

Univerzita Karlova v Praze

Pedagogická fakulta

Katedra občanské výchovy a filosofie

## BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Smysl života a současný člověk

Sense of life and current human

Bohumil Vitvar

Vedoucí práce: Prof. PhDr. Anna Hogenová, CSc.

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: Pedagogika – Základy společenských věd se zaměřením na vzdělávání

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma Smysl života a současný člověk vypracoval pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále prohlašuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 3.4.2015

.....

podpis

Rád bych poděkoval Prof. PhDr. Anně Hogenové, CSc. za cenné rady, věcné připomínky a vstřícnost při konzultacích a vypracování bakalářské práce.

.....

podpis

## **ANOTACE:**

Cílem mé bakalářské práce je snaha o zamyšlení a úvahu nad otázkou smyslu života. Snažím se zaměřit se na tento fenomén z různých úhlů pohledu a zároveň provést porovnání jakéhosi vývoje této otázky od prvopočátků lidstva až po současnost.

Důvodem, proč jsem si vybral právě toto téma, je jeho aktuálnost, kterou zaznamenáváme v kterékoli etapě lidských dějin a dále je to skutečnost, že přestože tato otázka provází člověka po celou dobu jeho existence, nemáme dnes k nalezení odpovědi o nic blíže, než kdykoli předtím. Zároveň si myslím, že snaha o hledání smyslu života je klíčová pro určení životního cíle a cest, kterými hodláme tohoto cíle dosáhnout.

Že se jedná o téma stále živé a aktuální svědčí i to, že se mu věnovali, a dosud věnují, velcí myslitelé a filosofové napříč lidskými dějinami. Hledání smyslu života je bytostně spjata s hledáním odpovědi na základní filosofické otázky. V antice se touto problematikou zabýval např. Aristoteles, Platón či Sokrates. Dá se říci, že jejich učení se stalo základem pro příští generace filosofů, kteří se snažili toto učení buď dále rozvíjet a nebo naopak vyvracet.

V období středověku rozvíjeli filosofické myšlení takoví velikáni jako Aurelius Augustinus, Böthius či Tomáš Akvinský.

Renesance pak přinesla oživení zájmu zejména o antickou Platónovu filosofii. Významným myslitelem tohoto období je např. Marsilio Ficino a jako zastánce rozvoje epikurejského učení bych mohl uvést Lorenza Vallu. O skloubení filosofie s prudce se rozvíjející vědou se snažil zejména Mikuláš Kusánský, Francis Bacon a v neposlední řadě též René Descartes.

Mezi nejvýznamnější světové filosofy 20. století bych zařadil Martina Heideggera, který byl žákem Edmunda Husserla a svým učením ovlivnil řadu svých následovníků. Z významných českých filosofů bych rád uvedl Jana Patočku, Václava Bělohradského nebo Jana Sokola.

Z mého pohledu je základem pro hledání smyslu života vymanění se z všedního stereotypu a odhlédnutí od věcí a souvislostí, které jsou nám každodenně podsouvány. Je to snaha o hledání přirozené rovnováhy a přiměřenosti jak ve vztahu k věcem a k ostatním lidem tak ve vztahu k samotnému chování a jednání. Jedná se o dlouhou

cestu počínající vzhledem do našeho nitra, péčí o svou duši a snahou o pochopení sebe sama. Jen neustálým sebezdokonalováním po stránce duševní, kladením si otázek a současným hledáním odpovědí na ně dochází k našemu duševnímu růstu na pomyslné duševní spirále směrem vzhůru. Podstatou tohoto procesu je neuhnout stranou, nesejít z této cesty a neztrácet pokoru, neboť jakékoli egoistické myšlenky či domněnky nás opět vrátí na sám začátek této cesty (na počátek pomyslné spirály) a my začínáme celý proces od začátku. Jedná se o celoživotní pout', kde jsou samotná cesta a hledání odpovědí smyslem života.

**KLÍČOVÁ SLOVA:**

Smysl, život, existence, dnešek

## **ANOTACE:**

The aim of my thesis is an effort to reflect upon the question of purpose and meaning of life. I try to discuss this phenomenon from different points of view and simultaneously compare the evolution of this question from the morning times of mankind to present.

The reason, why I have chosen this topic, is its currentness, which is present in every phase of human history, and the fact that despite of this question occupying the mind of people for the entire time of their existence, we are still not closer to find the answer. In my opinion the effort of finding the meaning of life is the key in setting the goals of your life and also the ways of pursuing these goals.

The proof of actuality of this topic is the fact that it has been discussed by the great thinkers and philosophers through the history. The searching for the purpose of life is tied together with the search for the fundamental philosophical questions. In antique, Aristoteles, Plato and Socrates were concerned with these problems. We could say that their school of thoughts became the foundation for the next generation of philosophers, who tries to develop or disprove their theories.

In the Middle Ages was the philosophical thinking developed by such great thinkers as Aurelius Augustinus, Böthius or Thomas Aquinas.

The Renaissance brought along the revival of the interest in antique Plato's philosophy. The outstanding thinker of this epoch is e.g. Marsilio Ficino and Lorenzo Valla, the believer in development of Epicureanism. The interest for bringing into consonance the philosophy and developing science is evident in the works of Nicholas of Cusa, Francis Bacon and last but not least René Descartes.

From the most outstanding philosophers of the 20th century I would like to mention Martin Heidegger, the scholar of Edmund Husserl, who influenced many of his followers. From the most outstanding Czech philosophers, I would like to mention Jan Patočka, Václav Bělohradský and Jan Sokol.

From my point of view is fundamental in search for the purpose of life to break out of stereotype and detach from things and associations, which are being slipped us every day. It is the effort for searching for natural balance and adequacy in the attitude towards the things, people and also towards one's behavior and actions. It is a long journey, beginning with the insight towards one's inner feelings, soul care and effort for

understanding oneself. Only through permanent self-improvement by asking oneself a questions and searching for the answers, is oneself soul elevated. The essence of this process is to not step aside, to not lost direction and to not lose humility, because any of oneself egoistic thoughts or assumptions can return oneself to the beginning of this journey and the entire process begins from the start. It is lifelong wandering, where are the journey and the search itself the answer for the question of the purpose of life.

**KEYWORDS:**

Sense, life, existence, today

.

## Obsah

1	Úvod .....	9
2	Různé formulace smyslu života.....	10
2.1	Smysl života z pohledu etického a morálního.....	13
2.2	Štěstí jako smysl života.....	14
3	Štěstí dětské přirozenosti .....	17
4	Smysl života z pohledu náboženství.....	18
5	Filosofická podstata smyslu života.....	21
5.1	Život v rovnováze .....	25
5.2	Smysl života z pohledu východní filosofie .....	26
6	Záměrná nevědomost a konzumní styl života .....	26
7	Osudová bezmoc nebo prosazení vlastní cesty?.....	30
8	Magický vliv pozitivního myšlení.....	32
9	V čem vidí smysl života současný člověk? .....	33
9.1	Virtuální svět.....	36
10	Závěr .....	39
11	Seznam použitých informačních zdrojů: .....	42

## 1 Úvod

Jaký je smysl našeho života? Proč jsme tady? Je naše bytí směřováno k určitému cíli? A pokud ano, jsme schopni sami určovat cestu, kterou k tomuto cíli dojdeme, nebo jsme jen hříčkou v rukou nějaké, nám neznámé „vyšší moci“, jejíž záměry nemáme možnost ovlivnit?

To jsou otázky, kterými se lidstvo zaobírá odnepaměti a které se staly předmětem hlubšího zkoumání nejen z pohledu filosofie, kde se tato otázka týká samotného významu života či existence obecně, ale i z pohledu vědy a teologie.

Je velice těžké už jen definovat pojem smysl. Jistě bychom našli několik způsobů ozřejmujících význam tohoto slova. Chceme-li dát něčemu smysl, znamená to v první řadě zavést si pořádek v naší vlastní mysli. Tu musíme dostat do prožitku plynutí, který jsme schopni zažít pouze v případě, že si v životě stanovíme určité cíle. Dosažení těchto cílů musíme následně podřídit své jednání a chování.

Nepopíratelným faktem je, že všichni žijící tvorové chtějí žít a mají vrozený silný pud k životu.<sup>1</sup> Samotná touha po životě a radost z něho jsou fakta, která nepotřebují žádný výklad. Jiná situace ovšem nastane, zeptáme-li se na to, jak bychom chtěli svůj život **p o ž** a čím je **p o** nás smysluplný. V tom případě dostaneme velice různorodé odpovědi.<sup>2</sup>

Záměrně jsem si pro svou práci vybral výše uvedené téma, neboť vnímám, že, přestože žijeme v době vymožeností a komfortu, o kterém se generacím před námi ani nesnilo, čím dál tím méně lidí má představu o tom, kam ve svém životě směřují, čeho chtějí dosáhnout, jak plnohodnotně využít čas vyměřený na tomto světě, popř. jak být nápomocný nebo prospěšný druhým lidem. Ve srovnání s neuvěřitelnými technologiemi, které dnes máme k dispozici, s možnostmi moderní medicíny a se znalostmi současné vědy, vypadají schopnosti a dovednosti přisuzované lidmi starověkým božstvům poněkud úsměvně a archaicky. A přesto, v kontrastu s tím, roste počet lidí, kteří ve svém životě postrádají smysl, lidí propadajících se do depresí a vyhledávajících odbornou pomoc psychologů a lékařů. Lidí utíkajících k drogám, alkoholu popř. jiným látkám a aktivitám, které je na určitou dobu zbaví vědomí a kontaktu s tímto naším „úžasným“ světem. Proč? Vždyť na základě toho, co bylo

---

<sup>1</sup> FROMM, Erich. *Umění být*. Praha: Fortuna, 2012, s. 9.

<sup>2</sup> Tamtéž, s. 10.

řečeno výše, to postrádá logiku. Lidé by naopak měli mít ve spoustě věcí jasno, měli by být šťastnější a spokojenější a měli by mít jasnou představu o svém životě a o tom, jak s ním naloží. Přitom poslední výzkumy dokazují, že opak je pravdou.

A právě proto, že je v této otázce, týkající se smyslu života, mnoho rozporů a na první pohled nelogičnosti, bych se rád touto problematikou zabýval blíže.

## **2 Různé formulace smyslu života**

Na otázky typu „Proč jsem tady?“, „Co je smyslem mého života?“ „O čem je život?“ či „Jak mohu najít pravý smysl života?“ se lidé ptají odnepaměti. Se vznikem filosofie se jimi začali zabývat hlouběji a snažili se nacházet na tyto otázky odpovědi.

Někdo vidí jako smysl svého života obětování se pro druhé lidi, kdy se zapojuje do aktivit pomáhajících např. lidem trpícím hladem v rozvojových částech světa, pomocí v místech postižených katastrofami nebo výukou dětí a dospělých v krajinách s velkým procentem negramotnosti. Jiný může svůj cíl vidět v péči o své děti, zabezpečení a zajištění vlastní rodiny nebo v dosažení dobrého vzdělání a budování slibné kariéry. Někdy může být smyslem života záchrana ohrožených živočišných druhů, popř. celková ochrana planety a snaha o její zachování pro život dalších generací. Pro mnoho lidí, kteří jsou věřící, může být cílem zasvěcení vlastního života nějaké „vyšší inteligenci“ a řízení se pravidly či zákony s tím souvisejícími.

Bylo by asi nereálné myslet si, že má život pouze jediný univerzální smysl. Každý ho může vidět v něčem jiném a zrovna tak se budou lišit cesty a způsoby, jak tohoto cíle dosáhnout. Určitě se budou lišit v závislosti na kultuře, ve které člověk vyrůstá, na přírodních podmínkách, které ho obklopují, na stupni jeho vyspělosti, na potenciálu a hodnotách, které získal výchovou v rodině a na mnoha dalších okolnostech.

Samotný smysl žití se utvářel i v průběhu věků, kdy se lišil podle aktuální situace, kupříkladu politické, ve které se ta která společnost nacházela, ale i podle filosofických směrů, které jednotlivci vyznávali nebo které ve společnosti převládaly. Sem bychom mohli jen na ukázkou zahrnout hédonismus (ať už psychologický nebo etický), kde hlavní jednání směřovalo k užívání a ke slasti nebo stoicismus, který výrazně ovlivnil i řadu pozdějších filosofů a jejich učení a který prosazoval vztah mezi kosmickým determinismem a lidskou svobodou a kde byl za cestu ke svobodě považován život v souladu s přírodou.

Myslím, že se téměř každý touto otázkou již někdy v minulosti zabýval nebo se zabývat bude a někteří jsou ochotni zasvětit tomuto hledání celý život. Paradoxně se pak stává smyslem života samotné hledání jeho smyslu, což, jak se domnívám, je z velké části i údělem filosofů. Není to cesta jednoduchá a ne každý je ochoten se touto cestou vydat a vytrvat na ní. Je to cesta dlouhá, vyžadující určitých obětí, cesta, po které je třeba postupovat krůček za krůčkem a vše, čeho na ní člověk dosáhne, je nutno postoupit opětovnému rozboru a zkoumání. Platí zde pravidlo postupu od jednoduššího ke složitějšímu, neboť budu-li chtít pochopit celý vesmír, nikdy ho nepochopím, budu-li však mít snahu a budu-li chtít pochopit sebe samého, pochopím, jak funguje celý vesmír.

