálního prožitku. Zúčastněné pozorování se vyznačuje tím, že se sami aktivně účastníme pozorovaného dění.[56] Tento přístup mi umožnil nahlížet zkoumaný jev nejen z pozice vnějšího pozorovatele, ale i z perspektivy účastnice, která se přímo zapojuje. Tímto způsobem jsem mohla sledovat, jak se v rámci událostí Ecstatic Dance utváří specifická atmosféra a jak se projevují tělesné, emocionální a mezilidské procesy.

Zúčastněné pozorování se kromě aktivit účasti a pozorování skládá také z aktivity psaní.[57] Z toho důvodu jsem si během jednotlivých večerů ručně psala útržkovité poznámky do sešitu, ze kterých jsem v následujících dnech vytvořila souvislé terénní záznamy. Ty obsahují popisy prostředí, hudby, účastníků, atmosféry i mých vlastních tělesných a emocionálních reakcí, mé reflexe zkoumaných večerů a výzkumnické pozice a přepisy nestrukturovaných rozhovorů.

Rozhovory

Vedle účasti na tanečních akcích a psaní terénních poznámek byly důležitou součástí mé tvorby dat také rozhovory. V rámci výzkumu jsem vedla několik krátkých nestrukturovaných, resp. neformálních rozhovorů s účastníky přímo na místě, které měly charakter spontánních konverzací reflektujících právě prožitý večer. Tyto rozhovory byly důležitým doplňkem k mým terénním poznámkám. Dále jsem vedla 5 polostrukturovaných, resp. polostandardizovaných rozhovorů s některými předem připravenými otázkami (viz příloha 1), z nichž jeden z rozhovorů byl veden přímo se zakladatelem a pořadatelem těchto akcí, jehož jméno jsem se opět z etických důvodů rozhodla neuvádět.

[56] NOVOTNÁ, Hedvika, ŠPAČEK, Ondřej a ŠŤOVÍČKOVÁ, Magdaléna. *Metody výzkumu ve společenských vědách*. Praha: Fakulta humanitních studií Univerzity Karlovy, 2019, s. 355.
[57] Tamtéž.

Neformální rozhovory

Mnou zaznamenané neformální rozhovory probíhaly výhradně na akcích Ecstatic Dance a nebyly nahrávány, pouze co nejpřesněji přepsány v mých terénních poznámkách, obvykle co nejrychleji po ukončení rozhovoru. Tento způsob zaznamenávání odpovídá specifikům této metody, protože vzhledem k přirozené povaze tohoto typu rozhovoru by přímé nahrávání mohlo působit rušivě či narušit důvěru.[58] Každý neformální rozhovor, který mi posloužil jako materiál pro mou bakalářskou práci byl podložen informovaným souhlasem účastníka. Před začátkem rozhovoru nebo po jeho skončení jsem daného aktéra obeznámila se svým výzkumem a zeptala se ho na souhlas pro použití jeho slov v mé práci.

Polostrukturované rozhovory

Tento typ rozhovorů jsem zvolila na základě skutečnosti, že polostrukturované rozhovory mohou být velmi přínosné díky své flexibilitě a otevřenosti.[59] To mi umožňovalo reagovat na výpovědi účastníků, klást doplňující otázky, vysvětlovat nejasnosti a přizpůsobovat se aktuálnímu vývoji rozhovoru. Polostrukturovaný rozhovor v kvalitativním výzkumu totiž není pouhé pokládání otázek a následné čekání na odpovědi, ale připomíná spíše klasické „povídání si“.[60]

Pro rozhovor jsem měla vždy připravené tematické okruhy a klíčové otázky a zároveň jsem se snažila ponechávat dostatek prostoru pro osobní vyjádření účastníků. Jako tazatelka jsem měla možnost improvizace a reagování na situace, které se během rozhovoru objevily. Díky tomu bylo možné proniknout do některých témat hlouběji.

Rozhovory jsem nahrávala na svůj mobilní telefon. Vždy jsem měla k dispozici externí nabíječku (pro případ vybití baterie) a také notebook, jakožto záložní nahrávací zařízení, které naštěstí nikdy nebylo potřeba. Nahrávky jsem následně zálohovala a uložila na svém počítači. Každému účastníkovi byl přiřazen pseudonym v souladu s etickými zásadami výzkumu. Kromě jmen jsem anonymizovala i veškeré další údaje, které by mohly vést k jejich identifikaci. Během rozhovoru jsem si tužkou poznamenávala na papír poznámky, které mi přišly klíčové. Po rozhovoru jsem si sepsala důležité kontextové informace – například atmosféru a své pocity.

Rozhovory probíhaly na různých místech dle předchozí domluvy tak, aby místo setkání vyhovovalo oběma stranám. Šlo o klidná místa jako domov, parky nebo čajovny. Rozhovory trvaly mezi 30 až 60 minutami, což odpovídá charakteristice tohoto typu rozhovoru. Polostrukturované rozhovory bývají na realizaci časově náročné, vzhledem k přípravě,

[58] Tamtéž, s. 341.
[59] Tamtéž, s. 322.
[60] Tamtéž, s. 284.

domluvě, provedení rozhovoru a následné transkripci.[61] Co se týká transkripce, využívala jsem tzv. redigovanou transkripci rozhovoru, při níž stačí rozhovor přepsat do psané podoby hovorové češtiny a ponechat pouze podstatné mimoslovní projevy.[62] K analýze dat z rozhovorů jsem přistupovala průběžně.

Komunikační partneři v polostrukturovaných rozhovorech

Všichni komunikační partneři v mé práci vystupují pod pseudonymy. Všichni z nich mají osobní zkušenost s Ecstatic Dance a spadají do kategorie mladých dospělých (orientačně mezi 20–35 lety). Výběr zahrnuje 3 muže a 2 ženy. Všichni byli o povaze výzkumu informováni a poskytli ústní souhlas se zaznamenáním a využitím rozhovoru pro účely této práce. Rozhovor se zakladatelem Adamem proběhl již v roce 2024, zbytek polostrukturovaných rozhovorů jsem provedla během jara roku 2025. Vzhledem k tomu, že setkání s Adamem proběhlo ještě na úplném počátku mého zkoumání, rozhovor s ním obsahoval jiné otázky než následné rozhovory s ostatními.

Adam

Adam je dlouholetým a pravidelným účastníkem. Navštívil akce Ecstatic Dance v několika různých zemích. Zároveň je zakladatelem a organizátorem akcí, které byly předmětem tohoto výzkumu. Za účelem rozhovoru jsem ho kontaktovala přes sociální sítě. Rozhovor s ním proběhl přes videohovor v prosinci roku 2024. Během rozhovoru jsem získala jeho souhlas s provedením svého bakalářského výzkumu. Adam mi sdílel svůj příběh, jak se k Ecstatic Dance dostal, a co ho přivedlo k tomu založit vlastní akce s tímto názvem.

Martin

Martin se akcí Ecstatic Dance účastní nepravidelně přibližně jeden rok. Přivedla ho k tomu kamarádka a jeho zájem o hudbu. Někdy se zapojuje nejen jako tanečník, ale i jako doprovodný bubeník. Potkala jsem ho na jedné z akcí, kde jsem prováděla zúčastněné pozorování a on působil právě částečně jako bubeník. Během rozhovoru otevřeně reflektoval své tělesné a vnitřní prožitky. Náš rozhovor byl veden v klidném podniku.

[61] Tamtéž, s. 349.
[62] Tamtéž.

Viktor

Viktor navštěvuje tyto akce více než jeden rok. Účastní se spíše nepravidelně, často společně se svou partnerkou. Seznámili jsme se přes komunikačního partnera Martina. V rozhovoru, který probíhal v domácím prostředí, se zaměřoval především na terapeutický rozměr tance, který srovnával s vlastním zážitkem z psychoterapie.

Klára

Klára má více než dvouletou zkušenost s Ecstatic Dance. Navštívila ho mnohokrát, také nepravidelně. Klára je mou kamarádkou a některých akcí jsme se (ještě před zahájením výzkumu) účastnily společně. Rozhovor probíhal v klidném venkovním parku a Klára otevřeně sdílela své vnitřní pocity spojené s tancem, a kladla důraz na to, co jí Ecstatic Dance přináší do každodenního života.

Tamara

Tamara se účastní od začátku roku 2023, tedy již přes rok. Navzdory mírné nervozitě byla velmi otevřená a ochotná důvěrně sdílet své zkušenosti. Seznámil nás společný známý přímo na jedné z mnou pozorovaných akcí a domluvily jsme se na rozhovoru, který poté také proběhl v klidném podniku.

Etické aspekty

Vzhledem k charakteru zkoumaného prostředí považuji dodržování etických zásad výzkumu za zásadní. Filosofie akcí Ecstatic Dance je postavena na důvěře, bezpečí a respektu. Účastníci často vstupují do velmi intenzivních a hlubokých stavů, což z mého pohledu výzkumnice klade vysoké nároky na citlivost a diskrétnost.

Před zahájením tvorby dat pomocí zúčastněného pozorování jsem během rozhovoru získala souhlas hlavního pořadatele s tím, že se budu účastnit akcí jakožto výzkumnice. Otevřeně jsem mu sdělila svůj výzkumný záměr. Osobám, se kterými jsem vedla rozhovory, jsem vždy sdělila, že provádím výzkum pro bakalářskou práci a poprosila je o informovaný souhlas, zpravidla ústní.

Současně jsem zvažovala i možnost veřejného oznámení výzkumu všem přítomným účastníkům akcí, nicméně jsem tento postup vyhodnotila jako potenciálně narušující citlivou a otevřenou atmosféru prostoru, který stojí na expresivitě, autenticitě a spontánnosti. Domnívám se, že by to mohlo změnit průběh večera a ovlivnit zkoumanou situaci. Přestože jsem tedy

neoznamovala svůj záměr všem účastníkům akce, dbala jsem na to, abych nenarušovala atmosféru prostoru. Nikdy jsem přímo v tanečním sále nepořizovala žádné obrazové ani zvukové záznamy, respektovala jsem zákaz používání telefonu[63] a snažila se, abych žádným způsobem nenarušila bezpečnost tohoto důvěrného prostředí. V práci jsem se rozhodla zaměřit primárně na rozhovory a vlastní reflexi prožitků. Veškeré poznámky jsem si vedla s takovými údaji, které nebyly natolik konkrétní, aby mohly vést k identifikaci osob.

Všichni aktéři v mé práci vystupují pod pseudonymy a lokalitu anonymizuji. Citlivé informace byly uloženy výhradně pod pseudonymy na mém soukromém počítači a nebyly sdíleny s dalšími osobami, kromě vedoucího práce. Tímto způsobem jsem naplnila doporučení odborné literatury, která upozorňuje: *„Pokud tušíme, že je zkoumané téma hodně citlivé a námi získané informace by mohly účastníky výzkumu nebo i někoho dalšího ohrožovat, snažíme se zpracovat výzkumnou zprávu tak, abychom minimalizovali riziko zneužití (a to i za cenu, že do výzkumné zprávy neuvedeme úplně všechny informace, které během výzkumu získáme).“*[64]

Vnímám, že bezpečnost prostoru je jedním z důvodů, proč mohou účastníci na akcích projevovat emoce, otevřenost a důvěru. Mým záměrem nebylo tuto důvěru narušit, ale respektovat ji v plném rozsahu.

