

Tato bakalářská práce se zabývá přítomností ticha v životě člověka. Konkrétně říká, že ticho je významnou součástí života člověka, protože pomáhá k objevení jeho spirituality. Zároveň ale platí, že člověk se ticha obává, protože má strach z toho, co všechno se může v tichu objevit.

Práce vymezuje pojem ticha, popisuje, kde se ticho nejvíce vyskytuje. Dále se věnuje těm kvalitám ticha, které mají vliv na spiritualitu člověka. Zaměřuje se také na vývoj ticha v kláštorech, protože tam se ticho hojně užívá. Využívá zde zkušenost sv. Benedikta, který ticho, respektive mlčení, velmi vyznává.

V další části práce je pojednáno o strachu z ticha a příčinách tohoto strachu. Následně tato práce podává návod, jak s tichem pracovat, aby obavy z něj byly co nejmenší.

V závěru je práce obohacena o vlastní zkušenosti autorky s tichem, které načerpala v Tiché kavárně a Trapistickém klášteře. Navíc obsahuje i několik rozhovorů o vztahu respondentů k tichu.