Velkým problémem současného světa je bezhlavá lidská expanze do všech odvětví vědy a všech koutů světa. Člověk žije v domněnce, že už ho téměř nic nemůže překvapit, že má probádané hlubiny oceánů a všechny kouty pevniny, dokáže cestovat vesmírem a získávat informace o vzdálených planetách. Přes všechno tento nepopiratelný pokrok je tu jeden velký problém - člověk nezná sám sebe. Cestujeme ven, ale necestujeme dovnitř, do našeho „já“. Člověk se zaměřil na expanzi směrem ven a zaměřuje-li se na sebe, tak jen na své ego. Stranou veškerého dění zůstala péče o duši. Proto je dnes velice důležité vzít odpovědně život do vlastních rukou, vytvářet si vlastní názory na události všedních dní a samostatně se rozhodovat, kam bude náš život směřovat a jakými cestami se bude ubírat. Každý člověk je jiný a měl by jednat podle své přirozenosti a podle vlastního přesvědčení. Ne podle toho, co mu určují jiní.

Zdá se, že mnoha nadnárodním společnostem, stejně tak jako médiím a politickým špičkám vyhovují lidé, kteří postrádají vlastní názor, jsou lehce manipulovatelní a jsou ochotni nekriticky přijímat cizí názory a jejich prosazování hnát až do krajnosti. S takovými lidmi je potom „radost spolupracovat“, protože ti jsou hnací silou současných ekonomik a spotřebního způsobu života. Pravda je však skryta ještě mnohem hlouběji. Lidé potřebují přežít, a tak je jim nabízena práce (byť by se jednalo o kácení pralesů). Ve snaze nakrmit své rodiny jsou ochotni přijmout i takovouto práci, a těžko je za to odsuzovat. Vše je důsledkem extrémů, kterých je současný svět plný a které vidíme na každém kroku. Na jedné straně je přebytek a extrémem k tomu je nedostatek. Vše v našich životech prožíváme v extrémech, ať už se jedná o peníze a chudobu, vzdělanost a nigramotnost, lásku či nenávisť.

Avšak náš život bude plnohodnotný a smysluplný pouze v případě, že všechny složky, ze kterých se skládá a které k životu potřebujeme, budou v rovnováze.

Mnoho lidí si za cíl svého života zvolilo prosté užívání si moderních vymožeností, jiní za tento cíl považují např. zábavu, chuťové požitky, cestování apod. Otázka je, zda se jedná o smysluplné cíle a skutečný smysl života.

Kupříkladu Erich Fromm tvrdí, že člověk orientuje svůj život směrem k vlastnictví věcí nebo k bytí. Orientací na vlastnictví je zde míněn způsob a smysl života určovaný tím, co kdo má, co by mohl mít jiný a o co má jeden více než ten druhý. Smutnou pravdou v tomto případě zůstává, že v současné době nenajdeme téměř nic, co by nemohlo být předmětem vlastnictví. Mohou to být materiální věci všeho druhu, ale tímto vlastnictvím se mohou stát i lidé. Samozřejmě nemám teď na mysli přímé vlastnictví někoho druhého, i když ani tyto případy nejsou výjimkou. Mám na mysli spíše ovládání lidí a manipulaci s nimi z pohledu vedoucích pozic a zodpovědnosti. Často je představa zodpovědnosti za druhé spojována s právem s těmito lidmi manipulovat. Vidíme kolem sebe dnes a denně příklady využívání lidí jen jako prostředků k dosažení kýžených zisků, kde jsou jednotliví zaměstnanci pouhým „inventárním“ číslem v soukolí výrobních procesů. Osoba orientující se především na vlastnictví různých movitých věcí používá těchto věcí jako základu k vlastní existenci. Jen pokud tyto věci vlastní, je sama sebou a určuje tím kvalitu a hodnotu svého „bytí“. Od množství věcí, které by chtěl vlastnit a které skutečně vlastní, potom odvozuje i svou činnost, schopnost kriticky myslet a milovat druhé. Orientace na bytí však znamená využití psychických sil jedince pro naplnění jeho životního cíle.<sup>3</sup>

Alfred Adler zase hledá smysl života z pohledu individuální psychologie a nachází ho v budování sounáležitosti mezi lidmi. Ptát se na smysl života má, podle Adlera, cenu a význam jen tehdy, máme-li před očima vztažnou soustavu člověk – kosmos.<sup>4</sup> Cesta vývoje lidstva je cestou nutnosti aktivního přizpůsobování se požadavkům okolního světa, ve které je právě kosmos formující silou. Ať chceme nebo ne, náš život a vývoj je závislý na našem okolí a lidech v něm. Prvotním předpokladem pro smysluplný život jako takový je vybudování optimálního vztahu mezi jednotlivcem a okolním světem. Je samozřejmě bláhové domnívat se, že by měl kosmos zájem o udržení života na Zemi. To je jen zbožným přáním, které však našlo uplatnění v náboženství. I to odjakživa

<sup>3</sup> FROMM, Erich. *Umění být*. Praha: Fortuna, 2012, s. 6-7.

<sup>4</sup> ADLER, Alfred. *Smysl života*. Praha: Práh, 1995, s. 124.

podporovalo společný život a zájmy lidí a upevňovalo pocit jejich sounáležitosti. Každý věděl, do jakého společenství patří a jaké je v tomto společenství jeho místo. V případě ohrožení se pak mohl spolehnout na ochranu a podporu druhých lidí. Samotný pojem boha v sobě potom ztělesňoval vrchol dokonalosti, k jehož napodobování by měl člověk směřovat.

## 2.1 Smysl života z pohledu etického a morálního

Současná etika rezignuje na aspiraci „být řádem lidského života“. V dnešní době je dobře viditelné, že pouze ty etiky, které staví na určitých pevných ontologických základech (obvykle náboženských), také vymezují pravidla jednání formou etiky normativní. Všechny ostatní soudobé etiky zaznamenávají posun k emotivismu či relativismu. To samo o sobě předznamenává i kritickou situaci, ve které se současná etika nachází. Roste tak zároveň tlak na získání určitých jistot a opor v současném světě.<sup>5</sup>

Přitom již v období klasického Řecka prosazovali řeční filosofové aplikaci kosmického řádu na řád života lidského, kterého mělo být dosaženo nikoli jeho pasivním přijímáním, ale aktivní péčí o vlastní duši. V této péči o duši a v trvalé spoluúčasti na budování svého osudu tehdy viděli pravý smysl života. I v otázce na duševní zdatnost však nepanoval jednotný názor. Například sofisté upřednostňovali takovou duševní zdatnost, která jim později zaručí životní úspěšnost. Naproti tomu Sókratovi nešlo pouze o životní úspěch, ale o povýšení mravnosti přírodní na mravnost lidskou. Za skutečnou lidskou areté považoval ne vědění samo, ale touhu po něm. Právě vědění nedovolí člověku, aby se spokojil s tím, čeho dosáhl, co již zná, ale naopak staví před něho nové otázky, na které hledá odpovědi. Tyto neustále nově se objevující otázky ho nutí jít stále dál a nepolevovat ve svém úsilí.

Etika se v současnosti nachází v krizi teoretické a zároveň i praktické. Krize teoretická zároveň souvisí s krizí filosofie. Tu lze zažehnat pouze návratem k filosofii samé, kdežto praktická krize, související s rozpadem současného světa, může být napravena jen jeho zásadní proměnou. Otázkou však zůstává jak dosáhnout této změny a to v určitém reálném časovém rozmezí.<sup>6</sup> „Morálka v pravém slova smyslu začíná teprve tam, kde se člověk nerozhoduje podle toho, co dělají a chtějí všichni, nýbrž podle toho,

<sup>5</sup> BLAŽKOVÁ, Miloslava. *Dějiny etických teorií I*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2004, s. 22.

<sup>6</sup> Tamtéž, s. 22.

co za správné pokládá on sám.“<sup>7</sup> Mravné je pouze jednání hájící pravdu i za cenu toho, že by dotyčný měl jít proti „davu“. Velice často se však setkáváme s případy, kdy je „pravda“ přizpůsobena zájmům určitých skupin a právo překrucováno v zájmu dosažení cílů, které nemusí být nutně v zájmu většiny.

Jsou také lidé, pro které může být životním cílem něčeho velkolepého dosáhnout, ať už se jedná o objev, postavení ve společnosti či pracovní kariéru. Všichni jsme přeci rádi, když nás ostatní uznávají. Cítíme potom vnitřní naplnění a zadostiučinění.

Dokážeme však tímto způsobem uspokojit svoji touhu po otázce smyslu života?

## 2.2 Štěstí jako smysl života

Jsem přesvědčen, že člověk nemůže žít plnohodnotný a naplněný život bez vědomí vnitřního pocitu, že je šťastný. Už Aristoteles soudil, že lidé hledají štěstí víc než cokoli jiného. Ve svém díle *Etika Nikomachova* hledá nejvyšší dobro, které nazývá eudaimoniá. To bychom mohli také přeložit jako štěstí nebo blaho. Přičemž Aristoteles považuje dosažení tohoto blaha za hlavní cíl života.

Štěstí hledají lidé pro ně samé, všechny ostatní cíle, jako jsou krása, peníze nebo moc, pro ně mají cenu jen proto, že očekávají, že jim přinesou štěstí. Přestože se od dob Aristotela mnohé změnilo, nerozumíme dnes o nic lépe tomu, co to vlastně štěstí je a jak ho dosáhnout. Je to důsledkem hledání štěstí na nesprávných místech, nebo byla dána lidstvu do vínku neustálá nespokojenost a touha mít víc, než je ve skutečnosti možné? Díky tomuto vnitřnímu neklidu si často kazíme i ty nejcennější okamžiky, s kterými se v životě setkáváme. Dodatečně si pak vyčítáme, že jsme se na daný okamžik plně nesoustředili a neprožili ho tudíž tak, jak by si to zaslouhoval. Tato situace je o to horší, že mnoho okamžiků je jedinečných a nikdy se už nemusí opakovat. To si často uvědomíme až dodatečně a dostáváme se díky tomu do špatného vnitřního rozpoložení neboť je nám jasné, že jsme polovičatě prožili něco, co se nedá vrátit. To nám rozhodně ke štěstí a vnitřní pohodě nepřispívá. Co je však podle mého názoru na této situaci nejhorší, je fakt, že jen velmi malé procento lidí si z toho vezme poučení, a v budoucnu, nastane-li obdobná situace, se zachová naprosto stejně. Tím se dostáváme do začarovaného kruhu, kdy se snažíme dosáhnout něčeho, co je pro nás nedostupné (často ani pořádně nevíme, co vlastně chceme) a díky tomu nám unikají vzácné a

---

<sup>7</sup> SOKOL, Jan. *Malá filosofie člověka a Slovník filosofických pojmů*. Praha: Vyšehrad, 2010, s. 193.

neopakovatelné okamžiky. Většinou děláme něco, abychom potěšili jiné, a zapomínáme potěšit sami sebe.

Již svatý Augustin tvrdil, že cílem lidského snažení je štěstí a toto štěstí má nalézt filosofie. Pro nalezení štěstí je třeba poznání. Nedostatečnou je však pouhá snaha o toto poznání, je potřeba ho skutečně dosáhnout. Jednou z cest, jak dosáhnout tohoto poznání, je poznání vlastní duše.<sup>8</sup>

Mezi rozdílnými přístupy ke štěstí existuje jeden, na který sdílí podobný názor většina myslitelů: Jsme šťastni, splní-li se nám to, co si přejeme, respektive máme-li to, co chceme. Základní otázkou v tomto případě zůstává, které potřeby to jsou, že nám jejich naplnění přináší štěstí. Toto je bod, k němuž nás vede otázka po smyslu života a po problému povahy lidských potřeb. V této otázce proti sobě vyvstávají dvě protichůdná stanoviska. První z nich (v dnešní konzumní době zastávané téměř výlučně) je úsilí o něco, co je v našich očích natolik nezbytné, že to nazýváme potřebou, jejíž uspokojení nám přináší radost. Není zde vůbec řeč o tom, nakolik tato potřeba obohacuje náš vnitřní život ani nakolik přispívá k jeho růstu. Druhé, opačné stanovisko se soustřeďuje na snahu o dosažení potřeb a cílů, které naopak vedou k vnitřnímu růstu a sebenaplnění člověka.<sup>9</sup>

Můžeme oprávněně předpokládat existenci určitých norem, které prospívají co nejdokonalejšímu fungování člověka za maximálního využití jeho možností a naopak existenci norem, které jsou tomuto procesu na překážku. Je nutno rozlišovat dnes tak rozšířenou chtivost od normálního přání. Chtivost je produktem iracionálních vášní vedoucích k patologickému a škodlivému charakteru. Mezi tyto znaky chtivosti bychom mohli zařadit např. chtivost po slávě a moci, posedlost majetkem a movitými věcmi stejně tak jako pomstou či ovládnutím druhých lidí.<sup>10</sup>

Východní medicína zná nespočet důkazů o souvislostech mezi stresem, nezdravou ctižádostí, bezohledností a závislostí na úspěchu a tělesnými chorobami. Proto nás nepřekvapí, že se velcí myslitelé shodují v základních normách, kterými bychom se v životě měli řídit a ke kterým patří právě překonávání chtivosti, nenávisti, iluzí a lásky k lidem, kteří nás obklopují.