V jednom případě mi potenciální komunikační partner rozhovor odmítl – tuto volbu jsem bez nátlaku akceptovala v souladu s principem dobrovolnosti účasti, jak jej stanovuje kodex České asociace pro sociální antropologii.[65] Snažila jsem se naplnit všechny zásady formulované v tomto kodexu.

Zohlednila jsem rovněž možné dopady zveřejnění výzkumu. Vzhledem k anonymizaci všech dat nepředpokládám žádné riziko ohrožení účastníků. Naopak doufám, že má práce může přispět k hlubšímu porozumění a většímu povědomí o akcích jako je Ecstatic Dance.

Etická dilemata

Rozhodla jsem se nezveřejnit konkrétní město, kde výzkum probíhal, a to přesto, že některé popisy (například uspořádání sálu) by mohly být pro některé insidery potenciálně

[63] Při svém prvním pozorování jsem si za účelem zaznamenávání terénních poznámek vzala telefon do tanečního sálu, neboť jsem si nebyla vědoma zákazu (věděla jsem, že se nesmí pořizovat zvukové a obrazové záznamy, ale tím, že jsem telefon používala jen pro vlastní psaní v rohu místnosti, jsem v tom neviděla problém). Nebyla jsem sama – slečna sedící vedle mne též používala telefon. Následně jsme byly mile a beze slov upozorněny další účastnicí, že jsou mobilní telefony v sále vyloženě zakázány. Na ostatních akcích jsem ho již nevyndala z batohu a veškeré poznámky zaznamenávala pouze ručně.

[64] NOVOTNÁ, Hedvika, ŠPAČEK, Ondřej a ŠŤOVÍČKOVÁ, Magdaléna. *Metody výzkumu ve společenských vědách*. Praha: Fakulta humanitních studií Univerzity Karlovy, 2019, s. 63.

[65] ČESKÁ ASOCIACE PRO SOCIÁLNÍ ANTROPOLOGII. *Etický kodex.* Online. 2020. Dostupné z: https://casaonline.cz/eticky-kodex/. [cit. 2025-06-05].

rozpoznatelné.[66] Vnímám však, že taková míra rozpoznatelnosti není sama o sobě ohrožující, protože předpokládá blízkou znalost prostředí dané osoby. Obsah práce by pro ni tedy neměl být překvapující ani zraňující. Navíc se snažím všechny citlivé informace, účastníky a detaily anonymizovat natolik, aby nikdo nemohl být rozpoznán či poškozen. Takto jsem se rozhodla za účelem vyvážení mezi dvěma principy: snahou uchovat důvěrnost a anonymitu a zároveň pravdivě a přesně popsat povahu zkoumaného prostředí, která má význam pro následnou analýzu. Také z tohoto důvodu jsem se rozhodla do práce nezařazovat žádnou fotodokumentaci (pořízenou samozřejmě mimo taneční sál) nebo přímé citace z popisů konkrétních akcí na internetu.

Reflexe pozice výzkumníka

Jakožto výzkumnice jsem si byla vědoma své dvojí role – účastnice a zároveň pozorovatelky. Zejména zpočátku jsem tuto roli nesla s určitým stresem a napětím. Věděla jsem, že chci být citlivá vůči dění, zároveň jsem ale cítila vnitřní tlak na to situaci pozorovat, zkoumat a správně zaznamenávat. V průběhu dalších večerů se tento pocit měnil. V okamžiku, kdy jsem zapomněla na fakt, že jsem výzkumnice, jsem měla pocit největší autenticity. Právě tehdy jsem byla nejvíce vtažená do rytmu, pohybu a sdílené atmosféry.

Tato dvojí perspektiva umožnila hlubší porozumění prožitkům účastníků, avšak zároveň vyžadovala kritickou reflexi vlastní subjektivity a vlivu osobní zkušenosti na interpretaci dat. Reflexivita, chápána jako vědomé a systematické zkoumání vlastních postojů, emocí a vlivu výzkumníkovi přítomnosti na průběh i výsledky výzkumu, je v kvalitativním výzkumu nezbytným nástrojem k udržení kritického odstupu a transparentnosti. [67]

Má reflexe byla průběžně zaznamenávána v terénních poznámkách a stala se součástí analytického procesu. Ačkoli můj výzkum nebyl vyloženě pojat pouze jako autoetnografie, můj tělesný prožitek je v práci zohledněn jako významný zdroj porozumění danému tématu. Dalo by se tedy říci, že vytvořená data obsahují autoetnografické prvky.

V průběhu výzkumu jsem si stále silněji uvědomovala, jakou zásadní roli hraje vlastní tělesnost. Únava, radost, ostych, zvědavost, nepohodlí – to vše se promítalo do mé účasti a tím i do toho, co jsem byla schopna vnímat a jak se hýbat. Tuto tělesnou zkušenost jsem vždy reflektovala v zápiscích a snažila se oddělit, co vychází z mé pozice insidera, a co lze považovat za obecně pozorovatelné.

---

[66] Myslím si však, že taková míra rozpoznatelnosti je nízká a vyžadovala by značnou znalost místního kontextu a spojení více dílčích informací. Věnovala jsem anonymizaci zvýšenou pozornost a věřím, že popisy obsažené v textu neohrožují soukromí aktérů ani lokalitu jako takovou.

[67] FLICK, Uwe. *An Introduction to Qualitative Research*. Los Angeles (CA): Sage, 2014, s. 39.

Unavené tělo, stres či očekávání někdy ovlivňovaly schopnost soustředění i vnímání detailů, naopak vnitřní uvolnění a pocit propojení přinášely hlubší pochopení. Výzkum se tak stal nejen akademickým úkolem, ale také cestou nějakého osobního rozvíjení a poznávání.

Co se týče mého vztahu k terénu, nejsem dlouhodobou členkou této komunity, ale zároveň nejsem úplným nováčkem. Tento ambivalentní status mi umožnil určitou blízkost i odstup. Jsem si vědoma rizik spojených s vlastní zaujatostí a pozitivním vnímáním z minulosti – proto jsem se snažila být co nejvíce reflexivní a otevřena i jiným výkladům než těm, které mi přišly přirozené.

EMPIRICKÁ ČÁST

Popis terénu

Můj etnografický výzkum se odehrával v průběhu několika měsíců roku 2025[68] na pěti večerních akcích Ecstatic Dance v anonymizovaném českém městě. Prostor, ve kterém se akce konaly je umístěn uvnitř většího objektu, jehož součástí je místnost, která slouží jako taneční sál. V tomto prostředí jsem prováděla zúčastněná pozorování a vedla neformální rozhovory s účastníky.

Ve svých terénních poznámkách jsem pravidelně zaznamenávala atmosféru tohoto místa. Při vstupu na akci jsem ukazovala vstupenku a vždy jsem se cítila přátelsky přivítána. Před sálem visela nástěnka s množstvím letáčků a vizitek nabízejících různé formy osobního rozvoje – například taneční workshopy, kakaové ceremonie, psychoterapie či masáže. Prostor býval v průběhu akce tlumeně osvětlený. Často jsem si všímala specifických dekorací. Některé pocházely z odlišných kulturních tradic, například sošky Buddhy (z východní buddhistické tradice) a lapače snů (tradiční předměty původních obyvatel Severní Ameriky). Na akci bylo také přítomno k zakoupení ceremoniální kakao z jižní Ameriky a volně k dispozici barvy na obličej, které účastníci mohli používat podle vlastního rozhodnutí. Ve vzduchu se také většinou linuly vůně – například vonného dřeva, bílé šalvěje či vonných tyčinek.

Taneční část večera měla předem připravený časový rozvrh, který se vždy opakoval. Vstup do sálu byl možný od určité hodiny. Po otevření prostoru následovala vedená rozcvička a poté přechod do hlavního hudebního setu, který byl buď veden DJem či hudebníky se živou hudbou.

[68] Úplně první rozhovor se odehrál jako jediný již ke konci roku 2024. Ostatní rozhovory a všechna pozorování se odehrála v první polovině roku 2025.

Hudba během večera vždy měnila tempo, rytmus a styl, což se promítalo do tělesného prožitku účastníků. Střídaly se melodické pasáže s rytmickými momenty. Součástí programu bylo i uzavření večera v podobě závěrečného kruhu a společné meditace nebo třeba společného zpívání.

Prostor byl uspořádán tak, aby vyhovoval jak pohybu, tak i odpočinku. Součástí byla i místa, kde si účastníci mohli oddechnout od tance. Například gauč, přístup k čerstvému vzduchu, a také lehké občerstvení v podobě ovoce, pitné vody a čaje. V sále nebylo přítomno žádné podium. DJové či hudebníci vždy stáli u DJ pultu, který je v prostoru postaven na stejné úrovni jako taneční parket. Tanečníci měli tendenci se nejvíce shromažďovat právě v okolí tohoto pultu. Sál lemovala velká okna, kterými na jaře pronikalo přirozené světlo. V zimních měsících bývala už na začátku akce tma, což spolu s tlumeným osvětlením vytvářelo intimnější a uzavřenější atmosféru. Čím více se blížilo léto, tím prostor díky slunečnímu svitu působil otevřeněji, světleji a prostorněji.

Atmosféra se mi vždy zdála neformální a otevřená. Organizátoři dávali najevo, že dbají na vytvoření bezpečného prostředí, ve kterém se účastníci mohou naplno odevzdat pohybu bez strachu z odsouzení, obtěžování či nahrávání ostatními. Vždy byla připomínána přítomnost pravidel.

Účastníků bylo na akci zpravidla několik desítek a byli to lidé různých věkových kategorií. Od malých dětí (ty se však objevovaly spíše výjimečně), přes mladé dospělé až po starší účastníky. Někteří přicházeli sami, jiní v párech či skupinkách přátel. Během jednotlivých večerů jsem si začala všímat opakujících se tváří – lidí, kteří se na tyto akce pravidelně vraceli. Oblečení účastníku bylo velmi různorodé – od volných šatů s výraznými vzory, přes pohodlné tepláky, sportovní oblečení až po džíny. Osobně jsem většinou volila volné kalhoty a tílko, aby mi byl intenzivní pohyb co nejpříjemnější.

Participanti

Účastníky Ecstatic Dance tvoří spektrum lidí. Nejpočetnější skupinu představují samotní tanečníci – osoby, které se akce účastní za účelem tance. Kromě nich jsou přítomni také facilitátoři, tedy osoby, které událost uvádějí, organizují, vedou závěrečný kruh a podobně. Klíčovou roli sehrávají samozřejmě také DJové či živí hudebníci, kteří tvoří hudbu večera. Někdy se do hudby zapojují i samotní tanečníci (například zpěvem nebo jsou volně k dispozici například bubny).

Struktura večera

Jak už bylo v práci naznačeno, večery Ecstatic Dance probíhají podle předem dané, ale flexibilní struktury. Obvykle začínají vedenou úvodní rozcvičkou. Následuje hlavní část večera věnovaná tanci, při níž hudbu zajišťuje DJ nebo živý hudebník, případně více hudebníků. Závěr večera tvoří společné zklidnění, při němž se někdy zpívá či medituje a poté se tvoří závěrečný kruh a zážitek se takto společně uzavírá.

