

**Pražská vysoká škola psychosociálních studií
Pražská psychoterapeutická fakulta**

**Závěrečná práce
3. ročník**

**Úloha imaginace
při čtení biblických příběhů
v hagioterapii**

**Pavla Státníková
12. května 2017**

Obsah

Obsah	2
Úvod	3
Hagioterapie	6
Imaginace	9
Imaginace v hagioterapii	12
Reflexe imaginovaného	21
Závěrem	27
Seznam základní použité literatury	28
Poděkování	28
Příloha	29

Úvod

V posledních několika letech rozvíjím práci terapeutky v hagioterapeutických skupinách. Účastním se takových skupin se závislými pacienty jako koterapeutka a zároveň poslední rok jsem začala s prací terapeutky v sebezkušenostní skupině. *Hagioterapie* vznikla v pražské léčebně v Bohnicích na počátku 90. let 20. století. a postupně se etablovala jako léčebná terapeutická metoda při léčbě závislých pacientů. Postupně ji vyvíjel až do současné podoby její zakladatel Prokop Remeš. Hagioterapie v tomto pojetí je projektivní metoda, která pro otevření cesty klienta k sobě samému využívá Bible, resp. jejích příběhů. Základní premisou pro projektivní práci je předpoklad, že klientův a biblický příběh se vzájemně osvětlují, což zakládá možnost nového pohledu klienta na vlastní život i jeho možnosti. Při čtení biblického příběhu jakožto zrcadla klientova života hraje důležitou úlohu klientova odvaha, s jakou do onoho zrcadla pohlédne, i předpoklad, že ono zrcadlo nebude slepé... Proto velmi důležitou částí cesty k čtenému příběhu jakožto obrazu vlastního autentického já zůstává úvod skupinového dění, kdy dochází k vlastnímu oslovení klienta dávným příběhem. Jeho nedílnou a proces podporující součástí je imaginace, tedy moment, kdy klienti imaginují, smyslově a emocionálně prožívají terapeutem čtený příběh.

S *imaginací* mimo hagioterapii jsem se setkala ve dvou polohách: v roli imaginujícího i v opačné roli průvodce, a to v rámci psychoterapeutického sebezkušenostního výcviku, při některých sebezkušenostních seminářích, ale také v rámci nácviku v průběhu dlouhodobého semináře věnovaného výkladu snů. V poslední době se s ní setkávám dokonce jako s doplňkovou součástí supervizních skupinových setkání, kde se někdy věnuji imaginaci příběhu klienta některého z kolegů, který ho vypráví. Tuto zkušenost shledávám z části podobnou oné zkušenosti s imaginací v hagioterapii; i zde se totiž jedená o jeden a týž příběh imaginovaný někdy více lidmi. V obou případech jsou však i výrazné rozdíly: imaginace při supervizi je volnější a rozdíl je následně i v reflexi imaginace, protože má jiný účel. Při supervizi je podstatný vztah imaginace k příběhu klienta, při hagioterapii zůstává imaginace čistě základem pro projekci klienta do příběhu; v obou případech je rozdílná práce jejím zpracováním.

K definitivnímu rozhodnutí zaměřit se na tuto problematiku v absolventské práci mě ale přivedl můj následující (emajlový) dialog s Prokopem Remešem, zakladatelem a

terapeutem hagioterapeutických skupin, jichž se účastním jako koterapeutka. Naše představy o procesu imaginace, a dokonce i její konkrétní prožívání, se totiž ukázaly jako rozdílné (PrR – Prokop Remeš; PSt – Pavla Státníková):

PSt: Zaujalo mě, když říkáš, že ta cesta k imaginaci není relaxace... no to není, ale ono uvolnění jako v relaxaci by to mělo být, ne? Aby ta imaginace fungovala svojí vlastní energií... úplně teď nerozumím, jaks to myslel...

PrR: Jde o to, že obrazy příběhu by se měl člověk usilovat aktivně vytvářet. Tedy nevypnout mysl a nečekat, co se objeví, ale mysl spíš aktivizovat ...

PSt: No, to tedy nesouhlasím, ty obrazy prostě musí přicházet.... A proto tedy říkáš někdy aktivní imaginace? S touhle představou?