---

<sup>8</sup> BLAŽKOVÁ, Miloslava. *Dějiny etických teorií I*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2004, s. 67.

<sup>9</sup> FROMM, Erich. *Umění být*. Praha: Fortuna, 2012, s. 10-11.

<sup>10</sup> Tamtéž, s. 12.

Přestože na nás působí velké množství vnějších vlivů, které nemáme pod kontrolou, každý z nás už zažil pocit, že má najednou život ve svých rukách a že je pánem svého osudu. Stává se to při vzácných příležitostech, kdy se dokážeme naplno oddat svému prožitku a zapomenout na svět kolem sebe. Je to právě ten okamžik, který vnímáme jako „tady a teď“, aniž by pro nás existovalo cokoli jiného. V tu chvíli prožíváme hluboký pocit uspokojení, radosti a vnitřního štěstí, který si v sobě hýčkáme a zároveň si přejeme, aby nikdy neskončil. Tyto okamžiky můžeme prožívat i při nepřízní vnějších vlivů. Může se často jednat o vrcholné či adrenalinové sportovní zážitky, může to být pocit malíře při práci na novém díle nebo pocit vynálezce, který „byl právě obdařen“ nápadem jak dokončit svůj vynález. Nemusí se však jednat pouze o extrémní situace. Do stejného vnitřního rozpoložení se dostává i otec, který se dozvěděl, že se mu právě narodilo dítě, popř. rodiče, když dítě poprvé zareaguje na jejich hlas a úsměv.

V rozporu s tím, co si obvykle myslíme, nepřicházejí chvíle optimálního prožitku ve chvílích nicnedělání. Naopak jsou většinou završením činností, při kterých se naše mysl nebo tělo „vypnou“ k maximálním výkonům vedoucím často až na hranici možností. Tyto vrcholné okamžiky, ať už ve sportu nebo v „obyčejném“ životě, pro nás v tu chvíli ani nemusí být zrovna příjemné. Člověk je po takovém výkonu na dně svých sil a význam tohoto okamžiku se spolu s pocitem optimálního prožitku dostaví až po nějakém čase. O to hlubší je tento prožitek s vědomím, že se o něj člověk sám přičinil, že si vlastními silami snaží určovat obsah svého života.

Stav, ve kterém lidé zapomínají na okolní svět a dokáží se plně pohroužit do zrovna prováděné činnosti, bývá občas nazýván stavem plynutí. Tento stav bývá nejčastěji navozován při činnostech, které nás dokážou zcela pohltnout a které nás baví.

Nejčastěji tento stav zažívají děti, aniž by si uvědomovaly, že nějaký stav plynutí existuje. Prožívají ho zcela spontánně a neplánovaně, neboť je bytostně spjat s dětskou přirozeností a „nevědomostí“. Bývá automatickou součástí dětského způsobu objevování světa, který nás obklopuje, a jevů, které se v něm odehrávají. Ale o tom už bych rád pojednal v další kapitole.

### 3 Štěstí dětské přirozenosti

Existuje jedna fáze lidského života, kdy jsme schopni vnímat svět kolem nás takový, jaký opravdu je, a kdy ho vidíme nezkreslený se všemi jeho dobrými i špatnými stránkami. Tímto obdobím je dětství.

Dětské vnímání, které ještě není zatíženo zkušenostmi, předsudky a korekcemi společenských norem, je schopno rozpoznávat a vidět předměty a události, které ho obklopují, v jejich pravé podobě. Vše je pro ně nové a vše je z dětského pohledu velice zajímavé. Dítě potřebuje spoustu takovýchto podnětů, aby mohlo rozvíjet svou představivost a fantazii. V dětství jsme schopni se velice lehce dostat do stavu, kterému se říká „stav plynutí“. Mám zde na mysli stav, kdy celou svou psychickou energii soustředíme (koncentrujeme) na jediný objekt zájmu, ať už se jedná o konkrétní věc nebo myšlenku. Je to přesně ten stav, kdy jsme zaujati jedinou věcí a ostatní svět a tok času pro nás přestane v tu chvíli existovat. Je to rozpoložení mysli, které nám dovolí v tuto jedinečnou chvíli odpoutat se od dění okolního světa. Je to stav, kdy naše mysl netěká od jednoho předmětu zájmu k jinému, popř. od myšlenky k myšlence. Je to stav, kdy jsme schopni věnovat se po určitou dobu jedné jediné věci. Pouze v tomto vnitřním rozpoložení dokážeme být šťastní a dokážeme nacházet smysl v tom, co děláme. V tomto okamžiku jsme prožitkem samým. Dítě má a priori svůj smysl života v rodině, ve které má jistotu. Přesto vidí smysl i v každé aktivitě, pomocí které zkoumá a poznává okolní svět. V tomto ohledu bychom mohli děti zařadit po bok vědců a filosofů. Byť se to zdá na první pohled jako velice nesourodá společnost, mají jedno společné – dokáží nad něčím žasnout. V případě věd není divu, neboť vznikaly a vyvíjely se z původně filosofických otázek. Tím se tedy vědci, filosofové a děti zásadně odlišují od zbytku populace.

Bohužel tuto schopnost s přibývajícím věkem a s „pomocí“ okolí, ve kterém vyrůstáme, ztrácíme. Jsme neustále vedeni a poučováni o tom, jakým směrem bychom se měli ubírat, co je pro nás správné a co rozhodně není, jak se oblékat, co zrovna nakoupit apod. I pod vlivem materialismu dnešní doby a pod vlivem různých ideologií a sociálních rolí, které jsme nuceni hrát, je ubíjeno naše samostatné myšlení a rozhodování. Naše smysly nás matou. Pokud se týká např. zraku, mnohdy vidíme pouze to, co máme vidět nebo co vidět chceme. Člověk přestává zkoumat nové předměty a věci ve svém okolí a má spíše snahu porovnávat je s něčím, co už někdy viděl a co zná.

To je ovšem velice zavádějící, a tak není divu, že se při tomto porovnávání často přehlédne nebo splete. Svět kolem nás je pouze jakousi iluzí, kouřovou clonou, která nám brání vidět věci takové, jaké ve skutečnosti jsou.

Také základní myšlenkou východních filosofí, kterou je potřeba splnit, abychom se mohli čemukoli smysluplně věnovat, je kontrola vlastní mysli a pochopení toho, jací jsme uvnitř a proč, neboť jen tak jsme schopni opustit to, co nás uvnitř ovládá, což je pro dnešního člověka jedna z nejtěžších věcí. Každý z nás zažívá dennodenně nejednu situaci, v průběhu které se potřebuje soustředit na činnost, kterou právě vykonává a přitom zjišťuje, že je myšlenkami úplně někde jinde. Stačí si jen vzpomenout, kolikrát jsme četli stránku knihy a po jejím dočtení jsme museli začít znovu, protože jsme neměli ponětí o tom, co čteme. Naše mysl se ubírala úplně jinými cestami, než kterými se ubírat měla. A to jsou právě důsledky životního stylu, socializace a trendů ve společnosti. K návratu ke kořenům samotných věcí, k hledání podstaty bytí a k pohledu na věci a jevy nekritickými očima a ničím nezátíženým vědomím nabádal ve své filosofii i Martin Heidegger. Ten měl na mysli pohled na život právě těma dětskýma očima, kterými jsme původně všichni viděli.

#### **4 Smysl života z pohledu náboženství**

Již na úsvitu dějin si člověk pomocí mýtů, legend či nadpřirozených sil a bytostí zdůvodňoval jevy a události, které si nedovedl vysvětlit prostým rozumem nebo pomocí tehdy dostupných znalostí a vědomostí. Již nejstarší stopy toho, jak se člověk zabýval okolním světem, dokazují, že byl tento vztah náboženský. Obklopení úkazy, které nechápali, a silami, které nedokázali kontrolovat, pociťovali lidé přítomnost posvátna.<sup>11</sup> Vytvářeli si různé metody a styly, jak uctívat tyto síly a ty následně převáděli do tradic a rituálů, v kterých se pokoušeli nacházet vztah s nadpřirozenem. Postupem času se pokoušelo lidstvo vyjádřit toto setkání s tajemnem pomocí slov a symbolů. Tak vznikaly první mýty, které se snažily zachytit vztah člověka ke světu a jeho osudovou určenost. Ve všech těchto aktivitách se lidstvo pokoušelo najít své místo ve vesmíru, ve světě přírody i nadpřirozených bytostí. Náboženství hrálo centrální roli v životě dávných civilizací, kdy od počátku stálo i za ekonomickou a politickou stránkou života. Smyslem života bylo získání dostatečného množství potravy pro přežití, zachování rodu

---

<sup>11</sup> HITCHCOCK, Susan Tyler a John L ESPOSITO. *Zeměpis náboženství: kde žije Bůh, kudy krácejí poutníci*. Vyd. 1. Praha: Knižní klub, 2009, s. 18.

a usmiřování nadpřirozených sil pomocí zmiňovaných praktik tak, aby s nimi lidé mohli žít ve vzájemné harmonii. Potřeba zajištění obživy a zachování rodu je samozřejmě aktuální i dnes, pouze s tím rozdílem, že jsme z celého procesu vyřadili vyšší sílu, a tím i pokoru. Díky tomu je současný člověk více připoután k hmotnému, což ho činí závislým.

Na všechny výše uvedené otázky po smyslu života a podstatě našeho bytí nebylo a ani není možné jednoduše odpovědět fakty, dobrat se odpovědi prostým rozumem, popř. získat tuto odpověď na základě pozorování.

Rituální úkony spojené s náboženskými obřady, a to nejen ty počáteční, ale i současné, představují určité soubory činností s přesně danými pravidly a výsledky, které lidi (kteří je praktikují) sjednocují. To může být smyslem života mnoha současných věřících, nacházejících zde pospolitost stejně smýšlejících osob a řád, který velice často postrádají (a nejen oni) u lidí a v dění ve svém okolí. Všeobecně lze říci, že v případě křesťanství leží smysl života věřících lidí mimo tento svět. V současné hektické době, kde vládne bezohlednost a kde jsou slušnost a střídmost považovány za slabost, vidí tito lidé ve své víře a s ní souvisejících činnostech jasná pravidla včetně odměn, ale i trestů (které jsou jakýmsi vodítky či ukazateli na cestě) v případě jejich nedodržování. Vidí v něm řád, který postrádají v běžném životě.

Samozřejmě i zde dochází k určitým proměnám ve vztahu společnosti a víry v souladu s tím, jak se mění životní podmínky a celkový vývoj společnosti. V době, která následovala po osvícenství, byly patrné snahy odsunout náboženství do soukromé sféry jednotlivých věřících. V polovině 20. století zastávalo mnoho myslitelů myšlenku oddělení církve od státu a celkové sekularizace společnosti.<sup>12</sup>

Kupříkladu Nietzsche považoval náboženství za pouhou sérii triků určených slabochům. Ty pak měly dodat určitý pocit jistoty všem, kteří se nedokázali vyrovnat s nepředvídatelnou podstatou života.

Zcela jiné rozměry dostává víra, náboženství a s ním spojená očekávání v dnešním globalizovaném světě. Důsledky zpolitizovaného náboženství máme možnost vidět ve svém každodenním životě. Směs náboženství, nacionalismu a otázek spojených s etnicitou je dnes zdrojem jak jednoty mezi lidmi, tak neustále se množících konfliktů,

---

<sup>12</sup> Tamtéž, s. 44.

kteří právě díky globalizaci překračují hranice jednotlivých států a dostávají leckdy mezinárodní charakter.

Pro nezasvěceného člověka je velice obtížné se v těchto poměrech vyznat a i to je jeden z důvodů, které nahrávají individuím a skupinám manipulujícím s davy a myšlením lidí. Už Kierkegaard poukazoval ve své filosofii na manipulaci s lidmi prováděnou církví, když prohlašoval, že církev dělá z lidí stádo. Náboženské cítění a samotná víra tak bývaly velice často zneužívány ve starších dobách a nejinak je tomu i dnes. Takzvaným „vymýváním mozků“ se některým vůdcům daří vsugerovat lidem, že jejich smyslem života jsou v podstatě zájmy úzkého okruhu lidí, které vedou pouze k cestě za mocí.

Jedním z projevů tohoto jednání jsou např. akce sebevražedných atentátníků, kteří jsou přesvědčeni, že jejich smyslem života je obětovat se v boji za „svatou věc“. Stávají se tak nástroji pomsty v rukou lidí, kteří s nimi manipulují podle svých představ a plánů.