Účastníci nejsou nuceni se zapojit do všech částí programu a je běžné, že se někdo rozhodne pouze odpočívat, pozorovat, sedět stranou či prostor opustit. Viz terénní poznámky:

„Po skončení přichází jiný muž s kytarou, hraje mantry. (...) Někteří zpívají s ním. Všichni sedí, jen jedna žena stále stojí a tančí. Vnímám to jako prvek toho svobodného prostoru, který tady dohromady tvoříme. Kdo chce, tak sedí, kdo chce, tak tančí, kdo chce, tak třeba trénuje stojky nebo zpívá.“[69]

Analýza dat

„Kvalitativní analýza pracuje s daty kvalitativním způsobem. Probíhá po celou dobu výzkumu a místo četnosti výskytu jevů či jednání zdůrazňuje jejich významy.“[70]

S kvalitativní analýzou dat jsem začala už po mém prvním zúčastněném pozorování, kdy jsem si průběžně zaznamenávala své postřehy a reflexe. Tyto poznámky se následně staly společně s rozhovory výchozím materiálem pro analytickou práci. Všechna získaná data, jak z rozhovorů, tak z terénních poznámek jsem si přepsala v souvislých větách do počítače a následně jsem k nim pomocí barev přiřazovala různé kódy, například: *bezpečí*, *svoboda*, *tělesnost*, *komunita*, *prožitky transu a extáze*.

V další fázi analytické práce jsem k těmto kódům sepsala poznámky a poté kódy seskupila do čtyř kategorií. Kategorie reflektují významové struktury, které jsou přítomny v nasbíraných datech a každá kategorie byla propojena s teoretickým rámcem práce. Mezi tyto čtyři kategorie patří: *Sdílený prožitek a komunita, Tělo jako médium zkušenosti, Změněné stavy vědomí* a *Bezpečí a svoboda.*

Cílem analýzy bylo popsat a kategorizovat zkušenosti účastníků Ecstatic Dance na základě jejich výpovědí a mého pozorování. Analýza vycházela z kódování, jehož prostřednictvím jsem se snažila rozpoznat opakující se témata a významy.

[69] Terénní poznámky, 7.3.2025.
[70] NOVOTNÁ, Hedvika, ŠPAČEK, Ondřej a ŠŤOVÍČKOVÁ, Magdaléna. *Metody výzkumu ve společenských vědách*. Praha: Fakulta humanitních studií Univerzity Karlovy, 2019, s. 443.

Sdílený prožitek a komunita

Jedním z nejvýraznějších motivů, které se objevují napříč vytvořenými daty (tedy terénními poznámkami a rozhovory), je prožitek propojení s ostatními účastníky, pocit komunity a sounáležitosti. V rámci Ecstatic Dance dochází často k situacím, které podporují sdílený zážitek – ať už oficiálně (například v podobě závěrečného kruhu, držení se za ruce či společného zpívání) nebo v podobě spontánního neverbálního kontaktu, jako jsou pohledy z očí do očí, úsměvy, objetí či synchronizace pohybu při tanci. Již u vstupu na akce bývá viditelná cedule s hesly jako *„pohyb, svoboda, spontánnost, komunita.“*[71] Což jasně naznačuje, že právě komunita je jednou z hlavních hodnot, na kterých je celý koncept založen.

Už při svých prvních zúčastněných pozorováních jsem si všímala, že si mezi sebou lidé často přirozeně tykají, často se na sebe usmívají a při neúmyslném kontaktu během tance se většinou neverbálně omlouvají. Tyto projevy všímavosti, přátelskosti a vstřícnosti vytvářejí dojem bezpečného a otevřeného prostředí. Výrazným momentem sdíleného prožitku pro mě byl závěrečný kruh, který uzavírá celý večer. Ve svých poznámkách popisuji:

„Společně utvoříme kruh. […] nakonec se spojujeme, chytáme za ruce a tvoříme velký kruh. Spolu zpíváme to, co nám zpěvačka předzpívá. Potom děláme 3x Óm a ozvučené výdechy. Cítím se v tu chvíli velmi uvolněně a přijde mi zajímavé vidět v kruhu všechny tanečníky, kteří tam ten večer byli. […] Propojení je pro mě v tuto chvíli velmi silné – cítím se součástí komunity, co společně utvořila tento celý večer, tento celý zážitek.“[72]

V jiných terénních poznámkách zaznamenávám situaci, kdy dochází ke spontánnímu propojení s jiným tanečníkem bez předchozí domluvy či výzvy:

„V jednu chvíli se naladím na tanec s mužem vedle mě – bez jakékoliv předešlé domluvy začínáme dělat stejné pohyby rukama a celkově se synchronizujeme. Je to hezká chvíle nějakého propojení. Po chvíli zas každý pokračuje sám.“[73]

Velmi výmluvná je v tomto ohledu výpověď pořadatele Adama, který v rozhovoru uvedl:

„Úplně první věc [která lidi přitahuje na Ecstatic Dance] je ta komunita.“[74]

Další výpověď, která otevírá důležitou dimenzi týkající se emocí, zazněla v rozhovoru s účastníkem a hudebníkem Martinem. Ve své výpovědi poukázal na to, že emoce prožívané jedním tanečníkem se mohou v prostoru přenášet i na ostatní. Podle jeho zkušenosti se tak mezi lidmi vytváří jakási sdílená emoční dynamika.“[75]

[71] Terénní poznámky, 24.1.2025.
[72] Terénní poznámky, 21.2.2025.
[73] Terénní poznámky, 16.5.2025.
[74] Rozhovor s Adamem, 18.12.2024.
[75] Rozhovor s Martinem, 20.5.2025.

Což naznačuje, že v prostoru Ecstatic Dance nedochází jen k individuálnímu prožívání, ale i k jakémusi ladění se na skupinu, kde se emoce mohou šířit a sdílet, podobně jako pohyb.

Na základě těchto dat se lze říci, že komunita není pouze vedlejším efektem Ecstatic Dance, ale je jedním z jeho hlavních smyslů. Nejde jen o pohyb, ale o sdílení, spoluprožívání a vytváření prostoru, a dočasného intenzivního společenství, kde jsou lidé spolu – vědomě, tělesně a autenticky.

Tělo jako médium zkušenosti

Dalším velmi častým motivem, který se v mých datech opakovaně objevoval, byl vztah účastníků k vlastnímu tělu a jeho roli v tanečním prožitku. Tělo hraje v rámci Ecstatic Dance klíčovou roli – nejen jako nástroj pohybu, ale i jako médium, skrze které účastníci prožívají hudbu, emoce, přítomnost i vztah k sobě. Tělesné vnímání je přitom proměnlivé – může být ovlivněno prostředím, atmosférou, hudbou a emočním rozpoložením účastníka. Mnoho výpovědí i pozorování ukazuje, že právě pohyb a tělesnost jsou v Ecstatic Dance prostředkem hlubšího napojení na vlastní vnitřní svět, na okolní prostor i lidi v něm.

Ve výpovědích účastníků i v mém vlastním zúčastněném pozorování se ukazuje, že právě skrze tělo dochází k důležitým posunům – od napětí k uvolnění, od kontroly k odevzdání, od vnější pozornosti k vnitřnímu vnímání. První momenty na akci bývají spojené s napětím a nejistotou. Například v záznamu z mého prvního zúčastněného pozorování uvádím toto:

„Zpočátku jsem byla nervózní a v napětí. Pohyb a hudba mě postupně uvolnily.“[76]

Komunikační partnerka Tamara v rozhovoru zmínila, že:

„Když se mi podaří na nic nemyslet a neřešit, jestli mě někdo sleduje, co si o mě myslí, tak mi to hezky vyčistí hlavu. A cítím se pak určitě mnohem líp.“[77]

Napětí postupně nahrazuje stav uvolnění, které je dosaženo skrze zapojení těla – skrze tanec. Z terénních poznámek je patrné, že tělo reaguje nejen na hudbu, ale i na celkové prostředí – světlo, teplo či přítomnost ostatních lidí. Vydýchaný vzduch, únava, inspirace od jiných tanečníků – to vše formuje tělesný prožitek.

Jeden z účastníků Ecstatic Dance, pořadatel Adam, dokonce popisuje, že po některých tancích se po několik měsíců rozplakával, aniž by věděl proč. V rozhovoru sdílel, že emoce se podle něj ukládají do těla a tanec je může uvolnit.

[76] Terénní poznámky, 21.1.2025.
[77] Rozhovor s Tamarou, 23.5.2025.

„[…] *pamatuju si, že po tom tanci má člověk nějakej proces, a já jsem se šest měsíců vždycky potom tanci rozbrečel, vůbec jsem nevěděl proč.“*[78]

Ve svých poznámkách reflektuji:

„Během tohoto večera jsem si uvědomovala, jak silně se fyzično ovlivňuje s mým psychickým prožíváním.“[79]

V prostředí Ecstatic Dance se rytmus, prostor, ostatní těla i vlastní emoce propojují v jednotném zážitku, který je hluboce zakořeněný v tělesnosti. Ecstatic Dance představuje prostor, kde je tělo klíčem k prožitku.

Bezpečí a svoboda

„Všetko, čo tam zažívam, tam zažívam preto, lebo tam je tá sloboda v tom zážitku...“[80]

Z rozhovorů i terénních poznámek postupně vyplynulo, že pocit bezpečí a možnost svobodného sebevyjádření představují pro účastníky Ecstatic Dance zásadní hodnoty celého zážitku. Prostor, v němž se tanec odehrává, je vnímán jako místo, kde lze být autenticky sám sebou a projevovat se bez hodnocení ostatními.

Někteří účastníci tento pocit bezpečí přikládali přítomnosti pravidel na akcích. Jak uvedl komunikační partner Martin:

„Uvažoval som nad tým, či tie pravidlá neobmedzujú slobodu, ale potom som si uvedomil, že práve naopak. Sú to pravidlá, ktoré tú slobodu zabezpečujú.“[81]

Také Tamara při rozhovoru popisovala, jaký pro ni pravidla vytvářejí prostor:

„To [pravidla] mi přijde fajn, že tam je. Dává to tomu to kouzlo, že tam musíš něco dodržovat, aby se vytvořil bezpečný prostor.“[82]

Tato atmosféra důvěry a bezpečí se promítá i do mých zkušeností během tance. V terénních poznámkách se objevují zmínky o tom, jak mi atmosféra na Ecstatic Dance umožnila se pohybovat a tančit bez obav:

„Vnímám, že i já se tu cítím bezpečně. Na rozdíl od nějakého běžného večerního tanečního klubu v sobě nepociťuji nějakou obavu z nevítaného fyzického kontaktu od cizích mužů.“[83]

Bezpečný prostor ovšem neznamená jen absenci nějaké fyzické hrozby. Jak ukazují vytvořená data, jde spíše o hlubší vnímání vzájemného respektu, který prostupuje prostor na

[78] Rozhovor s Adamem, 18.12.2024.
[79] Terénní poznámky, 7.3.2025.
[80] Rozhovor s Martinem, 20.5.2025.
[81] Tamtéž.
[82] Rozhovor s Tamarou, 23.5.2025.
[83] Terénní poznámky, 2.5.2025.