PrR: Odpovídá to tradičním meditačním konceptům tzv. "reprezentace", která má zaměstnávat naši představivost. Člověk si vytváří své vizualizace tak jako tak podle sebe sama. Proto skutečně mluvím o aktivní imaginaci, člověk má do příběhu aktivně vstoupit. Pasivita může člověka odvádět až moc daleko od příběhu ... V meditaci pak navazují na imaginaci další kroky.

PSt: Nikdy jsem myslím nebyla při imaginaci nějak zvlášť aktivní. Jediná aktivita je, že začnu poslouchat, naladím se na poslech.... Co se stane potom, to už je věc "vyšší" ... je tam důležité "být v příběhu", ostatní aktivity bych tedy zapověděla. Imaginaci si nevytvářím sama, ale ona "je dávana" z venku. A když "ujedu", tak se ptám, kam a proč jsem ujela...

PrR: Já proti tomu z hlediska HT nic nenamítám ... Aktivitou by mělo být ono vstoupení do příběhu skrze svou imaginaci ... představovat si scénérii příběhu do všech detailů ...

PSt: No jenže to asi dělá každý jinak, jak se ukazuje. Přijde mi, že tvoje imaginace je nějaká jiná, než moje... Já to vidím tak, že smyslový obraz při imaginaci se zpracovává sám... Takže aktivita jenom na začátku, vstoupíš a příběhu se vydáš?

PrR: Já to prostě vnímám jako snahu filmového scénáristy, který má příběh, a než ho napíše, usiluje si ho "vytvořit" (podle sebe) ve své fantazii ...

PSt: No, tak to já právě ne... vstoupím do příběhu, to jo... a pak už "jedu". Scénář může být autorský (jakože když ho člověk píše, tak ho vytváří)... nebo může psát scénář z něčeho...A ptala jsem se J., jak to má s imaginací... popisovala ji v tvých intencích. Srovnávaly jsme si své přístupy. Její je racionální, prostě je u příběhu a tam se drží. Můj je intuitivní a takový globálnější. Ona má obrazy naturalistické a vícero, já mám obrazy spíše impresionistické a neostré a mám jich míň, ale jsou celistvější. Ona má (klientskou) zkušenost s imaginací přes relaxaci, takže říká, že je to jiné. Já mám tutéž zkušenost, ale říkám, že je to stejné... A tak nějak mi napadlo, že ten váš společný pohled na imaginaci je pohled racionální, i to provedení je takové. Ten můj způsob je spíš intuitivní... Ten můj způsob zároveň není moc detailní, ani moc dějový, ty obrazy nejsou moc analytické, ale jsou syntetické... A rovnou mi třídí podstatné a nepodstatné. Většinou se mi rozvíjejí jen některé motivy, a to se tam pak už nevejde nic ostatního, takže o tom ostatním moc nevím. Je to taková mimoděčná selekce. Zkrátka, když do imaginace vstoupím skutečně, nemůžu uhnout sama sobě.... to není teze, to je zkušenost...

Když říkáš, že máme imaginovat, říkáš jakoby to byl film... i film může být notně surrealistický, impresionistický, symbolický.... to by si každý měl řídit sám... no naštěstí to asi i dělá...

PrR: Scénárista si imaginuje děj, který dosud zná pouze rozumem, - podle sebe a o něm nejvíce vypovídající - podoby. ... scénárista už má před sebou příběh, námět, libreto, on to pouze zpracovává do smyslového obrazu. Mám pocit, že jediným problémem mezi námi je vlastně to slovo "aktivně". Že ty tam vidíš víc pasivitu (oddávání se ději) a já aktivitu (tvoření obrazů) ...

Mně šlo o to, aby se člověk celou dobu držel imaginace daného děje. Aby třeba ho zcela uvolněné asociování neodvádělo k něčemu jinému. Což by nemuselo být tak špatně, ale už by to nebyla imaginace daného příběhu ... Ten únik myšlenek vnímám jako odvádění od příběhu, proto se aktivně snažím stále se k příběhu vracet v daném místě, jak se přímo odvíjí a zintenzivnit si jeho vnímání skrze představivost

12. – 13. srpna 2016

V následujících odstavcích se proto prizmatem rozhovoru pokusím podívat na proces imaginace biblických příběhů při hagioterapeutické skupině a podkrýt její podstatu a ve výsledku i úlohu... Nejprve ovšem několik slov o hagioterapii a o imaginaci jako samostatných fenoménech:

Hagioterapie

Hagioterapie jako forma skupinové existenciální psychoterapie pracuje s předpokladem, že příběhy Bible a životní příběh vlastního života se mohou vzájemně interpretovat. Taková interpretace pak dává možnost objevit podstatu problémů klienta a posléze je řešit způsobem velmi těsně inspirovaným postupy existenciální analýzy. Definuje se jako směr otevřený tematizaci transcendentna, protože k jejím výchozím předpokladům patří hypotéza, že náboženská je mimořádně mocná a všeobecně přítomná síla lidského duševna. Práce s Biblií ale neprobíhá teologickou nebo náboženskou cestou, nepracuje se s doktrinárními obsahy, které jsou připisovány biblickým příběhům jednotlivými náboženstvími. Metodologicky je totiž přístup hagioterapie ateistický, protože při hledání „pravdivého“ a „autentického“ v nitru každého člověka vychází z analýzy individuálních projektivních obrazů tvořených klientem při čtení biblického příběhu. Při nalézání dysfunkčních vzorců přístupu k životu konkrétního člověka a při jejich překonávání pak hagioterapie pracuje i s těmi psychickými strukturami, které se s náboženskostí v duševních strukturách každého jedince pojí, tedy se strukturami existenciálními, numinózními, hodnotovými... Na základě reflexe prožitého příběhu a jeho konfrontace s existenciálními strukturami by si měl každý klient odnášet z hagioterapeutického sezení autentičtější úhel pohledu na vlastní život a následně pak generovat jiný, funkčnější a autentičtější způsob využití možností, které mu jeho život dává.

Skupina: Skupinové hagioterapeutické setkání probíhá při obvyklém počtu členů skupiny kolem deseti lidí (8-12; může být přítomno i méně i více osob, ale při počtu pod pět členů ztrácí skupina dynamiku, nad 12 je těžší vstoupit do jednotného skupinového „pole“, nad 15 je práce v daném formátu již téměř nemožná). Skupina trvá hodinu a půl až dvě hodiny, v léčebně v Bohnicích se jedná o skupiny otevřené, to znamená, že při každém setkání jednou týdně mohou pacienti z pavilonů přicházet podle svého uvážení; některé hagioterapeutické sebezkušenostní skupiny pracují více setkání (většinou osm) ve stejném obsazení.

Průběh skupiny: Po usazení členů skupiny a terapeuta, případně koterapeuta do kruhu se přítomní představí křestními jmény, na řadu pak přijdou některé „rozehřívací formule“, domácí úkol, reflexe z minulé skupiny, glosa k situaci obecné, na skupině atd. Poté je třikrát přečten biblický příběh. Třetí čtení provádí terapeut nebo koterapeut a v této fázi klienti příběh imaginují, poté jej několik minut v tichosti ještě sami prožijí. V následné době pak dochází ze strany přítomných k reflexi pocitů a emocí vázaných k příběhu tak, aby každý našel to, čím daný příběh oslovuje právě jeho a proč právě teď. V tomto procesu dochází k otevírání náhledu na vlastní autentické prožívání, a to ve všech rovinách, které klient připustí: od prožívání současných životních problémů a těžkostí až po hlubinné prožívání a existenciální otázky, které jsou pro klienta v té chvíli živé. Otevírají se tak v osobní rovině existenciální témata každého z přítomných, často v dosud nepoznaných a nezpracovaných hlubinách, podobách a konotacích. V poslední fázi hagioterapeutického setkání pak pomocí dialogu klient – terapeut, ale i vzájemného terapeutem řízeného rozhovoru mezi klienty, při současném využití některých technik a metod, stavějících na poznatcích existenciálně a humanisticky zaměřených psychoterapeutických směrů, dochází k ukotvení rozkývaných psychických procesů a k pojmenování zahlédnutých možností, které se klientovi nabízejí.