V podobném duchu jednají i zakladatelé různých sekt, kteří se snaží (a kupodivu se jim to velice často i daří) nalákat na různé sliby lidí, které následně připraví o majetek a osobní identitu. Tyto oběti, žijící v komunitě stejně smýšlejících jedinců, pak vidí „svůj“ cíl v tom, co jim bylo vsugerováno, aniž by většinou dokázaly „prohlédnout“, uvědomit si, co se s nimi děje a vystoupit z tohoto bludného kruhu. Vykonat tento krok je samozřejmě o to těžší, čím déle jsou takto ovlivňováni a manipulováni. Dalo by se vcelku pochopit, když jsou takto zneužití lidé nižšího vzdělání, kteří nejsou schopni, popř. nemají snahu, vytvořit si vlastní názor a vyhovuje jim, mají-li život organizován někým jiným. Snadným terčem jsou také lidé s malým sebevědomím, postrádající sebeúctu a nakonec i jedinci, nacházející se v zoufalé psychické nebo životní situaci, kteří mohou vidět v takto podané „pomocné ruce“ svou záchranu a východisko ze své svízelné situace. O to zářející je, že jsou členy těchto společenství i lidé vzdělaní, sebevědomí a úspěšní ve svém oboru. V tom případě už se nejedná o uvědomění si sebe s jasnou myslí a velkou upřímností, ale o slepé a bezhlavé následování. To by však bylo spíše na psychologický rozbor, který není tématem ani cílem této práce.

V současné době, kdy došlo k uvolnění pohybu lidí a tím i myšlenek, se v celosvětovém měřítku stále více obyvatel tzv. západní civilizace zajímá o nauky východních filosofí a náboženských nauk, směřujících k vnitřnímu míru a harmonii, neboť otázka smyslu života a pochopení svého vnitřního „já“ je dnes pro mnoho lidí možná aktuálnější než kdy jindy.

Bohužel i zde se setkáváme s „šarlatány“, předkládajícími nám ideje a metody východních mistrů umně zabalené do pozlátka západního světa tak, aby byly atraktivní pro co největší počet potencionálních zájemců a slibující laciné postupy a trvalou vnitřní proměnu (samozřejmě k lepšímu) v krátkých kurzech, a to rychle a pokud možno s vynaložením co nejmenší námahy. Z mnoha takovýchto aktivit se tak stala opět jen komerční záležitost, směřující k zmanipulování důvěřivých lidí a následnému obohacení samotných organizátorů těchto akcí. Duch velkého byznysu pronikl (a to nejen v tomto případě) i do duchovních oblastí našeho života.

K tomu, aby lidé skutečně procitli, je však nutné, aby nastal extrém (chaos), který je probere z letargie a přivede zpět na zem z „výšin“, do kterých se dostali díky materiální orientaci a pokřiveným žebříčkům hodnot. Lidé ve své zaslepenosti dnes nejsou schopni dojít k tomuto poznání sami od sebe. Je potřeba, aby se, řečeno slovy profesora Patočky, „Země zatřásla“. To se ostatně v současnosti děje všude kolem nás. Tento jev je možné pozorovat ve všech částech světa ať už v podobě válečných či náboženských konfliktů, rasových nepokojů nebo v podobě přírodních katastrof. Destruktivní události současného světa by měly směřovat k revoluci našeho vědomí, konkrétně k posunu od materiálního vnímání k vnímání duševnímu. Tento myšlenkový posun bychom také mohli chápat jako posun z hmoty na ducha.<sup>13</sup>

Ať tak či onak platí i v tomto případě zásada nutnosti vzdělávání, komunikace mezi lidmi a vzájemného poznávání jednotlivých kultur, neboť jedině na základě nabytí znalostí o zrodu, vývoji a idejích jednotlivých náboženství lze doufat v toleranci mezi věřícími a mír na světě.

## 5 Filosofická podstata smyslu života

Veškeré lidské jednání, které se neopírá o filosofické myšlení, obsahuje nepravdu a postrádá vnitřní řád.<sup>14</sup> V současném světě existuje propastný rozdíl mezi tím, co lidé říkají a tím, co skutečně dělají. V myslích dětí tak vzniká již od mala zmatek, neboť rodiče jim určují, jak se mají chovat a jednat, aniž by tak sami činili. Chceme-li, aby náš život byl skutečně smysluplný, pak musí být naše myšlenky v souladu s našimi činy. Obojí se musí ubírat stejnou cestou k jednomu cíli. Již při samotné výchově je potřeba

---

<sup>13</sup> JACOBSON, Simon. *Smysluplný život: Rebe Menachem Mendel Schneerson a jeho moudrost*. Praha: Chabad Lubavitch, c2008, s. 72.

<sup>14</sup> PATOČKA, Jan. *Péče o duši: [soubor statí a přednášek o postavení člověka ve světě a v dějinách]*. 1.vyd. Editor Ivan Chvatík, Pavel Kouba. Praha: Oikoymenth, 1996, s. 22-23.

soustavně rozvíjet jak kognitivní, tak i behaviorální stránku žáků, neboť je nutné tříbit a rozvíjet jejich rozumové schopnosti, které budou později řídit a ovlivňovat jejich chování.

Vzdělání je jedním ze základních pilířů pomáhajících prožití smysluplného života a jakmile člověk vytváří vzdělanost, musí nutně filosofovat.<sup>15</sup> K tomu, abychom mohli správně jednat, je nutné vědění a znalosti. Samotné toto vědění by však naopak bylo k ničemu, pokud bychom ho nevyužili ve prospěch druhých. Vědění nabývá na své síle, pokud ho převedeme v činy. Je naší mravní povinností toto vědění předávat dalším lidem, vyvolávat otázky a rozvíjet v nich vnitřní touhu hledat na tyto otázky odpovědi. Pokud jsou v souladu naše myšlenky a naše činy, panuje také harmonie mezi naším tělem a duší.

V současnosti je filosofie na okraji zájmu společnosti, což je projevem nepřírozeného, křečovitého stavu, v němž je dnešní člověk, a v němž mu pro naléhavější věci nezbyvá čas na sebe sama.<sup>16</sup> I v dnešní hektické době se čas od času člověk ocitne v situaci, kdy nemusí nic dělat. Takováto chvílka by byla ideální příležitostí pro filosofování. Většinou dochází k tomu, že se snažíme z takového okamžiku uniknout. Mnoho lidí má z takovýchto chvil strach, neboť se ocitají sami se sebou a nevědí, co si v této situaci počít. Nejsou na to připraveni a neumí zacházet sami se sebou. Umět dobře naložit s volnou chvílí je také veliké umění. Velice často u nás v takové chvíli nastává stav, kdy nevíme, jak danou chvíli co nejužitečnějším způsobem využít. Na jedné straně se rozhodujeme mezi odpočinkem a slastným nicneděláním (prostě skutečným uvolněním mysli a odpočinkem), a na straně druhé nás pronásledují výčitky svědomí, že bychom mohli využít volného času k tomu, abychom dohnali, co jsme dříve zameškali, srovnali staré „dluhy“, popř. si jaksi „předdělali“ něco do zásoby. Chtěli bychom toho dosáhnout více, než čeho jsme schopni. K tomu dochází právě v tom případě, kdy se naše mysl nedokáže soustředit na jednu myšlenku, ale naopak se zaobírá více cíli najednou. Nemyslíme v tom okamžiku pouze na to, co je, ale zaobíráme se zároveň tím, co bylo, a nebo co by popřípadě mohlo být. Výsledkem takových úvah bývá často to, že jsme volnou chvílí nedokázali adekvátním způsobem využít, a ve finále končíme s výčitkami svědomí a zjištěním, že po fyzické stránce jsme možná ještě víc unaveni než na začátku.

---

<sup>15</sup> Tamtéž, s. 106.

<sup>16</sup> Tamtéž, s. 106.

Život každého z nás má svá významná a bezvýznamná období, své vrcholy a úskalí, s nimiž se musí vypořádat a s kterými zápasí. V průběhu tohoto boje zpytuje sebe sama a hledí dospět k jasnosti. Každý život má svůj vnitřně daný smysl. K tomuto smyslu patří veškeré životní krize, setkání, výboje i usmíření. Tento smysl však není nic, co by bylo objektivně dáno nebo diktováno, není to nic, co by se dalo zjistit pohledem zvenčí. K podstatě tohoto smyslu můžeme dojít pouze prožíváním samotného života, kdy vstupujeme do procesu hledání sebe sama. Nedílnou fází tohoto procesu je pak kladení filosofických otázek a aktivní vyhledávání jejich odpovědí. Sebepochopení, sebezpytování a přemýšlení o vlastním osudu je nutnou součástí tohoto hledání.<sup>17</sup>

Pouze vypjaté životní situace nám poskytují možnost vymanit se ze stereotypu běžného života a vedou nás k hlubšímu poznání sebe sama. Proto je nutné a důležité tyto situace prožívat a neutíkat před nimi. Jakkoli mohou být nepříjemné a depresivní, vždy nás jejich prožívání posunuje o kousek dál a poodkrývá nám další, dosud neodhalené zákoutí našeho nitra. Máme takto možnost nahlédnout do naší duše. Je to cesta složitá, vyžadující cvik a vytrvalost, neboť duši lze pochopit a poznat pouze tehdy, pokud uvažujeme o bytí, které není fyzického rázu. Nejedná se o bytí tělesné a nejedná se ani o svět věcí, které nás obklopují. Hloubku tohoto bytí lze odhalit jen tehdy, kráčíme-li proti proudu a obecnému trendu reality.

Většina lidí žije v zajetí svých představ a chování a jednáním kopírují všeobecně uznávaná schémata, poplatná dnešní době. Je potom pochopitelné, že nedokáží získat odstup od dění, které nás obklopuje, a dojít tak k Husserlovu principu nahlédnutí věcí samých. Víra a touha po poznání pravé podstaty věcí musí vycházet z nás samotných, z našeho nitra. Toho nelze nikdy dosáhnout slepým následováním či diktátem někoho jiného. Proto nejsme schopni pochopit význam duše. Z velké části prožíváme svůj život a dění okolo nás jen skrze své smysly, které nás ovšem šálí a klamou. Abychom mohli správně rozpoznat a prožít to, co se děje v okolním světě a uvnitř nás samých, musíme své smysly vypnout. Tak jako knot svíčky přidržuje plamen a brání mu stoupat vzhůru, tak tělo přidržuje naši duši.<sup>18</sup>

---

<sup>17</sup> PATOČKA, Jan. *Péče o duši: [soubor statí a přednášek o postavení člověka ve světě a v dějinách]*. 1. vyd. Editor Ivan Chvatík, Pavel Kouba. Praha: Oikoyomenh, 1996, s. 114.

<sup>18</sup> JACOBSON, Simon. *Smysluplný život: Rebe Menachem Mendel Schneerson a jeho moudrost*. Praha: Chabad Lubavitch, c2008, s. 32.

Již řeční myslitelé se snažili ve svém učení o nahrazení naivního způsobu života takovým životem, který se táže, klade otázky a prostřednictvím těchto otázek se snaží dosáhnout vědění a pochopení pravdy.

Pouze tento postup, v dnešní době snad ještě aktuálnější než dříve, je správnou cestou k přiblížení se tomuto cíli a k pochopení smyslu života. Člověk je však schopen tohoto putování jedině v tom případě, nenechá-li se odradit a dokáže-li opětovně podrobit detailnímu rozboru každý problém, na který cestou narazí. Pouze prostřednictvím neustálých pochybností a přísným rozebíráním problémů se můžeme na této své cestě posunout vpřed. Bylo by však pošetilé domnívat se, že se dá dojít k samotnému cíli a uchopit ho. Naopak cesta je v tomto putování cílem. Cíl samotný je jakýmsi světlem na konci, které nás, pokud jsme vytrvalí, vede a udržuje ve správném směru a nabývá postupně na jasnosti s naším dalším zkoumáním.

Bohatství našeho vnitřního života, zrovna tak jako naše zdraví, je závislé na silné a zdravé duši. Jsme-li zdraví, můžeme se plně věnovat naší práci, jsme schopni soustředit se na blízké lidi, kterými jsme obklopeni, a na svou rodinu, ale v první řadě by to mělo znamenat možnost a schopnost věnovat se své duši. Dobré zdraví by mělo automaticky zahrnovat péči o duši i o tělo.<sup>19</sup>

Podle toho v jaké žijeme společnosti, jsme formováni jejím míněním a je nám od malička vštěpováno, co považovat za hezké a nehezké, co je dobré a co špatné, co je správné a čeho bychom se naopak měli vyvarovat, neboť je to ze společenského hlediska nesprávné. Myšlení a vnímání dnešního člověka je představové.