Ecstatic Dance. Například komunikační partner Viktor popisoval, že i když se u něj během tance může projevit určitý diskomfort, pocit bezpečí převažuje a umožňuje mu se otevřeně vyjadřovat pohybem.[84] Právě bezpečné prostředí se často stává předpokladem pro hlubší uvolnění a autenticitu. Klára popsala svou motivaci, která ji vede k účasti na Ecstatic Dance takto:

„Za mě je to silnej pocit naplněnosti, kterej vychází z toho, že se můžu pohybovat a vyjadřovat sebe samu skrze pohyb úplně jakkoliv. A vím, že jsem během toho v bezpečí, a stejně tak, jak já nesoudím ostatní lidi, tak vím, že oni nesoudí mě.“[85]

Podle některých výpovědí se potom pocit svobodného a bezpečného prostoru přenáší i do zkušeností běžného života. Viz odpověď Viktora na mou otázku, co mu Ecstatic Dance přináší do běžného života:

„Určitě vědomí toho, že existuje prostor nebo akce, kde se můžu svobodně projevit formou tance, pohybu. Bez toho abych řešil, co si o mě myslí ostatní.“[86]

Nebo výpověď Kláry:

„(…) potom [po ED] si tohle všechno odnáším do normálního života a pak mi to jde i aplikovat mnohem líp. Ten pocit se mnou trvá… Třeba minimálně ještě týden potom cítím, že ten týden je lehčí, otevřenější, víc se projevuju, líp se mi přijímá, co se mi děje.“[87]

Zakladatel akcí, který v mé práci vystupuje pod pseudonymem Adam, v rozhovoru popsal svou zkušenost s tím, jak na „běžné“ party lidé předpokládali, že jeho intenzivní taneční projev je spojen s užíváním drog. Ecstatic Dance vnímá jako prostor, kde je možné se autenticky a svobodně projevit – bez alkoholu či jiných látek.[88]

Bezpečí a svoboda se kontextu Ecstatic Dance ukazují jako vzájemně propojené aspekty. Pravidla, prostor a účastníci se podílejí na vytváření atmosféry, která umožňuje zažít tyto pocity. Účastníci reflektují, že tato zkušenost má přesah i do jejich každodenního života.

Změněné stavy vědomí a hluboké prožitky

Dalším tématem, které se v rámci pozorování a rozhovorů opakovalo, jsou mnohovrstevnaté prožitky účastníků během tance. Tyto prožitky zahrnují stavy hlubokého ponoření do pohybu, pocity vzájemného propojení, silné emoce a tělesné projevy jako pocení, zrychlený dech, spontánní zpěv, výkřiky, výskoky. V prostředí Ecstatic Dance tyto projevy nastávají spontánně, bez použití psychoaktivních látek. Propojuji je v jedné analytické

[84] Rozhovor s Viktorem, 1.6.2025.
[85] Rozhovor s Klárou, 21.5.2025.
[86] Rozhovor s Viktorem, 1.6.2025.
[87] Rozhovor s Klárou, 21.5.2025.
[88] Rozhovor s Adamem, 18.12.2024.

kategorii, protože všechny ukazují, jak tanec na akci Ecstatic Dance může vést k vnitřním i tělesným stavům, které účastníci často označují jako silné, hluboké či extatické.

Někteří účastníci mi dokonce sami od sebe reflektovali vyloženě prožitek změněného stavu vědomí. Například Tamara zažila halucinace:

*„**A:** Mhm… a zmínila jsi, že jsi zažívala halucinace, mohla bys mi to trochu víc popsat?*

***T:** No to bylo jen takový.... Viděla jsem takový světýlka, různý barevný věci. Nic konkrétního. Bylo to trochu jako když jsem měla jednou houbičky – různé tvary, barvy, každý zvuk měl třeba nějakou strukturu nebo pohyb.“*[89]

Jiný účastník mi při neformálním rozhovoru sdílel svou zkušenost během závěrečné meditace, kterou popsal jako „trans“:

„Po skončení akce za mnou přichází muž, se kterým jsem se už na nějakém Ecstaticu představovala. Ví, že píšu bakalářkou práci a ptá se mě, jak se mi večer líbil. Říkám mu, že moc a zajímám se o to, jaký prožitek měl on. Svěřuje se mi, že se mu to také moc líbilo, a že během závěrečné meditace zažil stav transu. Ptám se ho, jak pro něj ten trans vypadal a on popisuje, že ‚viděl bílé světlo a cítil se, jako by se mu splnila všechna přání.‘ Vnímal to prý jako intenzivní, příjemný pocit.“[90]

Hudba, pohyb, meditace a společná energie se v těchto prožitcích jeví jako hlavní spouštěče těchto stavů. Sama zmiňuji v terénních poznámkách:

„Gradace hudby je dnes opravdu intenzivní. Hýbu se, skáču, tancuji, cítím žízeň, ale teď nechci odejít. Je tu silná energie, kterou nechci opustit.“[91]

Komunikační partnerka Klára popsala silný pocit vděčnosti:

„Mně se najednou objevil silnej pocit vděčnosti – za život, za sebe, za to, kde jsem, jaký lidi mám kolem sebe, co dělám.“[92]

Stejně jako třeba pořadatel Adam:

„A ze svojí vlastní zkušenosti fakt tam je třeba vděčnost… já dokážu prožít vděčnost na tanci, že to je úplně neskutečný, že se dostanu klidně až do těch slz.“[93]

Intenzita a hloubka těchto prožitků se u jednotlivých účastníků liší. Z vyprávění účastníků vyplývá, že právě tato komplexní zkušenost propojující tělo, emoce a vědomí, je pro mnohé z nich klíčovým aspektem toho, co na Ecstatic Dance hledají a nalézají.

Z analýzy vyplynulo, že tělesnost, změněné stavy vědomí a zkušenost bezpečí a svobody nejsou izolované aspekty, ale jsou vzájemně propojeny a společně vytvářejí celkový zážitek

[89] Rozhovor s Tamarou, 23.5.2025.
[90] Terénní poznámky, 16.5.2025.
[91] Tamtéž.
[92] Rozhovor s Klárou, 21.5.2025.
[93] Rozhovor s Adamem, 18.12.2025.

účastníků. V následující interpretační kapitole se zaměřím na hlubší porozumění významů těchto zkušeností skrze propojení s teoretickými koncepty.

Interpretace dat

V této kapitole se zaměřuji na interpretaci etnografických dat získaných prostřednictvím zúčastněného pozorování a rozhovorů s účastníky akcí Ecstatic Dance. Navazuji na předchozí analytickou část, ve které byly vymezeny čtyři tematické kategorie, jež se ve výpovědích i pozorováních opakovaně objevovaly, tedy konkrétně: *tělo jako médium zkušenosti*, *změněné stavy vědomí*, *prožitek komunity*, a *bezpečí a svoboda*. Tyto kategorie však nevystupují izolovaně – naopak, vzájemně se překrývají a vytvářejí komplexní zkušenost, kterou lze číst jako současný rituální proces. Cílem této kapitoly je hledat a vysvětlovat významy těchto prožitků. Kapitolu jsem se rozhodla napsat jako text, v němž se jednotlivé významové oblasti přirozeně prolínají a vzájemně podporují. Interpretace se zaměří na to, jak tělo, prostor, komunita, bezpečí a svoboda vytvářejí podmínky a jakým způsobem lze tyto zkušenosti chápat jako formu rituálu.

Teoretickým rámcem interpretace je koncept rituálu a jeho struktury, jak ji formuloval Arnold van Gennep[94] a rozpracoval Victor Turner[95], včetně klíčových pojmů jako liminarita a *communitas*. Tyto klasické modely však doplňuji o současný antropologický přístup zaměřený na tělesnost. Zvláště důležitý je koncept *embodimentu*, jak jej definuje Thomas Csordas, který chápe tělo jako „*existenciální základ kultury*“[96], tedy jako aktivní médium, skrze které zakoušíme svět, druhé i sami sebe.[97] Tělo je v tomto smyslu způsobem bytí ve světě.

Interpretace se soustředí na to, jak právě skrze tělo a jeho naladění vzniká tato celková zkušenost bezpečí, komunity, změněných stavů vědomí a autenticity. V této perspektivě chápu Ecstatic Dance jako rituální prostor, v němž jednotlivci procházejí určitou strukturou: oddělení od každodennosti, ponoření do tance a liminárního stavu a opětovného začlenění.[98] Tento proces je však tělesně zakotvený – odehrává se prostřednictvím pohybu, tance, vnímání. Výsledkem interpretace je porozumění tomu, jak se skrze extatický tanec může rozvinout zkušenost, kterou lze interpretovat jako rituální.

[94] VAN GENNEP, Arnold. *Přechodové rituály: systematické studium rituálů*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1997, s. 19.
[95] TURNER, Victor. *Průběh rituálu*. Brno: Computer Press, 2004.
[96] CSORDAS, Thomas J. *Embodiment as a Paradigm for Anthropology. Ethos*. 1990, roč. 18, č. 1, s. 5.
[97] CSORDAS, Thomas J. *Somatic Modes of Attention*. *Cultural Anthropology*, 1993, roč. 8, č. 2, s. 138.
[98] VAN GENNEP, Arnold. *Přechodové rituály: systematické studium rituálů*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1997, s. 19.

Tělesné ladění jako vstupní práh zkušenosti

Ecstatic Dance se ve svých projevech může odlišovat od běžného chápání tance, které jsem uvedla v teoretické části práce. Nejde pouze o pohyby do rytmu hudby, ale o strukturovaný prostor, v němž je tělo hlavním médiem zkušenosti. Jak ukazuje Csordas, tělo není pouhým nositelem významů, ale přímo „*existenciálním základem*“[99]. Právě skrze tělo se jedinec vztahuje k druhým lidem i k sobě samému.[100] Tento přístup umožňuje Ecstatic Dance chápat jako tělesně založenou praxi, v níž dochází k proměně způsobu, jakým je tělo vnímáno, cítěno a prožíváno. Také umožňuje vidět během akcí procesy, v nichž dochází k proměně způsobu, jakým tělo vnímá, reaguje a zakouší realitu.

Tato proměna však není samozřejmá – v prostředí Ecstatic Dance je záměrně podporována. Pravidla (například zákaz mluvení, tanec naboso, bez použití psychoaktivních látek), úvodní rozcvička a společné zakončení večera utváří rámec, který usnadňuje přesměrování pozornosti dovnitř, k tělesnému vnímání. Tento proces by se dal přirovnat k tomu, co Csordas označuje jako tělesné způsoby pozornosti.[101]

Tělesné ladění zde funguje jako jakýsi pomyslný práh, vstupní brána do hlubšího prožitku. Podle výpovědí účastníků i podle zaznamenaných terénních poznámek bývá začátek večera často provázen napětím či nervozitou.

„Na gauči, který je umístěn na okraji sálu vidím muže v tureckém sedu a zavřenýma očima – vypadá, jako by meditoval. Procházím se po prostoru a snažím se rozhýbat tělo, které mi připadá trochu ztuhlé. […] Všímám si, že čím méně přemýšlím nad pohyby, tím lépe se mi tančí, tím méně nemotorně si připadám a dokážu se „ponořit“ do hudby.“[102]

Tento proces postupného tělesného ladění se na zážitek se může s opakovanou účastí na Ecstatic Dance prohlubovat a stávat přirozenějším. Data ukazují, že uvolnění a ponoření se do pohybu s lehkostí někdy přichází až po několika zkušenostech.

„ …pamatuju si, že poprvé z prvního [Ecstatic Dance] jsem odešel. Já jsem tam přišel zrovna do warm upu a lidi se tam tak různě plazili po zemi a já si říkám: ‚To není možný, tady prostě musí brát drogy.‘ […] Vůbec mi to nešlo pochopit. A pak už jsem je začal trošku víc navštěvovat a byl to takovej postupnej proces, třeba jako jóga, když je tam člověk poprvé, tak moc neví, ale postupně se uvolňuje.“[103]

Podobný průběh jsem zažila i sama na vlastní kůži:

---

[99] CSORDAS, Thomas J. *Embodiment as a Paradigm for Anthropology. Ethos*. 1990, roč. 18, č. 1, s. 5.
[100] CSORDAS, Thomas J. *Somatic Modes of Attention*. *Cultural Anthropology*, 1993, roč. 8, č. 2, s. 138.
[101] Tamtéž.
[102] Terénní poznámky, 21.2.2025.
[103] Rozhovor s Adamem, 18.12.2024.