Hledání a nalézání „autentického“: V tomto poli biblický příběh otevírá cestu ke spatření vlastního autentického já. Cestu usnadňuje terapeut podporou autentických reflexí vnímání příběhu, vlastního vyjadřování pocitů, zachycení emocí zažívaných klientem při četbě příběhu. Ono nejvlastnější prožití a vyjádření způsobu klientova „bytí v příběhu či s příběhem“ je nejcennější materiál, který pro sebe a pro skupinu klient přináší. V tomto směru se nepodporuje filozofování či obecně zažitá náboženská schémata. A naopak pravdivé vyjádření ve všech rovinách výpovědi o vlastním prožívání, o vlastních emocích je vysoce oceňováno nejen terapeutem, ale většinou i ostatními členy skupiny. Terapeut podporuje a upřednostňuje jakoukoli autentickou sebereflexi teď a tady, včetně vyjadřování vlastní dezorientace či (momentální) neschopnosti či nemožnosti příběh skutečně prožít, podporuje vyjadřování každého autentického prožitku, naopak nepodporuje jakékoli utíkání či mechanické reprodukování již slyšeného od ostatních.

Důraz na hledání onoho „autentického já“ jakožto základního místa, kde člověk nachází zdroj svého autentického života, přibližuje hagioterapii psychoterapeutickým směrům, které spoléhají na takový přístup k člověku, jehož podstatou je základní důvěra v lidskou schopnost poznávat skutečné možnosti uskutečňování vlastní existence a nalézat prostřednictvím vhledu ve svém autentickém já i smysl vlastní existence. V této rovině se hagioterapie přibližuje nejen přímo existenciálním psychoterapeutickým směrům, ale hlásí se zde i k těm z nich, které vycházejí z fenomenologického nazírání na svět, tedy z předpokladu, že člověk je schopen si uvědomovat sám sebe, své bytí a jeho omezenost a nést za své bytí odpovědnost.

Toto uvědomění ale i podle hagioterapie sebou přináší úzkost či strach z takové existence a konotací z toho vyplývajících; úhelnou obavou člověka je pak strach ze smrti. Člověk má ale možnost nacházet smysl vlastní existence a hodnot s ním spojených, což mu umožňuje existenciální úzkost překonávat skutečně autentickým způsobem, být sám sebou uprostřed lidského společenství a v opravdových, nefalešných vztazích k ostatním lidem, být tak člověkem společenským. A to bez nutnosti berliček neautentických a tudíž i dysfunkčních modelů vlastního chování a prožívání (tady je nutno připomenout fakt, že hagioterapie se rozvinula při léčení závislých pacientů v PNB).

Kde se ale nalézají ony momenty, díky nimž mohu v hagioterapeutické skupině přistoupit sám k sobě? Být autentický a nalézat vlastní autentické já či přibližovat se k němu? Prostředkovatelem je biblický příběh. Potřebné je jeho skutečné, opravdové prožití, pravdivá reflexe vlastních pocitů a náhled na ně. Možnost nalézat „autentické“ tedy prostředkuje biblický příběh, jeho působení je proto potřeba dát co nejhlubší rámec. Děje se tak v procesu imaginace.

Imaginace

Pojem imaginace: V psychologické literatuře neexistuje shoda v definici pojmu imaginace. Nesporné je, že vlastní název procesu pochází z latinského substantiva imago, inis., f., obraz, podoba, vzor, představa. Imaginovat tedy znamená představovat si, sledovat v obrazivosti, znázorňovat. Na tomto místě by slušelo věnovat pozornost způsobům a výsledkům zkoumání imaginace v různých oborech, na to ovšem rozsah práce příliš nedává prostor. Lze říci, že v přechodovém prostoru mezi filozofií a psychologií zkoumají imaginaci fenomenologičtí filozofové, k nejvýraznějším patří určitě Gaston Bachelard či Gilbert Durand, jejichž přístup v našem prostředí více zprostředkoval Vladimír Borecký. Připomenu následně velmi stručně psychologické či psychoterapeutické školy a směry věnující se imaginaci většinou jako jedné z technik, používané k rozboru psychologického materiálu, který v tomto případě sama přináší. V provozování imaginace jsou ovšem významné i psychoterapeutické školy, v nichž je práce s ní základem terapeutické práce jako takové. Práce s imaginací obecně souvisí i s prací se sny v psychoterapii, proto jsou pro pochopení a využití tohoto fenoménu důležité i poznatky a postupy spojené s těmito metodami.