K tomu, abychom dosáhli stavu plynutí naší mysli, abychom se dokázali plně oddat tomu, co právě děláme a cíli, za kterým se ubíráme, je důležité vytvořit si v tomto směru jakousi vnitřní harmonii mezi naším rozumem a výběrem těchto cílů. Filozofové jako Heidegger nebo Sartre rozpoznali tento cíl, kterým se moderní člověk musí zaobírat, a nazvali ho *projektem*. Jedná se o pojem, kterým nazvali činnost směřující k dosažení cílů, dávajících smysl individuálnímu životu.

Máme-li určité životní téma a cíl, za kterým se ubíráme, bude mít vše, co se v souvislosti s tím stane, nějaký smysl. Nemusí to být vždy zrovna smysl pozitivní. Pokud naše vnitřní energie splyne s naším životním tématem, dosáhne naše vědomí

---

<sup>19</sup> Tamtéž, s. 111.

harmonie. Existencialisté rozlišují mezi pojmy autentický a neautentický projekt. Autentickými projekty jsou zde témata, která si člověk sám vytváří na základě toho, co cítí a čemu věří. Jsou založeny na vlastních zkušenostech a možnostech volby. Tato témata vycházejí z nitra člověka a mají hodnotu sama o sobě. Naproti tomu témata neautentická si člověk vybírá pro vnitřní pocit, že by něco podobného dělat měl, třeba z toho důvodu, že to v tu chvíli dělají všichni a jaksi všeobecně se to očekává. Volba těchto témat je motivována vnějšími okolnostmi. Samozřejmě obě tyto možnosti mají svá pro a proti.

## **5.1 Život v rovnováze**

Jak už bylo výše uvedeno, moderní společnost spolu s mohutným rozmachem vědy a pokrokových technologií umožňuje žít převážně většině lidí v tzv. rozvinutých zemích v nadbytku, díky čemuž dochází k porušení přirozené rovnováhy. Lidé si zvykli dostávat to, na co si vzpomenu, bez velkého přičinění, beze snahy, aniž by museli dávat cokoliv protihodnotou. Je přáno všem lidem téměř cokoliv. Dochází k velkým disproporcím mezi příjmem a výdejem. Tím je narušena rovnováha, která je základem pro harmonický a vyvážený život. Mnoho lidí, a to zejména mladých, má pokřivený žebříček hodnot a zvyklo si pouze přijímat, s minimální snahou cokoliv za to dávat. Takový přístup však neobstojí, neboť jen to, co je uměřené a vzájemně vyvážené, je zároveň smysluplné. Naší snahou by mělo být využívání rozumu k tomu, abychom hledali takovouto rovnováhu ve všem, co nás obklopuje. Jakýkoliv nepoměr a nerovnováha ve věcech kolem nás a v našem jednání se dříve či později projeví a vrátí se nám dvojnásobně.

Abychom se cítili bezpeční, máme snahu všemu rozumět a vše ospravedlňovat. Uvnitř našeho nitra se vynořují tisíce otázek, které si nedokážeme vysvětlit. Jelikož nemáme odvahu a ani si neumíme klást otázky, vytváříme si spoustu domněnek o tom, co jsme kde slyšeli, ale i tom, co kdo neřekl, a tak se snažíme zaplnit naši potřebu vědět. Vytváříme si různé domněnky na různé situace tak dlouho, až jim sami uvěříme a považujeme je za jediné správné vysvětlení a za pravou podstatu věci.

Často si lidé, díky těmto myšlenkám, vytvářejí nereálné představy a přivádějí se do stavu úzkosti a strachu, který je potom omezuje v jejich dalším konání. Takoví lidé jsou podezřívaví a na situacích a ostatních lidech hledají to negativní. Nejsou schopni logického a střízlivého uvažování, cítí se bezmocní a neumějí ve finále rozpoznat, které

z věcí či situací, s kterými se každodenně setkávají, jsou pro ně užitečné. Strach nás v průběhu věků přivedl k celkovému chaosu a materialistickému přístupu k životu. Strach nám brání v reálném úsudku a je jen dalším důkazem toho, co se může stát v případě narušení rovnováhy. V tomto případě se jedná o narušení vnitřní rovnováhy, která je zároveň odrazem stavu naší mysli.

## **5.2 Smysl života z pohledu východní filosofie**

Z pohledu východních filosofí má člověk žít s plným nasazením a snažit se vykonávat věci a činnosti, jak nejlépe dovede. Nemá se však starat o samotný výsledek. Má žít přítomností a v přítomném okamžiku. Zde se opět dostávám k období existence „tady a teď“.

Tato filosofie rozděluje naši mysl na dvě různé části. Jedna část řídí naši činnost a kontroluje to, co právě děláme. Druhá část naší mysli vytváří představy a domněnky. To je právě ta část, která v nás vytváří pochybnosti a mnohdy nám nedovoluje plně se soustředit na prováděnou činnost. Neustále před nás staví otázky typu „Dělám to správně?“, „Stihnu to?“, „Budu vůbec schopen to udělat?“ apod. Toto duševní „vyrušování“ nám potom brání v koncentraci a způsobuje naši roztěkanost.

Samotným smyslem této filosofie je konečné vysvobození jedince z koloběhu života a dosažení nejvyšší blaženosti. (od nadvlády chtivosti, závislosti na hmotných věcech a zároveň osvobození od pout a iluzí).

## **6 Záměrná nevědomost a konzumní styl života**

Mnoha lidem v současnosti vyhovuje konzumní styl života a „nevědomost“, ať už záměrná, nebo skutečná.

Jak už bylo řečeno, jsme denně vystaveni stresu a frustrujícím situacím, kterým se jen málo lidí dovede postavit a bojovat s nimi. Připadá mi, že většina lidí dobrovolně utíká právě ke konzumu nebo se honí za materiálními či jinými požitky. V zájmu zvyšování zisků firem a nadnárodních koncernů a v zájmu starostí o co nejvyšší odbyt jejich produktů je dnešní společnost v tomto materiálním způsobu života neustále utvrzována jako v jediném správném. Kdo nenosí oblečení podle poslední módy, není takzvaně „in“, kdo nesleduje život a aféry „celebrit“, ten snad jako by ani nežil. Na rodinu, která

tráví víkend s dětmi v lese nebo pod stanem, a ne v obchodním centru, se pohlíží jako na něco neuvěřitelně zaostalého a pomalu nepatřícího do dnešní moderní společnosti.

Často lidé hovoří o svobodě a velice dobře ví, na co mají právo. Většinou však už nechtějí slyšet o tom, že z práva také plynou nějaké povinnosti a že svoboda není anarchie a užívání si na úkor druhých. Neuvědomují si však (nebo si uvědomit nechtějí), že svoboda s sebou nese velký díl zodpovědnosti. Právě tato zodpovědnost je málo příjemná, a lidé se jí rádi vzdají, čehož využívají například již výše zmíněné koncerny, různá náboženství, organizace mající vlastní cíle a využívající těchto jedinců ke svému prospěchu atd.

Dalším z důvodů takového stylu života je jednotvárnost a rutina, kterou s sebou přináší tovární výroba a jiné druhy každodenních činností, kterými si člověk zajišťuje obživu. Prvopočátky těchto jevů jsou patrné s příchodem průmyslové revoluce, kdy se ze všestranně schopného člověka (řemeslníka) postupně stává „kolečko“ v soukolí manufakturní výroby v důsledku koncentrace na jeden určitý druh práce nebo pohybu. Dělník v továrně dnes nemůže říct, že vyrobil určitý výrobek, neboť je součástí velké mašinerie a většinou provádí pár rutinních operací, kterými se na konečném produktu podílí. Paradoxem tohoto úzkého a mnohdy velice jednotvárného pracovního zaměření je, že mnoho lidí chodí do zaměstnání s nechutí a v podstatě se těší pouze na dny víkendu. Tím právě dochází k odplynutí velké části našeho života beze smyslu a bez jakéhokoli užitku, samozřejmě nebereme-li v úvahu hodnoty, které byly v tomto čase v pracovním procesu vytvořeny. Z těch ovšem z větší části profitují jiní.

To je pro mnoho lidí frustrující a každý se snaží najít si svou cestu nebo aktivitu, jak tento stresující faktor vykompenzovat.

Druhým protipólem dnešní doby jsou lidé, kteří žijí (odborně řečeno) pracovním orientovaným životním stylem. Žijí jen svou prací a volný čas využívají ke zdokonalování a přípravě na podávání ještě lepších pracovních výkonů. Ať se jedná o první nebo o druhý typ lidí, v obou případech nežijí plnohodnotný život.

Konkrétní podoba lidské svobody spočívá v tom, že člověk vnímá rozdíl mezi kladnými a zápornými hodnotami, volí mezi nimi tu, které dá přednost, a různě je mezi sebou kombinuje. Hodnotou nazýváme to, co činí věci pro člověka žádoucími, přitažlivými a cennými. V praxi to však znamená, že tyto hodnoty jsou hodnotami vždy jen pro někoho. Jen v ojedinělých případech se stávají hodnotami pro všechny. Málokdy člověk

uvažuje o hodnotách jako takových. Ve většině případů je „vidí“ spojené s určitou věcí či osobou. Toho lze samozřejmě velice snadno jak využít, tak také zneužít.

Připadá mi, že velké části populace vyhovuje vypnout vlastní mozek a nechat se ovládat médii a politiky. Ti přece „nejlépe ví“, co zrovna potřebujeme, co je pro nás nejvhodnější, jak a kde se bavit, koho volit a kde trávit volný čas a dovolenou.

Po narození přicházíme do světa, kde nás obklopují a ovlivňují další lidé. Člověk je stvořen pro život ve společnosti jiných lidí a sám by nebyl schopen existovat. Je přirozeností člověka, jako lidské bytosti, snaha někam patřit a náležet. Svět, který nás obklopuje, nás provází po celý náš život a máme ho takřkajíc stále při sobě. Co se ovšem může v průběhu času měnit, je náš vztah k němu. Jak říká Martin Heidegger, nejčastěji je to vztah obstarávání, kterému pravděpodobně věnujeme nejvíce energie a pozornosti.

Denně používáme desítky věcí zcela automaticky, aniž bychom si uvědomovali, jak vlastně vypadají, popř. se jimi nějak detailněji zaobírali. Začneme se jimi blížeji zabývat až v případě, že dosluhují nebo nejsou v případě potřeby na svém místě. Používáme spoustu věcí, o kterých ani nevíme, jak fungují. Není to ani potřeba, neboť jsme tlačeni ke konzumnímu způsobu života. Takže když se nám něco porouchá, jednoduše to vyhodíme a pořídíme si věc novou.

Tímto se však lidé dostávají do nekonečné spirály, neboť poté, co dosáhnou kýžené hodnoty a následně prožijí chvilku štěstí, tato hodnota zevšední a oni se opět začnou ohlížet po jiné. Jen málo lidí zjišťuje, že hodnoty nejsou ve věcech, ale nachází se vždy někde daleko před námi. Skutečnou úctu můžeme mít jen k těm hodnotám, které je člověk schopen objevit sám, něco pro ně podniknout a dost možná i podstoupit určité riziko a nepohodlí. Nemůžeme mít skutečnou úctu k hodnotám, které nikoho neosloví a které nás nic nestojí.

Hodně lidí v naší republice odsuzuje předrevoluční období, a to hlavně z toho důvodu, že byla většina národa ovládána částí menšinovou. To se však děje i v současnosti, pouze s tím rozdílem, že se změnily ovládající subjekty. A mnoho lidí je z této situace nadšených a dobrovolně se jí podřizuje. Vyhovuje jim „neviditelná ruka“, navigující je v jejich jednáních, postojích a v podstatě i přáních. Lidé jsou natolik zaslepeni materiálním (a dnes bohužel velmi často i virtuálním) způsobem života, že nejsou schopni vnímat skutečné hodnoty. Většinou žijeme v aristotelovské sukcesivitě.

Neumíme žít „Tady a teď“. Myšlenkami neustále „brouzdáme“ v minulosti starostí o to, co jsme udělali nebo neudělali, popř. co jsme udělat měli nebo neměli. V opačném případě žijeme budoucností a starostí, zda stihneme udělat vše, co máme, jak dané události dopadnou apod. V důsledku toho nevnímáme současné dění a své životy pouze žijeme, ale aktivně neprožíváme. Absolutně pomíjíme přítomnost, tzv. temporalitu, která hrála tak důležitou roli v myšlení Martina Heideggera, Jana Patočky a dalších významných filosofů. „Snaha vše vidět očima nás odvedla od věci samých.“<sup>20</sup>

Je načase provést obrat od konzumního způsobu života k samostatnému a kritickému myšlení. Mnoho mladých lidí je dnes zaslepeno vidinou peněz a požitků z toho plynoucích, přičemž jsou schopni jít k jejich získání cestou nejmenšího odporu. Bohužel je tato cesta často lemována i kriminalitou všeho druhu. To je způsobeno tím, že mladí lidé chtějí vše okamžitě, bez jakéhokoliv podřizování a omezování. Za omezování považují mimo jiné i vzdělávání, pomocí kterého lze dosáhnout vysokých cílů, ale které je časově náročné a vyžaduje vůli a sebezapření. Navíc velice často vidí kolem sebe lidi, kteří se pomocí takovýchto praktik dostali k majetku a pozicím, a to dokonce i na vysokých postech, ať už na komunální nebo státní úrovni. Těžko je potom přesvědčovat o trpělivosti a poctivé práci, když kolem sebe vidí osoby s tituly získanými podvodně nebo s tituly zcela vymyšlenými, které jim přesto postačují k výkonu práce na prestižních místech a k vysokým příjmům.