„Tanec se mi postupně stává přirozenější. Už je pro mě běžné tu prostě tančit. Mám větší důvěru v proces, průběh večera. Věřím tomu, že hudba mě vtáhne.“[104]

A naznačuje to také výpověď Viktora:

„Nejsem v tom [tanci] vždycky úplně maximálně uvolněný, občas cítím určitý nekomfort – třeba co si o mně ostatní myslí nebo jak mě vnímá okolí, jestli nevypadám divně a podobně. Možná, kdybych tam chodil častěji, tak to opadne a tohle bych vůbec nevnímal.“[105]

Tělesné uvolnění tedy nepřichází automaticky – je výsledkem procesu, v němž tělo postupně přechází k režimu otevřenosti a vnímavosti. Tělo musí být na hluboký prožitek připraveno – jinak se do něj neponoří naplno. Například Klára popisuje, že automaticky zavírá oči, aby se mohla více napojit na své tělo a na prožívání:

„U mě je hodně typický, že si u toho zavírám oči a vlastně nedělám ten Ecstatic jinak. Tancuju se zavřenejma očima, jenom občas je otevřu, když chci vidět, jak to vlastně vypadá.“[106]

V prostředí Ecstatic Dance jsou způsoby pozornosti záměrně podporovány a kultivovány. Vytváří se v něm rámec, který umožňuje účastníkům přesměrovat pozornost dovnitř, k tělesnému vnímání. Tělo se stává naladěným nástrojem, který je připraven prožít zkušenost, jež by jinak zůstala nedostupná. Sama jsem poznala, že když bylo tělo přetížené či unavené, bylo velmi těžké se do hlubokého prožitku dostat.[107] Také v poznámkách uvádím roli koncentrace a vlivu hudby:

„Čím je hudba složitější a nepředvídatelnější, což dnes tak trochu byla, tím je těžší se dostat do uvolnění, vyžaduje to více koncentrace, ale o to hlubší zážitek to potom je.“[108]

Toto ladění těla, jímž myslím určitou přípravu na hlubší prožitek (například vyloženě změněného stavu vědomí), které je v procesu Ecstatic Dance přítomno, lze zaznamenat i v práci Thomase Csordase. V analýze charismatického uzdravování *The Sacred Self* Csordas ukazuje, že tělesné zakotvení zkušenosti je aktivním předpokladem možnosti prožití posvátna.[109] Připravenost na prožitek je zprostředkována tělesně – skrze somatickou pozornost.[110] Podobně i Felicitas Goodman zdůrazňuje, že stav transu není náhodný, ale výsledkem tělesné i mentální připravenosti v rámci rituálního kontextu.[111]

---

[104] Terénní poznámky, 16.5.2025.
[105] Rozhovor s Viktorem, 1.6.2025.
[106] Rozhovor s Klárou, 21.5.2025.
[107] Terénní poznámky, 7.3.2025.
[108] Terénní poznámky, 21.2.2025.
[109] CSORDAS, Thomas J. *The Sacred Self: A Cultural Phenomenology of Charismatic Healing*. Berkeley (CA): University of California Press, 1997.
[110] Tamtéž, s. 67.
[111] GOODMAN, Felicitas D. *Ecstasy, Ritual, and Alternate Reality: Religion in a Pluralistic World*. Bloomington: Indiana University Press, 1988, s. 37.

Tělo se zde stává nejen nositelem prožitku, ale i nástrojem proměny. Jak píše Gabrielle Roth:

„Movement is the medium of change.“[112]

Přechod od struktury ke spontánnímu pohybu, od hlavy k tělu, je opakovaně zaznamenán v terénu. Tělo se během večera stává něčím, skrz co se může odehrát něco víc než pouze tanec – proměna vnímání sebe sama i druhých. Rámec Ecstatic Dance tanečníky vede k tomu přesměrovat svou pozornost směrem k tělu. Jak popsala Klára:

„Vnímám, že je tam potřeba, aby tam nebylo narušení pozornosti typu ‚jdeme se o něčem bavit“. Ale to není o tom se pobavit. Pokud se ten člověk chce bavit, tak může skrze pohyb.‘[113]

Soustředění se na tělesný prožitek je sdílenou normou tohoto prostředí. Gabrielle Roth popisuje tento proces k intuitivnímu pohybu jako skok z ega do duše:

In this dance nobody knew the steps, not even me. As soon as I committed myself to simply moving, letting the inside flow out, I eliminated the need to live up to forms, to expectations created by someone else. I entered the realm of ecstatic dance. Ecstatic dance became my way of jumping out of my personality into my soul. Whenever I got stuck in my head, I did whatever it took to get dancing, to escape the safe, boring confines of being reasonable.“[114]

Tělo se tak stává místem i prostředkem rituálu. Rituál se odehrává skrze tělo a jeho praktiky, je tělem umožněn. Skrze ladění těla na Ecstatic Dance se zároveň otevírá prostor pro další klíčové roviny zážitku. Změněné stavy vědomí, pocit komunity i prožívání svobody. Bez tělesného připravení a uvolnění by tyto vrstvy zůstaly nedostupné. Ecstatic Dance tak lze chápat jako rituál těla – prostor, kde se subjektivita[115] formuje pohybem.

Ztělesněná struktura rituálu

Struktura Ecstatic Dance se dá interpretovat podobně jako struktura rituálu podle Arnolda van Gennepa. Ačkoliv Ecstatic Dance není tradiční přechodový rituál spjatý s institucí (např. iniciační obřad v rámci náboženské komunity), můžeme jeho průběh rozdělit do tří základních

[112] ROTH, Gabrielle. *Maps to Ecstasy: Teachings of an Urban Shaman*. San Rafael (CA): New World Library, 1989, s. 206. Vlastní překlad: „Pohyb je zprostředkovatelem změny.“
[113] Rozhovor s Klárou, 21.5.2025.
[114] ROTH, Gabrielle. *Maps to Ecstasy: Teachings of an Urban Shaman*. San Rafael (CA): New World Library, 1989, s. 11–12. Vlastní překlad: „V tomto tanci nikdo neznal kroky, ani já ne. Jakmile jsem se rozhodla prostě se hýbat, nechat vnitřek proudit ven, přestala jsem mít potřebu dostát nějakým formám, očekáváním vytvořeným někým jiným. Vstoupila jsem do říše extatického tance. Extatický tanec se stal mým způsobem, jak vyskočit ze své osobnosti do své duše. Kdykoliv jsem uvízla ve své hlavě, udělala jsem cokoli, abych se znovu rozpohybovala – abych unikla bezpečnému, nudnému vězení rozumného chování.“
[115] Thomas J. Csordas chápe subjektivitu (*self*) jako proces orientace ve světě, který vzniká prostřednictvím vtělené (tělesné) existence.
CSORDAS, Thomas J. *The Sacred Self: A Cultural Phenomenology of Charismatic Healing*. Berkeley (CA): University of California Press, 1997, s. 5.

fází: separace, liminarita a začlenění.[116] Tato klasická struktura se ukazuje jako relevantní i při interpretaci současných a dobrovolných událostí.

Ecstatic Dance však není jen čistě symbolickou strukturou – je zásadní, že se odehrává skrze tělo. Tělesnost zde není pouhým doprovodným aspektem, ale je základním médiem, skrze které rituál probíhá. Van Gennepova původní teorie s tělesností nepracuje – je zaměřena na sociální a symbolické fáze přechodu. Navrhuji proto rozšíření van Gennepovy struktury o tělesnost. Prostřednictvím těla člověk zakouší svět i sebe sama.[117] Skrze tuto optiku chci ukázat, že každá fáze rituálního procesu Ecstatic Dance je zprostředkovaná tělem.

1) Fáze separace

První fází přechodového rituálu dle van Gennepa je separace – oddělení od každodenní reality. Separace na Ecstatic Dance začíná už tím, že se účastník zouvá. Do prostoru totiž může vstoupit jen bez bot. Účastníci opouštějí běžné prostředí a bosi vstupují do zvláštního, předem definovaného prostoru s vlastními pravidly a strukturou. Samotná pravidla Ecstatic Dance vytvářejí jasně vymezené hranice oddělující tuto událost od každodennosti. Samotný vstup do tanečního prostoru tedy lze chápat jako přechod přes symbolický práh *(limen)*[118], který ohraničuje přechod mezi profánním a posvátným.[119]

Separaci dále provází změna prostoru (tlumená světla, výzdoba), převlékání do jiného, pohodlnějšího oblečení, které je pro tanec vhodnější. Někdy bývají k dispozici i barvy na obličej, kterými se účastníci mohou pomalovat. Poté tanečník zahřívá své tělo při rozcvičce a slyší první hudební tóny. Je to jeho tělo, které vstupuje do rituálu dřív, než se dostaví vědomé naladění.

„Na dámských toaletách se převlékám do pohodlného oblečení a u umyvadel vidím ležet volně k dispozici barvy na obličej. Vzpomínám si, že už minule jsem si všimla, že několik lidí mělo něco namalovaného na obličeji, většinou bílou barvou – čáry, tečky, ornamenty. Říkám si, proč to nevyzkoušet, beru do ruky štětec a před zrcadlem si na čelo maluji svisle tři bílé tečky. Překvapuji sama sebe, že se nad tím moc nezamýšlím a necítím obavy z toho, že by se nad mým pomalovaným obličejem mohl někdo pozastavit. Vnímám to jako symbolický vstup do rituálního prostředí. Potom vstupuji do sálu, do již zahájeného warm upu (rozcvičky).“[120]

---

[116] VAN GENNEP, Arnold. *Přechodové rituály: systematické studium rituálů*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1997, s. 19.
[117] CSORDAS, Thomas J. *Somatic Modes of Attention*. *Cultural Anthropology*, 1993, roč. 8, č. 2, s. 138.
[118] Viz: VAN GENNEP, 1997; TURNER, 2004.
[119] Rozlišení mezi profánním (každodenním, světským) a posvátným (výjimečným, mimořádným) pochází z knihy Mircei Eliadeho *Posvátné a profánní*. Zde tím označuji přechod z běžné reality do specifického, pravidly vymezeného prostoru Ecstatic Dance.
ELIADE, Mircea. *Posvátné a profánní*. Praha: Oikúmené, 1994.
[120] Terénní poznámky, 21.2.2025.

2) *Fáze liminarity*

Ve fázi liminarity dochází k rozpuštění běžných sociálních identit.[121] Účastníci se během tance pohybují mimo hierarchické a klasické role, tak, jako popisuje Victor Turner ve fázi antistruktury.[122] Komunikují převážně tělem, někteří se ocitají ve změněném stavu vědomí. Tato fáze je charakterizována emoční otevřeností a tělesnou expresí. Prožitek „vyvázání se“ z běžného já může nabývat až extatického rozměru.