Imaginace totiž může být technikou napomáhající úzdravě v rovině „pouhého“ odreagování na jednom pólu – což může být případ „knihovnického“ pojetí biblioterapie, ale i v rovině poměrně důkladného a hlubinného rozboru toho, co přináší na pólu druhém. Imaginace má své místo jako součást tvořivé kreativity v některých psychoterapeutických aktivitách: psychodramatu, arteterapii, muzikoterapii..., a to i v těch případech, kdy je pro úzdravu důležitější či využívanější spíše vlastní proces než jeho reflexe. Velké množství psychoterapeutických směrů však používá imaginace jako přímého zdroje materiálu pro psychoterapeutickou práci.

Využití imaginace: Úlohu fantazie a fantazijních představ rozehrává ve své psychoanalýze již Sigmund Freud: jednak podle něj neuspokojené představy stojí na samém počátku psychoanalytické symptomatiky, ale současně zvláštní a důležitou kapitolu v psychoanalýze tvoří výklad snů a zároveň i pracovní materiál získaný v hypnóze. Techniku imaginace a způsoby její reflexe rozvinul ve své době zejména Carl

Gustav Jung v metodě, nazývané aktivní imaginace, kdy klient za doprovodu terapeuta do svých fantazií aktivně vstupuje a aktivně je přetváří. Tuto metodu důkladně rozvinula a systematicky popsala Verena Kastová. Podle Junga existují dva druhy myšlení: logické, tedy rozumové a myšlení fantazijní. Svěbytné imaginace za účelem dosažení změny vytváří kognitivní psychologie i kognitivně-behaviorální psychoterapie. Imaginace se nadále používá ve velké míře v hlubině dynamických psychoterapeutických školách, kde jsou ale využívány zejména symbolické a archetypové významy imaginovaného.

Techniky imaginace v tomto duchu rozvinul Hanscarl Leuner v metodě katatymně imaginativní psychoterapie. Jeho postup vychází z hlubinné psychologie, vychází z předpokladu existence nevědomí a možností symbolického vyjádření jeho obsahů, a na tomto konceptu má vypracovanou metodiku. V individuální terapii terapeut určuje motivy imaginace a klient své snění rovnou sděluje terapeutovi, který imaginace interpretuje, do imaginací může vstupovat a ovlivňovat je. Imaginace skupinové jsou imaginacemi společnými, konsensuálními.

V dalších terapeutických směrech se též imaginace používá jako pomocníka zabezpečujícího materiál pro vlastní terapii. Mají pak více či méně propracované postupy tento materiál zpracovávající. Zvláštní místo zde zaujímá autogenní trénink, relaxační technika, která ve vyšším stupni používá vizualizace a vnitřní dialog, zároveň i imaginativní symbolické cesty. Imaginace hraje důležitou roli v Gestalt terapii, a to nejen v její teoretické části, ale prakticky si klient prostřednictvím představ může připravovat prostor pro svá případná budoucí rozhodnutí. Ve všech těchto směrech se pak více či méně v různém provedení používá při výkladu symbolických významů. Jinak je tomu v daseinsanalýze, která se striktně drží toho, co sen či imaginace vyjevují a co za přítomnosti terapeuta-průvodce o nich objevuje klient, jakékoli přednastavení je zde zapovězeno.

Není lehké rozlišit hranice skryté za pojmy imaginace, meditace, vizualizace, fantazie, představivost... a v dostupné odborné literatuře jsem nenalezla ani jasně a systematicky definované a obecněji přijímané definice vztahů vizualizace, imaginace, meditace, relaxačních technik či hypnózy. Tady si proto dovolím malou vsuvku. Pro uchopení imaginace jako takové je velmi inspirující představa Henryho Corbina, který nalézá v našem světě *„tři světy, nebo přesněji tři kategorie světů... Těmto třem světům*

odpovídají tři orgány (nástroje) poznání: smysly, představivost a intelekt“. (Corbin, 2007) V takovém úhlu pohledu je představivost/imaginace jednoduše způsobem poznání a v takové dimenzi jako taková je jedna, a je neredukovatelná na cokoli jiného. Je však do nějaké míry strukturovaná, jak bude naznačeno dále.