Právě proto je třeba vzdělaných lidí s vlastním názorem. Věřím, že vzdělávání je vzděláváním ke svobodě a že jen skutečně vzdělaný člověk může být svobodný, neboť si dokáže skrze informace a vědomosti udělat vlastní úsudek a není lehce manipulovatelný jinými lidmi.

Tím, že lidé žijí závislostí na materiálních, a tím pádem pomíjivých, věcech, dostávají se do stavů neustálé úzkosti a strachu. Na jedné straně žijí v obavě, zda mají všeho dostatek pro pohodlný a „plnohodnotný“ život ve společnosti, ve které žijí a na straně druhé se obávají příchodu situací, kdy by mohli o všechno přijít. Paradoxně tak nedojdou klidu ani v případě, že mají nadbytek a žijí v přepychu, ani v případě opačném, kdy mají nedostatek, a nemohou se tak zařadit do „normální“ společnosti.

Náš každodenní život je roztržštěn, neboť se soustředíme na tisíce nepodstatných věcí a aktivit, s kterými se denně setkáváme a které nás obklopují.

---

<sup>20</sup> HOGENOVÁ, Anna. *K věci samé*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2012, s. 10.

Díky tomu nám unikají vyšší cíle, které zůstávají zastřeny. Zde mám na mysli spojení se svou duší. K tomu však nelze dojít v hektickém shonu za bezvýznamnými hodnotami každodenního života. S duší se lze spojit jediné tak, že jí věnuji čas.

Mnoho lidí také podléhá depresím a stavům úzkosti s přibývajícím věkem a s vidinou stáří. Velice častou realitou je dnes snaha o nahromadění dostatečného materiálního a finančního zabezpečení a následné stáhnutí se ze života. I přístup ke stáří však úzce souvisí s otázkou po smyslu života a s otázkou, proč jsme vůbec zde. Ano, pokud budu mluvit jazykem naší moderní a „neomylné“ doby, dojdu k závěru, že z hlediska finančního a materiálního je stáří přítěží.

Soustředíme-li se ovšem na to podstatné, musíme konstatovat, že z duchovního hlediska duše nestárne. Pokud člověk žije plnohodnotný život, mělo by platit, že s přibývajícím věkem se mění jeho náhled na svět a uznávané hodnoty. S přibývajícím věkem a s úbytkem fyzických sil by se měl stále více obracet k duchovnímu růstu a k duchovním hodnotám. Člověk by se měl radovat ze života, neboť by měl duchovně prozírat a vidět věci a souvislosti, které lze většinou pochopit a prohlédnout až poté, co urazí podstatnou část na cestě životem. Bez ohledu na materiální zabezpečení, štěstí či nadání, které máme a bez ohledu na to, čeho můžeme nebo jsme schopni dosáhnout, nastane v našem životě okamžik, kdy zatoužíme po hlubším poznání jeho smyslu.

V dnešním materializovaném světě je neustálý konflikt mezi naší duší a tělem větší než kdykoli dříve, a proto je dnes péče o naši duši aktuálnější než kdy jindy.

## **7 Osudová bezmoc nebo prosazení vlastní cesty?**

Smysl našeho života, a v závislosti na tom i způsob našeho myšlení a jednání, může nabývat různých podob i podle toho, jak chápeme časovou sukcesi. Pokud chápeme budoucnost pouze jako obměnu současného stavu a dění, jakousi modifikaci toho, co již existuje, pak nezbývá nic jiného než pasivně přijímat události, které přijdou. Nebo můžeme jít naopak budoucnosti vstříc s vědomím, že ten hlavní smysl, to nejdůležitější, co nás teprve čeká, je vždy před námi.<sup>21</sup>

Mytický člověk je pasivní a bezmocný, svůj život chápe jako dílo cizích mohutných sil. Jeho život je přijímán z cizích rukou, čekáním na přízeň nebo nepřízeň. V souladu s tím

---

<sup>21</sup> PATOČKA, Jan. *Péče o duši: [soubor statí a přednášek o postavení člověka ve světě a v dějinách]*. 1. vyd. Editor Ivan Chvatík, Pavel Kouba. Praha: Oikoyomenh, 1996, s. 134.

je mytický život žitím z toho, co již existuje, z minulosti, která určuje veškeré dění.<sup>22</sup> V minulých dobách byl tento přístup k životu dán omezenou mírou vědomostí a znalostí, kterými tehdejší lidé vládli. Zdá se však, že i v současné době, za obrovského rozmachu vědy a pokrokových technologií, jsou lidé mýtičtí. Často se setkáváme při rozhovorech s druhými s názorem, že věci jsou do určité míry dané a člověk nemá možnost to jakkoli změnit. Řada lidí se domnívá, že jsou jakousi „hříčkou“ v rukou osudu a v podstatě nemají možnost ovlivnit běh událostí, a tím i směr svého života. Mnoha lidem vyhovuje, rozhodují-li za ně jiní. Z vlastní pohodlnosti jsou ochotni přiklánět se k cizím názorům a vyhýbají se přijímání jakékoliv zodpovědnosti. Přestože je velká řada lidí se svým životem nespokojena, jen málokdo z nich je ochoten udělat něco pro to, aby tuto situaci změnil. Málokdo se odhodlá k radikálnímu kroku, který často vede i podstatné změně způsobu života. Většinou zůstane pouze u zatrpklého konstatování, že se s tím dá těžko něco dělat, popř. jsou z této situace obviňováni druzí lidé, nepříznivé okolnosti nebo nepřízeň osudu. Ve své podstatě se jedná o útěk před realitou, kdy se lidé domnívají, že je možné do ničeho se nemíchat, nic neřešit a očekávat, že vše se časem změní a vyřeší samo. To je ovšem představa mylná a mnoho z nás již mělo možnost se o této pravdě přesvědčit. Přitom je za většinou těchto potíží pouze lidská pohodlnost a neschopnost (nebo nechť) přiznat si, že nám tento styl života v podstatě vyhovuje.

Nemálo lidí se domnívá, že lze životem pouze „proplout“. To znamená podřít se všeobecným názorům, plnit slepě příkazy vyplývající z pracovních a jiných povinností, obklopovat se věcmi, které jsou v souladu se všeobecným názorem na dobrý vkus a tvářit se, že jsou šťastní. Problém je v tom, že tito lidé takovýto život skutečně neprožívají.

Jistě je zde namísto otázka, jak je možné, že někteří lidé jasně vědí, co chtějí a za svým cílem si jdou dokud ho nedosáhnou, zatímco jiní nevidí v ničem smysl života a prožívají duševní prázdnotu. Je nasnadě, že záleží v nemalé míře na tom, z jakého prostředí člověk pochází, do jakých poměrů se narodil či v jak složité životní situaci se právě nachází. Jiné myšlenkové pochody a priority má zcela určitě člověk žijící v dostatku a bez existenčních starostí, a jinak tomu bude u jedince, který prochází např. těžkým životním nebo vztahovým obdobím, popř. zrovna řeší základní otázky svého přežití a uplatnění ve společnosti. Přesto je známo jak z historie, tak ze současnosti nemálo

---

<sup>22</sup> Tamtéž, s. 135.

příkladů lidí, kteří se dokázali vzepřít osudu a nepříznivým podmínkám, které je na cestě životem potkaly, a svůj cíl a smysl života si najít. Na základě toho nelze říci, že by existovala jakákoli přímá souvislost mezi nepřízní vnějších podmínek, které na nás často působí a nemožností tyto překážky překonat a najít si svůj životní cíl. Strategie vedoucí k nalezení tohoto cíle spočívá i ve využití myšlenek a znalostí vytvořených již dávno generacemi před námi. Mohou to být informace z oblasti filosofie, umění, ale i z jiných oborů lidské činnosti. Lidé si však těchto pramenů nevšímají a mnohdy se snaží objevit něco, co bylo objeveno již v minulosti a co jen čeká na to, aby to člověk uchopil a využil.<sup>23</sup>

## **8 Magický vliv pozitivního myšlení.**

Nekonečná síla myšlenky je ve všem, co nás obklopuje. Najdeme ji v bytostech, v rostlinách a dokonce i v předmětech. Myšlenku obsahuje kapka deště, která na nás dopadá, zrovna tak jako květina, která vyklíčí na jaře. Nepřetržitý proud myšlenek, který formuje naše touhy a vede nás k hlubšímu sebepoznání, nás provází od narození a je přerušen s posledním vydechnutím.

Nezměrnost myšlenky tkví ve správném nasměrování, kdy jsme schopni natolik otevřít svou mysl, že se z ní stává nevyčerpatelný zdroj myšlenkové energie. Moudré myšlení dokáže změnit život nejen nás samých, ale i životy lidí kolem nás.

Mnoho lidí vůbec neví o této obrovské síle, kterou v sobě máme, a často hledá smysl života ve vnějším světě. Považují za své myšlenky jen to, co jsou ve skutečnosti instinktivní reakce na okolí a ostatní lidi. Toto jsou však pouze okamžité myšlenky zaměstnávající naši mysl po většinu času. Nejedná se v tomto případě o původní, originální myšlenky, které jako jediné mají smysl samy o sobě a dokážou nás posunout dále. Pouze tvůrčí myšlenky, nabité pozitivní vnitřní energií, jsou schopny motivovat a vést naše jednání po cestě hlubšího sebepoznání sebe sama. Člověk, který je vnitřně naprogramován k tomu, aby myslel pozitivně, si vybírá to pozitivní i z reality kolem sebe.

Jedním ze základů hlavně východních filosofí, pro které hraje pozitivní myšlení jednu z hlavních úloh, je vědomá kontrola myšlenek a emocí, která představuje sílu osobnosti a zároveň vede k pochopení nejskrytějšího smyslu naší existence. Z toho plyne dále

---

<sup>23</sup> CSÍKSZENTMIHÁLYI, Mihály. *O štěstí a smyslu života: můžeme ovládat své prožitky a ovlivňovat jejich kvalitu?*, Praha: Lidové noviny, 1996, s. 339-342.

přesvědčení těchto nauk, že si můžeme regulováním a výběrem těch správných myšlenek vytvářet podobu našeho života.<sup>24</sup>

Člověk svými myšlenkami buďto přitahuje nebo naopak odpuzuje určité životní situace. Bylo napsáno nemálo pojednání o síle myšlenky. Na životních osudech lidí jakými byli například Dale Carnegie, Napoleon Hill a mnoho dalších známých a vlivných osobností, se můžeme přesvědčit, čeho se dát dosáhnout, jde-li člověk za svým cílem bez ohledu na překážky, které mu stojí v cestě. Je naprosto samozřejmé, že by si tyto lidé nikdy nesplnili své životní sny, kdyby nemysleli pozitivně a neměli naprostou důvěru v to, co dělají. Stejných výsledků však dosáhlo i mnoho jiných lidí třeba „jen“ tím, že díky pozitivnímu přístupu k životu překonalo tragické nebo jinak vypjaté životní situace, přes které by se s pesimistickým a odevzdaným přístupem nikdy nemohli přenést. Nejde o to, čeho kdo dosáhl. Těmito příklady chci opět upozornit na vnitřní pochody odehrávající se v našem myšlení, na nutnost sebepoznání, a z toho plynoucího jednání a přístupu k životu.

## **9 V čem vidí smysl života současný člověk?**

Zeptáme-li se lidí na výše uvedenou otázku, většinou budou překvapeni a poté uslyšíme vágní odpovědi typu „vystudovat slušnou školu, najít si dobře placenou práci, založit rodinu, kterou budu schopen zabezpečit a ve zdraví se dožít důchodu“. Mnoho lidí smysl života nehledá nebo ho nezná, neboť si tuto otázku nikdy ani nepoložilo. Přitom otázka smyslu života a lidského bytí byla jednou ze základních již při vzniku samotné filosofie.

Myslím si, že pouhé zachování rodu nebo rozmnožení majetku je kategorií již překonanou a člověk by měl při hledání smyslu života vycházet z aktuálního dění a z potřeb reálného světa, který nás v současnosti obklopuje.