Liminarita se odehrává ve stavu hlubokého tělesného ponoření. Přítomnost, změněný stav vědomí, prožitek komunity… to vše je zakotveno v pohybujícím se a vnímajícím těle. Jak ukazují terénní poznámky:

„…ostatní začnou tančit více divoce, dělají rychlejší pohyby, skáčou a křičí. […] Postupně se začínám ladit na svůj pohyb a rytmus a cítím, jak napětí v mém těle ustupuje.“[123]

„Pohyb a hudba mě postupně uvolnily. Přiměly mě soustředit se na přítomnost, místy jsem měla pocit ztráty pojmu o čase, hlavně když hudba hodně vygradovala.“[124]

3) *Fáze začlenění*

Poslední fáze rituálu je završena návratem – přechodem zpět do „normálního“ života. Tato post-liminární fáze sice nevede k trvalé změně sociální identity, jak ji popisuje van Gennep, ale může mít za následek proměnu ve vnitřním prožívání. Začlenění na Ecstatic Dance probíhá skrze tělesné utišení. Tato fáze probíhá skrze závěrečný kruh, společnou meditaci či zpěv. Většinou se u ní zklidňuje tělo a s ním i dech. Tento moment pomáhá účastníkům symbolicky uzavřít rituál a integrovat zážitek.

„Potom, co DJ skončí s hraním, muž a žena zhasnou dvě lampy vedle pultu, berou mikrofon a kytaru. Je to ta stejná slečna, která se na mě po příchodu usmála. (…) Všichni už sedí na zemi a jsou potichu. Slečna začíná hrát na kytaru a zpívat píseň o lásce a míru. Protože má velmi jednoduchý text a melodii, hodně lidí se přidá. Muž k tomu hraje na buben. Přijde mi, že ze sálu slyším něčí pláč, ale po chvíli si nejsem jistá, jestli to není spíše smích.“[125]

Všichni komunikační partneři a partnerky v polostrukturovaných rozhovorech tuto fázi označovali jako velmi důležitou část celého zážitku. Všichni odpověděli kladně na otázku, zda se po tanci cítí jinak. Zaznívaly odpovědi, že se cítí lépe, cítí se otevřenější, šťastnější, uvolněnější.

---

[121] TURNER, Victor. *Průběh rituálu*. Brno: Computer Press, 2004, s. 95–96.
[122] Tamtéž.
[123] Terénní poznámky, 24.1.2025.
[124] Tamtéž.
[125] Tamtéž.

Lze tedy říci, že struktura Ecstatic Dance odpovídá základnímu modelu přechodového rituálu. Událost začíná oddělením od běžného světa, prochází fází liminarity a je zakončena integrací. Oproti klasickým přechodovým rituálům je však tento proces dobrovolný, flexibilní, nikoliv společensky závazný. Ecstatic Dance se tedy přibližuje spíše tomu, co Victor Turner označuje jako liminoidní událost[126].

Sdílený prožitek a komunita: liminární propojení

To, co jsem pod touto kategorií popisovala v analytické části práce by se dalo popsat jako pocit vzájemného propojení mezi účastníky a vznik dočasného společenství. Tento prožitek nevnímám pouze jako vedlejší efekt společné aktivity, ale jako základní součást celého Ecstatic Dance. Právě tato zkušenost mě vedla k tomu, abych svůj výzkum propojila s teoretickým konceptem *communitas*, jak jej popisuje Victor Turner. Turner chápe *communitas* jako formu společenství, která vzniká v liminárních situacích – tedy v přechodových stavech.[127] Lidé se v těchto chvílích setkávají jako sobě rovni. Tento stav není nahodilý, ale vzniká v konkrétních situacích a v symbolickém rámci, který umožňuje překročení běžných společenských struktur.[128] V prostředí Ecstatic Dance může *communitas* znamenat společný prožitek sounáležitosti, který vzniká během tance. Účastníci se díky rytmu, pohybu a uvolnění na chvíli zbavují běžných rolí a rozdílů (například věku nebo pohlaví). Taneční prostor tak může vytvářet přechodný stav, ve kterém se lidé cítí rovni, propojeni a přijímáni, jinak než v každodenním životě.

Tento stav jsem opakovaně pozorovala právě ve chvílích jako při držení se za ruce, závěrečném kruhu či synchronizovaném tanci bez předchozí domluvy.

„Moment silného propojení s ostatními jsem pocítila při závěrečném kruhu a během neformální části večera. Společné bubnování a tanec mimo oficiální program jsou také situace, kde se rozpouští neformální struktury a dochází k pocitu sdílené rovnosti a jednoty.“[129]

Popisuji také to, jak byli účastníci vytrženi z běžné struktury:

„V jednu chvíli mám pocit, jako bych se ocitla v džungli – lidé vydávají zvířecí zvuky, dva muži se pohybují po čtyřech jako zvířata. Jiní lidé zase tančí, jako by byly na běžné taneční

[126] TURNER, Victor. *Liminal to Liminoid, in Play, Flow, and Ritual: An Essay in Comparative Symbology. The Rice Institute Pamphlet – Rice University Studies*, 1974, roč. 60, č. 3, s. 53–92.
[127] TURNER, Victor. *Průběh rituálu*. Brno: Computer Press, 2004, s. 98.
[128] Tamtéž, s. 97.
[129] Terénní poznámky, 7.3.2025.

party. Přemýšlím nad tím, jak svobodně se v tomto prostoru asi cítí. Jsou natolik odvážní tu chodit po čtyřech, protože je to prostor, ve kterém můžou vystoupit z běžných struktur?“[130]

Důraz na rovnost byl kladen také při jedné rozcvičce:

„Rozcvičku vede mladá žena. Začínáme na zemi v sedě. Vyzývá nás, abychom si představili, že jsme v lese – nejprve jako semínka, ze kterých postupně vyrůstají stromy. Pak se měníme v lístky, co volně poletují prostorem. Lidé se aktivně zapojují, pohybují se a tančí sálem. Hraje hudba. Žena říká: „Tady v lese jsme si všichni rovni. Když se budeme spojovat, svět bude lepším místem.“[131]

Rovnost při rozhovoru uvedl také Viktor:

„Extatické pro mě asi je… Uvědomění si bezpečného prostoru, rovnosti mezi lidmi, propojení. Že všichni kolem mě jsou na stejné úrovni. A taky to, že svým pohybem spoluvytvářím ten prostor pro ostatní účastníky – že má moje energie vliv i na druhé. Takže můj pohyb, můj tanec, moje energie může mít terapeutický účinek i pro ostatní, a to je na tom asi nejvíce extatické.“[132]

Tento zážitek není vázán na předchozí známost nebo sdílenou identitu. Komunita, která se zde vytváří je fluidní a dočasná, formuje se v daném okamžiku, skrze pohyb, hudbu a přítomnost. Všichni sdílejí hudbu, prostor a celý zážitek jako sobě rovní. Ukazuje to výpověď hudebnice, která mi při neformálním rozhovoru odpověděla na otázku, co je pro ni extatického na Ecstatic Dance a vyzdvihla právě aspekt jednoty a komunity:

„Je to ta jednota, komunita. Když se lidé při tanci začnou sdružovat, propojovat se a být tam spolu a nejen každý sám za sebe – v tom je ten extatický prožitek.“[133]

Data tak potvrzují, že pocit společenství je tam významným rámcem, který sami aktéři přikládají konceptu Ecstatic Dance.

V rámci Ecstatic Dance je prožitek rovnosti podpořen řadou faktorů – absencí verbální komunikace během tance, pravidlem střízlivosti, volným pohybem v prostoru, důrazem na přítomnost. Jak dokládají mé terénní poznámky, mnohé momenty sdíleného tance, zpěvu nebo společného dýchání vytvářejí prostor, kde se jednotlivci spontánně propojují – často beze slov, prostřednictvím pohledu, doteku nebo synchronizace pohybu.

Komunita v kontextu Ecstatic Dance není vázána na předchozí známost či společnou instituci. Je to prožitek přítomného okamžiku, který vzniká z liminární situace mimo každodennost. Odráží se v gestech, úsměvech, společném zpěvu i závěrečném kruhu.

[130] Terénní poznámky, 2.5.2025.
[131] Terénní poznámky, 16.5.2025.
[132] Rozhovor s Viktorem, 1.6.2025.
[133] Terénní poznámky, 2.5.2025.

Závěrečný kruh je v rámci události rituálním momentem, který symbolicky završuje sdílenou zkušenost večera.

Zásadní je, že tento stav je opakovaně identifikován nejen výzkumnicí, ale i samotnými tanečníky. Pořadatel Adam mluví o komunitě jako o hlavním důvodu, proč lidé na Ecstatic Dance chodí.[134] Martin popsal vzájemné sdílení emocí.[135] Klára uvedla, že skrze komunitu zažívá pocit smyslu.[136] Tamara popsala, že tanec a hudba ji propojují s ostatními.[137] Viktor vysloveně řekl, že při Ecstatic Dance zažívá rovnost mezi lidmi a propojení.[138]

Z teoretického hlediska tedy Ecstatic Dance funguje jako liminární prostor, kde běžné sociální role a normy ustupují do pozadí. Tento zážitek může být pro účastníky transformační právě proto, že jim umožňuje spolu být jinak, než jak to dovoluje každodenní život. Na Ecstatic Dance se lidé propojují, vnímají se navzájem a zároveň zůstávají sami sebou.

Změněné stavy vědomí: extatická zkušenost a hluboké prožitky

Ecstatic Dance může vést k hlubokým stavům prožívání. Tyto stavy nenastávají v důsledku požití psychoaktivních látek. Účastníci sami své zkušenosti často popisují jako napojení, vděčnost, radost, uvolnění, trans. Stavy vznikají v rámci tělesně zakotvené praxe, která propojuje pohyb, hudbu, kolektivní energii a specifickou rituální strukturu události. Na rozdíl od klasického porozumění transu jako jevu vázaného na šamanismus nebo náboženství, zde pozoruji vznik spontánních změněných stavů vědomí v současném moderním kontextu.

Tyto prožitky jsou z antropologické perspektivy hluboce ztělesněné, jak už bylo v práci rozepsáno. Nejsou odděleny od těla, ale skrze tělo utvářeny, prožívány a vyjadřovány, což navazuje na teorii ztělesnění Thomase Csordase. Skrze tělo dochází k formování významu a zkušenosti. Ecstatic Dance je tak možné chápat jako prostor, kde je tělo místem, skrze které se zkušenost změněného vědomí konstituuje.

Znaky, které pod tuto kategorii spadají jsou fyziologické projevy (pocení, zrychlený den, rychlé pohyby, skákání, pláč, uvolnění), emoce (radost, vděčnost), ztráta pojmu o čase, pocit jednoty s ostatními nebo se sebou samými a v jednom případě i mírné halucinace.

Prožitky těchto stavů jsem velmi individuální. Na základě rozhovorů jsem došla k tomu, že pro někoho je extatickým zážitkem splynutí s hudbou nebo pocit propojení s ostatními, pro některé je to hluboké dojetí či velké uvolnění. Viktor hovořil o tom, že jeho vlastní tanec „může

[134] Rozhovor s Adamem, 18.12.2024.
[135] Rozhovor s Martinem, 20.5.2025.
[136] Rozhovor s Klárou, 21.5.2025.
[137] Rozhovor s Tamarou, 23.5.2025.
[138] Rozhovor s Martinem, 20.5.2025.

mít terapeutický účinek i pro ostatní“[139], Klára popsala, jak zažila hluboký pocit vděčnosti, přestože její životní situace byla v tu dobu obtížná[140]. Kombinace prvků tak vytváří prostředí, které umožňuje tělu přejít z režimu kontroly do režimu spontánní přítomnosti, jak to trefně vystihuje i reflexe Tamary:

„Neřešila jsem, jak to vypadá. Jen jsem cítila, co mám dělat, a dělala to.“[141]

Společným jmenovatelem těchto stavů je přesun pozornosti dovnitř, k vlastnímu emočnímu a tělesnému prožívání. Gabrielle Roth tento shrnuje jako přechod „z hlavy do těla, z ega do duše“.[142]

Na akcích jsem opakovaně pozorovala, že gradace hudby umožňuje uvolnění, které se u některých účastníků projevuje v tělesných reakcích těm, které popisuje Felicitas Goodman v kontextu transu – třas, pocení, zrychlené dýchání[143].

Roli hudby zmínil v rozhovoru Viktor:

„Hudba je klíčová. Špatná hudba mi může celý prožitek pokazit. Výběr DJe je pro mě zásadní – když jeho styl nesedí, radši na akci ani nejdu. Rychlé střídání žánrů mě může vytrhnout z rozjetého procesu. DJ je podle mě částečně terapeut, a jeho volby můžou ovlivnit celý zážitek.“[144]

Viktor taky reflektoval, jak mu příliš expresivní projevy ostatních tanečníků nemusí být vždy příjemné:

„Raduju se z toho, jak se každý jinak projevuje, jak tančí, jak si to užívá. Jen občas mi není příjemné, když má někdo extrémně intenzivní projev – působí to na mě, jako by mohl být pod vlivem. Ale zároveň obdivuju, že si to někdo dovolí takto projevit. A snažím se důvěřovat myšlence toho celého a těm lidem. Zpětně, když se nad tím zamyslím tak OK, je mi to nekomfortní, ale obrovský respekt k lidem, u kterých se to takhle projevuje.“[145]

V některých případech účastníci uváděli, že po skončení tance cítí pocit lehkosti, klidu, radosti. Viz rozhovor s Tamarou:

„Jsem víc spokojená se svým tělem a jsem víc tak jako v sobě. I mi to vyčistí hlavu.“[146]

Podle definice změněných stavů vědomí Charlese Tarta se jedná o kvalitativně odlišný způsob prožívání, který může přinášet nový pohled na sebe sama.[147] Gabrielle Roth v této

[139] Rozhovor s Viktorem, 1.6.2025.
[140] Rozhovor s Klárou, 21.5.2025.
[141] Rozhovor s Tamarou, 23.5.2025.
[142] ROTH, Gabrielle. *Maps to Ecstasy: Teachings of an Urban Shaman*. San Rafael (CA): New World Library, 1989, s. 11–12.
[143] GOODMAN, Felicitas D. *Ecstasy, Ritual, and Alternate Reality: Religion in a Pluralistic World*. Bloomington: Indiana University Press, 1988, s. 37.
[144] Rozhovor s Viktorem, 1.6.2025.
[145] Rozhovor s Viktorem, 1.6.2025.
[146] Rozhovor s Tamarou, 23.5.2025.
[147] TART, Charles T. *States of Consciousness*. Lincoln: iUniverse, 2000. s. 208.

souvislosti popisuje extatický tanec jako cestu k uzdravení roztříštěné subjektivity – jako způsob, jak sjednotit tělo, mysl a duši prostřednictvím pohybu[148]. Zkušenosti účastníků Ecstatic Dance ukazují, že extáze se zde neprožívá na úrovni rozumu, ale skrze tělo – v pohybu, dechu, kontaktu a rytmu.

„Zaznamenané fyzické projevy a změny během extatického tance: u mě – zvýšená tělesná teplota, pocení, rychlejší tep, uvolnění, hlubší dýchání, skákání; u ostatních – klid či naopak výrazné pohyby, pocení, rychlejší dech, skákání, chvění.“[149]

Autenticita, svoboda a bezpečí

V analytické kapitole jsem ukázala, že účastníci Ecstatic Dance často vnímají bezpečné prostředí jako předpoklad pro své uvolnění a hluboký prožitek. V následující interpretační části však tuto perspektivu dále rozvádím: ukazuji, že pocit bezpečí není pouze výsledkem vnějších podmínek, ale že je sám o sobě tělesně zakoušeným stavem. Bezpečí je nedílnou součástí celého procesu, v němž se tělo postupně připravuje na hlubší prožívání – stav, kdy se tanečník může otevřít vnitřní zkušenosti.

Ecstatic Dance vytváří prostor, v němž se uvolňují běžné sociální normy. Tělesná pozornost a vnímání se přesouvají „dovnitř“, čímž vzniká možnost se ponořit do pohybu a emocí bez strachu z ohrožení. Ve svých terénních poznámkách jsem zaznamenala:

„[Tanečníci] zabírají hodně prostoru, občas mi trochu naruší můj osobní prostor, dotknou se mě, ale přijde mi, že jsme k sobě všichni ohleduplní. Nikdo do nikoho nevráží. Přirozeně vnímáme pohyb a prostor ostatních a respektujeme ho. Všímám si, že když potřebuji víc prostoru, prostě si ho utvořím vlastním pohybem, ostatní si toho všimnou a tancujeme tak, abychom si neublížili.“[150]

V tomto prostoru vzniká i pocit svobody, jako tělesně zakoušený stav. Pocit svobody souvisí s možností se pohybovat bez omezení, bez hodnocení. V rámci struktury Ecstatic Dance se je pocit bezpečí a svobody spoluvytvářen sdílenými pravidly, strukturou večera a naladěním komunity. V těle se odehrává přechod z kontroly do důvěry. Bezpečný prostor na Ecstatic Dance tedy znamená prostor, který umožňuje tělesnou otevřenost a expresi bez hodnocení či ohrožení. Stav, kdy se můžu uvolnit do pohybu není jen výsledkem vnějších okolností, ale je to tělesně prožívaná skutečnost. Svoboda a autenticita jako důsledky ztělesněného prožitku.

---

[148] ROTH, Gabrielle. *Maps to Ecstasy: Teachings of an Urban Shaman*. San Rafael (CA): New World Library, 1989, s. 204.
[149] Terénní poznámky, 21.2.2025.
[150] Terénní poznámky, 24.1.2025.

„Podle mě chtějí [účastníci] prožít to, že se můžou plně projevit. A to v prostoru, kterej je bezpečnej. Je to takovej hojící proces, protože se můžou skrze pohyb projevit v bezpečným prostoru a díky tomu se naučit nějaký důvěře v sebe. V život. Nějak si nabít sebevědomí.“[151]

V tomto smyslu se ukazuje, že Ecstatic Dance účastníkům nenabízí pouze prostor pro tanec, ale i možnost prožít stav, v němž se cítí svobodní být tím, kým opravdu jsou. Tělo, které bylo naladěno a bezpečně ukotveno, se stává nástrojem znovuprožití vlastní subjektivity.

Shrnutí

Interpretace etnografických dat ukazuje, že zkušenost účastníků Ecstatic Dance nelze redukovat na jednotlivé složky – jako je tanec, hudba, nebo komunita – ale že se jedná o komplexní tělesně zakotvený proces, v němž se jednotlivé roviny prožitku propojují a vzájemně podmiňují. V těle se zde odehrává jak příprava na prožitek, tak i jeho samotné uskutečnění. Právě tělo se stává médiem, skrze které účastníci vstupují do změněného stavu vědomí, do prožitku sdílené rovnosti i do zkušenosti autenticity.

Ecstatic Dance lze v tomto smyslu chápat jako současný rituál, který se sice odehrává mimo rámec tradičních společenských struktur, ale přesto vykazuje znaky liminárního, resp. liminoidního procesu. Na základě van Gennepovy struktury[152] a jejího rozvinutí Victorem Turnerem[153] lze tuto událost interpretovat jako dobrovolný a částečně ritualizovaný proces, který začíná separací od každodennosti, pokračuje liminárním ponořením do tělesného a kolektivního prožitku a končí symbolickou reintegrací prostřednictvím sdíleného závěru.

Ačkoliv se Ecstatic Dance odehrává ve sféře volného času a je zcela dobrovolný, nelze jej chápat pouze jako zábavu. Na rozdíl od jiných volnočasových aktivit zde účastníci opakovaně zakoušejí intenzivní stavy tělesné přítomnosti, emoční otevřenosti a kolektivního sjednocení, které nesou znaky *communitas*. Tento stav sounáležitosti se vynořuje v tělesném kontaktu, společném rytmu, v dotecích, očních pohledech, synchronizovaných pohybech, v závěrečném zpěvu. I když Turner liminoidní události popisuje jako spíše individuální,[154] Ecstatic Dance zjevně umožňuje i hluboký sdílený prožitek.

Tělo zde neplní pouze úlohu nástroje – je podmínkou prožívání. Z tohoto hlediska lze Ecstatic Dance chápat jako rituální prostor, v němž se tělo stává nástrojem změny, nikoliv pouhým objektem výkonu. Skrze somatické ladění a podporu neverbální přítomnosti se

[151] Rozhovor s Klárou, 21.5.2025.
[152] VAN GENNEP, Arnold. *Přechodové rituály: systematické studium rituálů*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1997, s. 19.
[153] TURNER, Victor. *Průběh rituálu*. Brno: Computer Press, 2004.
[154] TURNER, Victor. *Liminal to Liminoid, in Play, Flow, and Ritual: An Essay in Comparative Symbology. The Rice Institute Pamphlet – Rice University Studies*, 1974, roč. 60, č. 3, s. 86.

účastníci dostávají do stavu, kdy mohou znovu prožít sebe sama – mimo normy, hodnocení a každodenní identitu.

Tělo musí být připraveno a naladěno, aby bylo možné vstoupit do hlubokých prožitků, případně i změněných stavů vědomí. Ty následně otevírají cestu ke zkušenosti *communitas*. Z této zkušenosti se potom odvíjí prožitek svobody a autenticity. Tato zkušenost – být uvolněn v těle, vnímat druhé bez slov, cítit bezpečí a otevřenost – vede k pocitu, který účastníci často popisují jako „být sám sebou“ nebo „cítit se svobodně“. Svoboda a autenticita zde nejsou pouze abstraktní ideály, ale tělesně zakoušené stavy, které vznikají díky připravenosti těla, kolektivnímu rytmu a změněnému stavu vědomí. Komunita a extáze nejsou cílem samy o sobě – jsou to kontexty, které umožňují znovuprožití vlastní subjektivity.

Ecstatic Dance tak představuje současný rituál těla: dobrovolný, avšak silně strukturovaný proces, v němž se propojuje tělesná, emocionální a sociální dimenze lidské zkušenosti. Ve světě, kde je autenticita často potlačena každodenními nároky a strukturami, může tento prostor nabízet nejen úlevu, ale i transformaci.

Diskuse

Limity výzkumu

Jedním z největších limitů byla určitě citlivost tématu. Některé informace jsem nemohla ve své práci použít. Všechny rozhovory jsem anonymizovala s daty se snažila nakládat velmi opatrně. Zároveň nebylo možné pořizovat žádnou fotodokumentaci ani přesněji popsat prostor, protože by to mohlo narušit intimitu zkoumaného prostředí. Dalším limitem byl čas – měla jsem jen omezený počet měsíců na tvorbu dat, a tak jsem nestihla oslovit širší okruh účastníků. Důležitou roli hrála i moje vlastní pozice ve výzkumu. Ecstatic Dance jsem znala už dřív, což mi pomohlo rychleji navázat vztahy, ale zároveň to mohlo ovlivnit i to, jak jsem výpovědi a situace vnímala. Proto jsem se během celého výzkumu snažila být reflexivní a neustále si uvědomovat svá očekávání. Také jsou určité aspekty zkoumaného jevu, jako například hudba, jejíž podrobnější antropologickou analýzu jsem do práce nezahrnula, jelikož by to již přesahovalo rámec této práce.