Člověk nebude spokojen dosažením určitého postu, finančního či materiálního zabezpečení nebo moci. Je dáno jakousi lidskou přirozeností, že uspokojení je v těchto případech vždy jen dočasné, neboť za chvíli se jedinec nabaží toho, co má a chce opět víc. Tyto stavy popisoval ve své filosofii již Sören Kierkegaard, když hovořil o estetickém stadiu jako o jedné z etap, kterými můžeme projít v průběhu lidského života. V průběhu evolučního vývoje byl člověk vybaven jak fyzicky, tak psychicky k tomu,

---

<sup>24</sup> HANSARD, Christopher. *Tibetské umění pozitivního myšlení: moudré myšlenky pro úspěšný život*. Vyd. 1. Praha: Beta, 2005, s. 18-19.

aby usiloval o lepší tělesnou kondici a lepší duševní rozvoj. Ve svém životním boji se pak pomocí zkušeností našich předků, různých tradic a zákonů snažil vyvrátit nad obtížemi a nástrahami života. V současnosti kolem sebe vidíme marnost takového snažení a honby za dokonalostí, díky čemuž dnes lidé trpí neustálým pocitem méněcennosti a nedostatkem času na odpočinek a věnování se sobě sama.

Žebříček hodnot dnes nastavují masmédiá, svět módy, tvůrci reklam a pochybné „celebrity“. Ti všichni nám ukazují „tu jedinou správnou cestu“, kterou se máme ubírat a díky které, pokud z ní nesejdeme, dosáhneme štěstí, hmotného zajištění a odpovídajícího společenského postavení. Mnoho lidí tomuto trendu podléhá a stává se pouhou loutkou bez vlastního názoru, nekriticky přijímající „smysl života“, který je jim podsouván. Že se jedná pouze o iluzi, ilustruje fakt, že se velice často setkáváme například se zprávami o sebevraždách lidí, kteří jsou na výsluní popularity a z finančního, ani materiálního hlediska jim rozhodně nic nechybí. I ve svém okolí potkávám velice dobře finančně zajištěné lidi, kteří však nejsou šťastní a jejich život se stal nudným a postrádajícím smysl. Podle současných měřítek by tito jedinci měli být na vrcholu štěstí, a přesto tomu tak není.

Boëthius tvrdí, že zlo neexistuje. Člověk je již svou přirozeností dobrý. Špatní lidé si přejí dobro a usilují o něj právě tak jako lidé dobří, jenže mu nerozumějí. Dobří lidé kráčí za dobrem přirozenou cestou, kdežto lidé špatní se ubírají k svému cíli cestou žádostivosti. Tato cesta je však v příkrém rozporu s lidským rozumem a přirozeností.

Mnohdy stačí velice málo k tomu, aby si člověk přehodnotil životní priority a popř. ujasnil, jakým směrem chce, aby se jeho život ubíral. Takovou událostí může být nemoc, smrt nebo ztráta pozice či materiálních hodnot. Opět se dostávám k tomu, že teprve v krizových životních situacích poznává člověk pravou hodnotu věcí a má schopnost vidět jevy a dění kolem sebe takové, jaké opravdu jsou. Proto jsou tyto situace v životě lidském tak důležité, neboť je to mnohdy jediná cesta, jak se dostat k svému „já“ a posunout se v životě k vyššímu vědomí.

Středem našeho života je rodina jako základ, ze kterého vycházíme a kam se opět vracíme v časech dobrých i zlých. Rodina by měla být našim bezpečným přístavem a oporou, nikoli přátelé nebo kariéra. Kariéra je pouze cestou, jak si vydělat peníze na živobytí a na vybudování zdravého a fungujícího domova. V životě máme mnoho

možností a cest jak vydělat peníze a uživit se, ale jen jednu možnost, jak vybudovat zdravý domov.

Bohužel i tato instituce je dnes opomíjena a leckdy dokonce považována za přežitek. Stále častěji dnes kolem sebe vidíme rodiny neúplné, doplněné o nevraživost a pomluvy mezi jejími členy. Není divu, že je-li stále častější nesoulad mezi spřízněnými osobami, nelze potom očekávat soulad a porozumění mezi osobami cizími nebo dokonce mezi jednotlivými národy.

Mnoho lidí marně hledá smysl života v době, kdy je v sázce samotné přežití lidstva. Člověk dnes ve své pýše, zaslepenosti a honbě za ziskem zcela bezostyšně drancuje přírodní zdroje. Ničí lesy, okolní přírodu a zásoby pitné vody, čímž ohrožuje základ existence budoucích generací. K jistotám nepřispívají ani válečné konflikty, krize ve světě a neustálá hrozba jaderného nebezpečí. Velkým problémem se stává také vzrůstající spotřeba surovin a energií spolu se vzrůstajícím počtem světové populace a neschopností (často také s nechutí) se uskromnit ve svých životních nárocích.

Sofokles ve své *Antigoně* vebí člověka slovy: „Žije mnoho věcí, které jsou mocné, ale nic není mocnější než člověk“.<sup>25</sup> V té době by si však Sofokles a ani žádný jiný z jeho současníků nebyl pomyslel, že by člověk mohl přírodu, kterou prožívali jako nesmírnou a nevyčerpatelnou, poškodit a zničit způsobem, na který jsme zvyklí ze současnosti. To vše umožnila až moderní věda a technika. Ty jistě přinesly velké části lidstva zdraví a blahobyt. Zároveň se však stále více rozevírají pomyslné „nůžky“ mezi bohatými a chudými tohoto světa. K tomu přispívá světová globalizace. Celý tento proces zahájil Francis Bacon a jiní heslem „Vědění je moc“ a následnou snahou o spoutání přírodních zákonů a vítězství nad nimi. Podstata techniky se ukázala jako nejmocnější a zároveň také jako nejzhubnější nástroj člověka. Z filosofického hlediska přemýšlelo o této podstatě poměrně málo filosofů. Z těch, kdo se touto problematikou zabývali, bychom mohli uvést např. Friedricha Dessauera (*Philosophie der Technik*) či Martina Heideggera (*Die Technik und die Kehre*). Lidské slabiny si člověk vykompenzoval technikou a tu se nyní snaží využít i k přetváření života pomocí genové techniky.

Není divu, že potom část lidí upadá do depresí a není schopna nalézt východisko z této situace. Nevidí šanci ani možnosti, jak toto celosvětové dění ovlivnit a nejen, že nevidí smysl života, ale náhradou pak hledá způsoby, jak této realitě uniknout. Mezi takové

---

<sup>25</sup> SOFOKLES. *Antigona*. Praha: Orbis, 1965, přel. Václav Renč, s. 19.

způsoby úniku můžeme zahrnout např. drogy, alkohol, konzumní styl života, různé adrenalinové aktivity a v neposlední řadě i různé virtuální vize.

## 9.1 Virtuální svět

Jako negativní trend a velké nebezpečí současného světa vidím virtuální realitu, ve které se pohybuje stále větší množství lidí, a to zejména mladšího věku. Je pochopitelné, že pokrok jde nezadržitelně neustále vpřed, ale jako u všeho platí, že sloužit nám bude jen v tom případě, budeme-li jeho vymožeností užívat s rozumem. Pokud jsem v předchozí části své práce hovořil o nutnosti vnímání reality bez předsudků a „naordinovaných“ představ, pak se mi zdá, že v tomto případě ztrácí lidé s realitou kontakt úplně. Uzavírají se do vysněných a nereálných světů, sdílejí své zážitky, pocity a názory s virtuálními přáteli, které mnohdy v životě ani neviděli. Anonymně se seznamují, virtuálně obchodují a hrají hry, aniž by si uvědomovali, že tím přichází o to nejpodstatnější. Tím je právě osobní kontakt s druhými lidmi, možnost vzájemného poznávání a prožívání situací, které potom člověka vnitřně obohacují. Ztráta kontaktu s přírodou a s „normálním“ životem, uzavírání se do sebe a jednostranné trávení volného času nutně vede k různým deprivacím a k vnitřní prázdnotě. Musí být potom velice těžké vyrovnávat se s problémovými situacemi v běžném životě, určovat si jakékoliv hodnoty a hledat v životě nějaký smysl. Řekl bych, že je to naopak nemožné. Dochází tak ke ztrátě kontaktu nejen s okolím, ale i se sebou samým. Především mladí lidé pak vlivem tohoto iluzorního světa ztrácí schopnost reálného posuzování skutečných životních situací, což se v konečném důsledku odráží v sobeckém jednání, individualismu a v neschopnosti empatie.

Dnešní lidé jsou vlivem médií a propagand, které na ně denně útočí, zmatení a nejistí a nedokážou rozeznat, čemu skutečně věřit a čemu ne. Hledají cesty, které by je dovedly k radosti, sebepoznání a vnitřnímu míru. Zcela v duchu dnešní doby a dnešních trendů však také požadují, aby byli těchto cílů schopni dosáhnout rychle a s minimálním nebo žádným úsilím. Nakonec není divu, neboť existuje mnoho podvodných hnutí, vůdců a aktivistů, nabízejících dosažení velkých výsledků bez vynaložení potřebného úsilí. Bohužel mnoho lidí je ochotno těmto řečem uvěřit a podobným „odborníkům“ naslouchat. Již židovský filosof Maimonides však tvrdil, že je lépe opustit zemi, ve které žijeme, než setrvávat ve společnosti lidí zlých.

Velice často se osobní odvaha být sebou samým jeví lidem v našem okolí jako asociální. Nikomu však nejsme povinováni se zpovídat nebo skládat účty, pokud mu neškodíme a pokud neporušujeme jeho svobodu a práva. Skutečně svobodný člověk je zodpovědný jen sám sobě a sobě také musí skládat účty.

Jak bylo již řečeno výše, lidé jsou přesvědčeni (a neustále utvrzováni) v tom, že by měli úkoly, které před ně staví život, zvládat s vynaložením minimálního úsilí. To se často projevuje i ve vzdělávání. Kurzy, přednášky, semináře i výklady ve školních hodinách jsme nuceni podávat formou, která je pokud možno snadná a příjemná. Zavádíme do výuky moderní technologie, které na jedné straně nabízí mnoho předností, o jakých se nám v minulosti ani nesnilo, na druhé straně však vedou ke ztrátě komunikačních schopností a k pohodlnosti. Profesora nebo učitele, který dnes vyžaduje po žácích tvrdou práci, zodpovědnost a úsilí, považuje mnoho lidí za staromódního, autoritářského a v podstatě za „nelidského“. Tyto názory velice často panují mezi žáky a v mnoha případech jsou rodiči hojně podporovány.

Díky technickému pokroku mohou lidé při výrobě zboží vynakládat menší množství energie než tomu bylo dříve. Toto osvobození od tvrdé práce je mnohými považováno za největší dar moderního pokroku. Mají zajisté pravdu, ovšem jen za předpokladu, že energie takto uvolněná bude využita ne k pohodlnosti a zahálce, ale naopak k vznešenějším a tvůrčím úkolům. K tomu však v mnoha případech nedochází, a lidé jsou naopak zděšeni, mají-li vyvinout větší úsilí pro dosažení určitého cíle. Za dobrý život je pak považován život v nadbytku a bez námahy.<sup>26</sup>

Současný člověk je při svém rozhodování často na vázkách i vlivem rozštěpení, ve kterém v naší kultuře dochází. Na jedné straně je nucen přijímat normy spojené s dobročinností, ohledem k druhým a s altruismem, na straně druhé jsou často upřednostňovány normy související s lhostejností, sobectvím a bezohledným sebezprosazováním.

Život můžeme aktivně a plnohodnotně prožívat pouze v tom případě, že jsme schopni uvědomění si věcí a skutečností, které nás v každodenním životě obklopují. Toto uvědomění si je zcela odlišné od pouhého vědění nebo znalostí věcí. Jedná se o vědomí nebo poznání ve stavu, kdy je naše pozornost plně soustředěna na jednu konkrétní věc či

---

<sup>26</sup> FROMM, Erich. *Umění být*. Praha: Fortuna, 2012, s. 29.

činnost. V určitém daném okamžiku jsme zcela zaujati touto věcí nebo činností, jsme schopni si ji vnitřně uvědomovat, což je stav odlišný od přemýšlení o dané věci či události. V případě uvědomění se jedná v danou chvíli o hluboké prožívání a schopnost aktuálního bytí. Tomuto způsobu nazírání na věci a děje kolem nás se musíme naučit, abychom byli schopni uvědomit si pravdu a pravý stav věcí. To pak vede k uvolnění energie a zbavení naší mysli nejistot. Jak už bylo řečeno, člověk je tvor společenský a jeho existenci mimo společnost si lze jen velice těžko představit. To s sebou však přináší i negativní důsledky v podobě různých iluzí, které mu současná společnost předkládá a které ho postihují v podobě iluzí o něm samém.

K tomu, aby člověk stál pevně na vlastních nohou, je nutné, aby dovedl plně a správně vnímat realitu kolem sebe. Lidé, kteří tuto pevnou pozici nemají, jsou následně dezorientováni, jsou nejistí a hledají oporu v různých idolech a náhražkách, které jsou jim záměrně podsouvány a ovlivňují „žádoucím“ směrem jejich vědomí. Je třeba pěstovat a rozvíjet kritické myšlení, neboť jsme dnes a denně „bombardováni“ snůškou lží, polopравd a interpretací vydávaných za důvěryhodná fakta. Jedině kritickým rozborem a vlastním hledáním pravdy jsme schopni oddělit lži od pravdy a udělat si na věc svůj názor.