Možnosti dalšího výzkumu

Myslím si, že do budoucna by bylo zajímavé Ecstatic Dance sledovat právě z hlediska hudební antropologie. Další směr výzkumu by mohl vést do oblasti psychologie. Bylo by zajímavé zkoumat, jaký vliv může mít tento tanec na duševní zdraví nebo hlouběji probádat, jak při něm vznikají změněné stavy vědomí. Dále se domnívám, že by mohl být přínosný i výzkum

z hlediska novodobé spirituality či výzkum, který by porovnával, jak vypadá Ecstatic Dance v různých městech nebo zemích.

ZÁVĚR

Tato práce si kladla za cíl porozumět praxi Ecstatic Dance jako formě současného rituálu prostřednictvím etnografického výzkumu. Skrze rozhovory s účastníky akcí a zúčastněného pozorování s autoetnografickými prvky jednoho konkrétního anonymizovaného českého města jsem zkoumala, jakým způsobem je tato praxe prožívána a jaké významy jsou jí připisovány. Klíčovými tématy, která se ve výzkumu objevovala, byla tělesnost, změněné stavy vědomí, pocit bezpečí, svobody a komunity.

Interpretace dat ukázala, že Ecstatic Dance lze chápat jako strukturovaný prostor, v němž se naplňuje struktura přechodového rituálu podle Arnolda van Gennepa – separace, liminarita a opětovné začlenění – ovšem v dobrovolné, liminoidní podobě. Hlavním zprostředkovatelem této zkušenosti je tělo. Právě skrze tělo se odehrává ladění pozornosti, uvolnění do pohybu, otevření vůči emocím a komunitě, a tím i vstup do změněného stavu vědomí.

Prožitek na Ecstatic Dance není tvořen izolovanými aspekty, ale jejich propojením v komplexní tělesně zakotvené zkušenosti. Pocit bezpečí a svobody vzniká v rituálně strukturovaném prostoru, kde pravidla, atmosféra a komunita umožňují autentický projev a směřování pozornosti směrem k tělu. To vše podporuje vznik dočasného společenství.

Z výzkumu vyplývá, že Ecstatic Dance může být vnímán nejen jako forma pohybové aktivity či zábavy, ale jako tělesný a rituální proces, který nabízí prostor pro vnitřní transformaci, kontakt se sebou samým i s druhými, a prožitek, který mnozí účastníci přenášejí i do vlastního života.

Když jsem se na začátku pouštěla do tohoto výzkumu, necítila jsem se vůbec připravená. Nevěděla jsem, kde začít, jak správně klást otázky a jak si vést poznámky. Všechno na mě působilo trochu zahlcujícím dojmem. I přesto jsem udělala první krok a každá událost Ecstatic Dance, které jsem se zúčastnila mi přinesla něco velmi obohacujícího. Ukázalo se, že největší hodnotu mělo právě to, když jsem se do procesu ponořila s otevřeností, autentickým zájmem a ochotou naslouchat a vnímat.

Rozhovory, které jsem vedla, byly všechny bez výjimky opravdu zajímavé. Každý z účastníků mi nabídl v něčem trochu jiný úhel pohledu. A právě skrze tyto příběhy jsem začala chápat, jak komplexní Ecstatic Dance je. Nejde jen o tanec, hudbu nebo pohyb. Jde o sdílený prožitek, pocit bezpečí, svobody, tělesného vyjádření, o chvíle, kdy může být člověk sám sebou – a přitom s druhými.

Jakožto výzkumnice jsem si z tohoto procesu odnesla nejen hlubší porozumění zkoumanému jevu, ale také důležitou zkušenost, ve které jsem se potýkala s různými limity a dilematy. Práce na tomto výzkumu pro mě představovala nejen (náročný) akademický úkol, ale i cestu mého vlastního rozvoje. Ve výzkumném procesu jsem se naučila víc nejen o Ecstatic Dance, ale i o sobě. O tom, co všechno může přinést, když překonám vlastní nejistoty a vydržím i ve chvílích, kdy mám chuť to vzdát. O tom, že kvalitativní antropologický výzkum možná nemusí být dokonalý, ale musí být upřímný a otevřený tomu, co přijde.

Přestože výzkum narážel na určité limity – například dilemata ohledně anonymizace – domnívám se, že dokázal nabídnout pohled na zajímavé prostředí, které spojuje tanec, komunitu a rituál. Tato práce přispívá k hlubšímu porozumění Ecstatic Dance z hlediska současné antropologie.

BIBLIOGRAFIE

BRINKMANN, Susan. *Beware of New Age Dance Forms.* Online. Women of Grace, 2011-01-05. Dostupné z: https://www.womenofgrace.com/blog/952 [cit. 2025-06-25].

COLLINS, Pat. *New Age Spirituality. The Furrow.* 1998, roč**.** 49, č. 2, s. 92. Online. Dostupné z: https://www.jstor.org/stable/27663593 [cit. 2025-06-25].

CSORDAS, Thomas J. Embodiment as a paradigm for anthropology. *Ethos*, 1990, roč. 18, č. 1, s. 5–47.

CSORDAS, Thomas J. Somatic Modes of Attention. *Cultural Anthropology*, 1993, roč. 8, č. 2, s. 135–156.

CSORDAS, Thomas J. *The Sacred Self: A Cultural Phenomenology of Charismatic Healing*. Berkeley (CA): University of California Press, 1997.

ČESKÁ ASOCIACE PRO SOCIÁLNÍ ANTROPOLOGII. *Etický kodex.* Online. 2020. Dostupné z: https://casaonline.cz/eticky-kodex/ [cit. 2025-06-05].

ECSTATIC DANCE. *About Ecstatic Dance.* Online. Dostupné z: https://ecstaticdance.org/about/ [cit. 2025-05-15].

ELIADE, Mircea. *Posvátné a profánní*. Praha: Oikúmené, 1994.

FLICK, Uwe. *An Introduction to Qualitative Research*. Los Angeles (CA): Sage, 2014.

GOODMAN, Felicitas D. *Ecstasy, Ritual, and Alternate Reality: Religion in a Pluralistic World*. Bloomington: Indiana University Press, 1988.

HARNER, Michael. *Cesta šamana.* Praha: DharmaGaia, 2010.

LAVI SOUND & YOGA. *What is Ecstatic Dance*. Online. Dostupné z: https://www.lavisoundandyoga.com/blog/what-is-ecstatic-dance [cit. 2025-06-07].

LINGEA**.** *Tanec*. Online. In: *Nechybujte.cz: Slovník současné češtiny.* Brno: Lingea. Dostupné z: https://www.nechybujte.cz/slovnik-soucasne-cestiny/tanec. [cit. 2025-05-21].

MERRIAM-WEBSTER. *Ecstatic*. Online. Springfield (MA): Merriam-Webster, Incorporated, 2024. Dostupné z: https://www.merriam-webster.com/dictionary/ecstatic. [cit. 2025-05-05].

NOVOTNÁ, Hedvika, ŠPAČEK, Ondřej a ŠŤOVÍČKOVÁ, Magdaléna. *Metody výzkumu ve společenských vědách*. Praha: Fakulta humanitních studií Univerzity Karlovy, 2019.

OXFORD LEARNER'S DICTIONARIES. *Ecstatic*. Online. Oxford: Oxford University Press, 2024. Dostupné z: https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/ecstatic?q=ecstatic. [cit. 2025-05-05].

RAPPAPORT, Roy A. *Ritual and Religion in the Making of Humanity.* Cambridge: Cambridge University Press, 1999.

ROTH, Gabrielle. *Maps to Ecstasy: Teachings of an Urban Shaman*. San Rafael (CA): New World Library, 1989.
SOUKUP, Martin. *Terénní výzkum v sociální a kulturní antropologii*. Praha: Karolinum, 2017.
STAVĚLOVÁ, Daniela. *Tanec jako součást rituálního jazyka*. Online. In: PLOCEK, Jiří, ed. *Hudba a rituál*. Náměšť nad Oslavou: Folkové prázdniny, 2010, s. 40. Dostupné z: https://image.folkoveprazdniny.cz/2010/kolokvium2010/sbornik2010_07_Stavelova.pdf. [cit. 2025-05-22].
TART, Charles T. *States of Consciousness*. Lincoln: iUniverse, 2000.
TETTNER, Samuel. *Dancing the Spiritual Self in Ecstatic Dance*. Online. Disertační práce. Manchester: University of Manchester, 2023. Dostupné z: https://research.manchester.ac.uk/en/studentTheses/dancing-the-spiritual-self-in-ecstatic-dance. [cit. 2025-05-15].
TRANSFORMATIVE ARTS PROJECT. *Ecstatic Dance*. Online. Dostupné z: https://transformativeartsproject.org/ecstatic-dance [cit. 2025-06-25].
TURNER, Victor. *Liminal to Liminoid, in Play, Flow, and Ritual: An Essay in Comparative Symbology. The Rice Institute Pamphlet – Rice University Studies*, 1974, roč. 60, č. 3, s. 53–92.
TURNER, Victor. *Průběh rituálu*. Brno: Computer Press, 2004.
VAN GENNEP, Arnold. *Přechodové rituály: systematické studium rituálů*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1997.

PŘÍLOHY

Seznam příloh:

Příloha 1: otázky k polostrukturovanému rozhovoru

Příloha 1

OTÁZKY K POLOSTRUKTUROVANÉMU ROZHOVORU:

Úvodní otázky

1) Jak dlouho už chodíš na Ecstatic Dance?
2) Kdy ses ním poprvé setkal/a?
3) Co tě k tomu přivedlo?
4) Co tě motivuje k tomu chodit na Ecstatic Dance opakovaně? / Navštívíš Ecstatic Dance znovu, proč?

Prožitky

5) Co se s tebou děje ve chvíli, kdy tancuješ?
6) Vnímáš nějakou změnu v těle, vědomí, myslí? Jak bys to popsal/a?
7) Kdy jsi naposledy zažil/a při tanci opravdu silný prožitek? Mohl/a bys ho se mnou sdílet?
8) Co je pro tebe „extatického“ na Ecstatic Dance?

Rituál, komunita

9) Jak při Ecstatic Dance vnímáš ostatní účastníky?
10) Jakou roli pro tebe hraje rytmus a hudba při Ecstatic Dance?
11) Co pro tebe znamená závěrečný kruh a společné ztišení na konci?
12) Jak vnímáš „pravidla“ (střízlivost, nemluvení, respekt…), která utvářejí prostor Ecstatic Dance?
13) Máš pocit, že se po tanci cítíš jinak? V čem?

Závěr

14) Co ti Ecstatic Dance přináší do běžného života?
15) Změnilo se díky Ecstatic Dance nějaké tvoje vnímání sebe, těla, emocí nebo vztahů s ostatními lidmi?
16) Má pro tebe Ecstatic Dance nějaký duchovní přesah? Můžeš mi ho popsat?
17) Je ještě něco, co bys chtěl/a o svém prožitku Ecstatic Dance dodat?