V dnešní uspěchané době je velkým uměním soustředit se na jednu věc. Vzhledem k tomu, že se snažíme, díky časovému deficitu, zvládat více věcí najednou, nedokážeme vnímat realitu takovou, jaká skutečně je. K nesoustředěnosti nás vedou i masmédiá. Jako příklad můžeme uvést reklamu, vytrhující nás ze sledování poutavého programu v televizi nebo reklamní billboardy, útočící na naše smysly a odvracející naši pozornost v průběhu řízení dopravních prostředků. K tomu, abychom se mohli na danou věc nebo činnost soustředit, potřebujeme vyvinout určitou vnitřní aktivitu. Bohužel v dnešní době se více cení a uznává zaneprázdněnost, která ovšem této vnitřní aktivitě brání. Dnes je „in“ ten, kdo se chvilku nezastaví, na nic nemá čas a je neustále zaneprázdněn. Zaneprázdněnost je v dnešní době klíčem k úspěchu. Denně se setkávám ve škole se situací, kdy rodiče zbytečně stresují své děti např. tím, že je téměř každý den vyzvedávají odpoledne ze školy se slovy „Dělej pospícháme, už před čtvrt hodinou jsme měli být tam a tam“. Dítě, které je v tu dobu zabráno do určité činnosti (v tomto věku to ještě umí), je v tu chvíli vystresováno ne vlastní vinou a nejednou se stává, že odchází s pláčem. Přitom si myslím, že jsou takovéto situace naprosto zbytečné a že by možná stačilo dostavit se jednou včas a odejít v klidu.

Dokonce i když mluvíme s jiným člověkem, nedokážeme se mu plně věnovat, zaujmout se tím, co nám říká a soustředěně sledovat nit jeho myšlenek. Myslíme při tom na spoustu jiných věcí, zaobíráme se vlastními problémy a ve finále bychom kolikrát ani nedovedli zopakovat, o čem dotyčný mluvil. Myslím, že s touto situací už se v životě setkal každý z nás. Přitom právě koncentrace na určitou věc či problém dodává vnitřní energii a mobilizuje naši aktivitu.

V dnešní moderní době si lidé nacházejí jen velmi málo času na to, aby se zamýšleli sami nad sebou. Dnešní člověk velmi málo (pokud vůbec) přemýšlí o náboženství, filosofických problémech nebo o politice. Mírním tím myšlení, do kterého vkládá své vlastní myšlenky, názory a zkušenosti. Většina lidí pojme za svůj určitý náhled na věc, který někde slyšel, který mu byl zpřístupněn prostřednictvím masmédií, sociálních sítí apod. Velká většina lidí se schovává za názory, které jsou obvyklé a žádoucí ve společnosti či společenské vrstvě, ve které se dotyčný pohybuje.

Současný moderní člověk ztratil díky technickým vymoženostem a pohodlnému způsobu života hodně schopností, bez kterých by v minulosti nepřežil a které dnes najdeme už jen u primitivních lidí.

## **10 Závěr**

Přestože se od dob prvních filosofů mnohé změnilo, nejsme dnes o mnoho dále při hledání odpovědi na to, jak prožít šťastný a smysluplný život.

Ve své podstatě, z pohledu člověka jako jedince, není důležité, jaký životní cíl si člověk zvolí. Pokud však dokáže zaměřit na tento cíl svou psychickou energii tak, že je schopen díky jeho naplňování prožít plnohodnotný a vnitřně pestrý život, potom může být tímto cílem cokoliv.

K prožívání opravdu smysluplného života je zapotřebí, abychom se při tom také cítili šťastní. Ovšem jak bylo již uvedeno výše, štěstí nelze získat dosažením určitého postavení nebo majetku. Občas míváme snahu hovořit o tom, že bychom v našem životě chtěli docílit změn, ale ve své podstatě se pouze chceme mít lépe a jakmile této mety dosáhneme, vidíme svět kolem sebe jinak a ten se nám začne jevit jako nádherné místo k životu.

Stále platí heslo vítající příchozí nad delfskou věštírnou „Poznej sám sebe“. To je totiž základní předpoklad a výchozí bod k tomu, abychom se dokázali vyrovnat s nesčetnými

nároky, které na nás současná společnost klade a zároveň se zorientovat v možnostech volby, které máme k dispozici. Se svobodou roste i zodpovědnost a vnitřní chaos, který v lidech díky tomu vládne. Až příliš mnoho různých (a mnohdy protikladných) cílů, přání a požadavků zaplavuje naše myšlení, odebírajíc a oslabujíc tak naši energii. K tomu, abychom v tomto zmatku dokázali rozlišit, které cíle jsou důležité a které podružné, si musíme dokázat určit priority a udělat si pořádek ve svém vlastním nitru a myšlení.

Právě proto si myslím, že je důležitá práce s dětmi. Ta se pak často dotýká i filosofických témat a nutí nás zamýšlet se nad věcmi, které dospělým unikají nebo o nich nejsou schopni (ochotni) uvažovat. Děti jsou přístupné novým věcem a dají se v mnohém ovlivnit (i když je zde riziko, neboť toto ovlivnění může být jak v dobrém, tak ve špatném smyslu). Výhodou je i to, že je potřeba neustále vyhledávat nové informace, popř. oživovat si vědomosti již zapomenuté.

Svůj životní smysl musí nalézt každý sám. Není to něco, co lze pojmenovat, na co lze ukázat. Není ani účelem neustále „sedět“ v knihách a o smyslu života teoretizovat. Jedinou a nejjistější cestou k jeho nalezení je, namísto teoretizování, prožívání života, snaha o sebepoznání a pochopení souvislostí a důvodů, proč se věci v našem životě dějí tak, jak se dějí. Musíme se snažit vidět realitu v její skutečné podobě, takovou, jaká opravdu je a ne takovou, jakou si vytváří naše mysl a naše smysly, které nás mohou často klamat. Pokud budeme vytrvalí a vnímaví, pokud budeme schopni oprostít se od předsudků a udělat krok stranou ze „zaběhnutých kolejí“, potom se nám náš smysl života náhle zjeví v celé své kráse. Musíme si také přestat lhát o tom, co doopravdy chceme. Vše co děláme, bychom měli dělat s chutí a proto, že sami chceme. Ne z nutnosti.

Důležitým aspektem každodenního života je nacházení radosti a potěšení i v běžných věcech, ať už se jedná o záležitosti pracovní nebo běžné denní činnosti. Je třeba přistupovat k životu spontánně a nořit se do aktivit do té míry, že si přestaneme uvědomovat sami sebe. Je žádoucí najít si dostatek podnětů a aktivit, které zaměstnávají a rozvíjí naši mysl a které zároveň, pokud jsme schopni se jim zcela oddat, vedou k harmonii mysli a duše. Činorodost nám pomáhá vytvořit si v sobě vnitřní řád. Pokud si vytýčíme určitý cíl, měli bychom se zcela oddat jeho splnění. Je však potřeba dobře zvážit, které cíle za to stojí. Měli bychom uvážit, zda jsou to cíle, které, pokud jim

věnujeme svou veškerou energii, dokážou náš život obohatit a dát mu určitý smysl. Platí také, že k jakékoliv zodpovědné volbě potřebujeme především důvěru v sebe sama.

Nemusí vždy platit pravidlo, že co je dobré pro jednoho člověka, musí být zákonitě dobré i pro druhého. A ačkoliv jsme každý jiný, zjistíme při bližším ohledání, že to božské a jedinečné je v každém z nás. Je to láska a pochopení. Pokud dosáhneme tohoto poznání, jsme schopni porozumět okolnímu světu a dění v něm. Uvidíme sebe sama v každíčkém kousku přírody, která nás obklopuje, neboť všichni jsme z této prapůvodní podstaty vzešli, i když si to málokdy uvědomujeme a žijeme od ní odtrženi. Přestože jsme každý jiný, to co nás spojuje, je právě tento společný původ a základ.

Klíč ke smyslu a štěstí života spočívá v pochopení symetrie a rytmu vlastního těla a duše. Lidská bytost není plně živá, pokud není naladěna na vyšší účel své duše a dokud se jí nepodaří zrealizovat své poslání. Základem je láska k životu a lidem okolo nás. Pravou nesobeckou láskou lze potom nazvat pochopení vzájemné harmonie mezi naším tělem a duší. Ve finále to znamená pochopení toho, kdo jsme a s jakým posláním jsme přišli na tento svět. Základem všeho je milovat sám sebe a sám sebe si také vážit.

## 11 Seznam použitých informačních zdrojů:

- ADLER, Alfred. *Smysl života*. Vyd. v čes. jazyce 1. Praha: Práh, 1995, 146 s. Individuální psychologie. ISBN 80-858-0934-6.
- ARISTOTELÉS, *Etika Níkomachova*. 2., rozš. vyd. Překlad Antonín Kříž. Praha: P. Rezek, 1996, 493 s. ISBN 80-901-7967-3.
- BLAŽKOVÁ, Miloslava. *Dějiny etických teorií I: (od antiky po konec 18. století)*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2004. ISBN 8072901648.
- CSÍKSZENTMIHÁLYI, Mihály. *O štěstí a smyslu života: můžeme ovládat své prožitky a ovlivňovat jejich kvalitu?*. Překlad Eva Hauserová. Praha: Lidové noviny, 1996, 399 s. Psychologie P, sv. 6. ISBN 80-710-6139-5.
- FROMM, Erich. *Umění být*. Vyd. 1. Editor Zdeněk Janík. Překlad Vlastislava Žihlová, Pavel Váňa. Praha: Naše vojsko, 1994, 124 s. ISBN 80-206-0225-9.
- HANSARD, Christopher. *Tibetské umění správného života: moudré zacházení s tělem, moudrá mysl, moudrý život*. Vyd. 1. Praha: Beta, 2004, 287 s. ISBN 80-730-6132-5.
- HANSARD, Christopher. *Tibetské umění pozitivního myšlení: moudré myšlenky pro úspěšný život*. Vyd. 1. Praha: Beta, 2005, 254 s. ISBN 80-730-6214-3.
- HEIDEGGER, Martin. *Bytí a čas*. 1. vyd. Překlad Ivan Chvatík. Praha: [Institut pro středoevropskou kulturu a politiku], 1996, 477 s. Oikúmené. ISBN 978-80-7298-048-3.
- HITCHCOCK, Susan Tyler a John L ESPOSITO. *Zeměpis náboženství: kde žije Bůh, kudy krácejí poutníci*. Vyd. 1. Praha: Knižní klub, 2009, 415 s. Universum (Knižní klub). ISBN 978-802-4225-241.
- HOGENOVÁ, Anna. *K věci samé*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2012. ISBN 978-807-2906-154.
- JACOBSON, Simon. *Smysluplný život: Rebe Menachem Mendel Schneerson a jeho moudrost*. Praha: Chabad Lubavitch, c2008, 327 s. ISBN 978-80-254-1147-6.
- NICOLA, Ubaldo. *Obrazové dějiny filozofie*. Vyd. 2. Překlad Naděžda Bonaventurová. V Praze: Knižní klub, 2011, 583 s. Universum (Knižní klub). ISBN 978-802-4232-065.
- PATOČKA, Jan. *Péče o duši: [soubor statí a přednášek o postavení člověka ve světě a v dějinách]*. 1. vyd. Editor Ivan Chvatík, Pavel Kouba. Praha: Oikoymenth, 1996, 505 s. Oikúmené. ISBN 80-860-0524-0.

- PATOČKA, Jan. *Péče o duši: [soubor statí a přednášek o postavení člověka ve světě a v dějinách]*. 1. vyd. Editor Ivan Chvatík, Pavel Kouba. Praha: Oikoymenh, 1999, 398 s. Oikúmené. ISBN 80-860-0591-7.
- PATOČKA, Jan. *Péče o duši*. 1. vyd. Editor Ivan Chvatík, Pavel Kouba. Praha: Oikoymenh, 2002, 842 s. Oikúmené. ISBN 80-729-8054-8.
- PETŘÍČEK, Miroslav. *Úvod do (současné) filosofie: [11 improvizovaných přednášek]*. 4., upr. vyd. Praha: Herrmann, 1997, 178 s. ISBN 80-238-1741-8.
- RUIZ, Miguel. *Čtyři dohody: kniha moudrosti starých Tolteků : [praktický průvodce osobní svobodou]*. Překlad Viktor Faktor. Hodkovičky: Pragma, c2001, 134 s. ISBN 80-720-5826-6.
- SOFOKLES. *Antigona*. 1. vyd. Překlad Václav Renč. Praha: Orbis, 1965, 64 s.
- SOKOL, Jan. *Malá filosofie člověka a Slovník filosofických pojmů*. 6. rozš. vyd., (Ve Vyšehradu 4.). Praha: Vyšehrad, 2010, 363 s. Moderní myšlení. ISBN 978-807-4290-565.
- STÖRIG, Hans Joachim a Petr REZEK. *Malé dějiny filosofie*. Vyd 8., V KNA 2. Překlad Miroslav Petříček, Karel Šprunk. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2007, 653 s. Studium (Karmelitánské nakladatelství), sv. 2. ISBN 9788071952060.