Asi všichni, kdo se imaginaci věnují, se shodují na tom, že různí lidé mají rozdílnou schopnost imaginovat, a to co se týče obsahu, formy i míry. V nejobecnějším smyslu slova imaginovat můžeme spontánně, volně nebo řízeně. Spontánní imaginace k nám přichází nejčastěji ve snech, ať již při spánku nebo i v trochu jiné formě v denním snění; může být takto využívána i v psychoterapii. V psychoterapeutickém procesu pak můžeme využívat i imaginaci vyvolanou na místě v čase psychoterapeutické sezení. Taková může být buď volná nebo řízená, tedy imaginující může být ponechán svým vlastním představám nebo rozvíjí motivy svěřené mu terapeutem. Každá imaginace probíhající v rámci psychoterapeutického sezení ale i mimo něj může být využívána k získání terapeutického materiálu, který může být dále reflektován a rozvíjen, tedy k sebepoznání klienta a k provádění eventuálních změn. Cílené imaginaci předchází zklidnění klienta, některé postupy požadují imaginaci navázat na relaxaci, tedy podle této představy imaginaci má provádět relaxovaný klient.

Řízená imaginace probíhá v rámci zadaných motivů a podnětů, jejichž proimaginování podle psychodynamického pojetí odkrývá klient nevědomé obsahy svojí psychy, po jejich prožití v imaginaci je zvědomuje a posléze může dojít k jejich reflexi. Podle daseinsanalytického pojetí je využití imaginace motivováno otevřením cesty k odkrývání autentické možnosti vlastního bytí... Imaginace je tedy obecně využívána k analýze méně vědomých nebo ne-vědomých¹ motivů, k odkrývání psychického materiálu pro reflexi a analýzu vlastní existence.

Imaginace v hagioterapii je v zrcadle řečeného určitě záležitostí specifická, protože je imaginován pevně daný příběh. Na druhé straně přijmu-li za svou tezi, že imaginace jako taková je tokem představ v mysli imaginujícího, lze předpokládat, že vlastní proces imaginace bude ostatním způsobům podobný. Proto budu vlastní zkušenosti s imaginací při hagioterapii vztahovat ke zkušenostem autorů dostupné literatury věnované imaginaci v psychoterapeutickém procesu.

¹ Užívám ve slově ne-vědomí spojovník k vyjádření rozdílu oproti pojmu nevědomí, jak je používán ve směrech v psychoanalýze a analytické psychologii i v dalších zejména psychodynamických školách. Tam, kde užívám spojovník mám na mysli obecně nespécificky oblast psychiky mimo vědomí.

Imaginace v hagioterapii

Biblický příběh jako východisko imaginace: Cesta k tomu, aby mohl klient během skupinového hagioterapeutického sezení uvidět sám sebe v zrcadle biblického příběhu, vede přes reflexi prožitků imaginovaného biblického příběhu. Vychází se při tom z premisy, že je to právě imaginace, v tomto případě konkrétně fantazijní prožití čteného a slyšeného příběhu, která určitým způsobem propojuje získanou informaci prvotně uchopenou v rovině rozumové s prožíváním v rovině emoční a v rovině smyslové. Jejich prostřednictvím navazuje klient komunikaci s ne-vědomými nebo nevědomými obsahy svojí psyché. Následně reflektované emoce jsou pak markerem této komunikace, markerem vlastního, skutečně autentického vztahu k příběhu a tedy i cestou k jeho uchopení.

Situace při skupinové imaginaci biblického příběhu je svým způsobem jedinečná. Vzniká prostor společného sdílení jednoho příběhu, příběhu biblického. Po technické stránce by měl mít příběh jasně danou maximální délku (1 necelá stránka ekumenického překladu či 1-2 normostrany textu či 30 – 40 veršů). V praxi se využívají biblická vyprávění či biblický popis konkrétních událostí, a to spíše historicko-literárního charakteru. Specifikem těchto vybraných příběhů je zároveň jejich určitá univerzálnost (odrážejí obecné lidské konání bez ohledu na dobu, v níž se odehrávají), příběhy mají uzavřenou stavbu – reflektují nějaký jasně daný, ohraničený příběh.

Dle zkušeností je důležitým prvkem i ona historická a kulturní zakořeněnost příběhů v našem (tedy euro-americkém) prostoru, ale i obecné vnímání Bible, jakožto knihy, stojící u základů naší kultury, které nějak automaticky dává při čtení biblických příběhů těmto příběhům důvěru, vážnost, ale i reálně dobrou možnost porozumění existenciálním otázkám, které příběhy přinášejí. A to bez rozdílu, zda se jedná o věřící či nevěřící klienty. Do hry tady v této chvíli cíleně vstupuje kulturně daná přednastavenost klienta. Ale s ní ostatně při imaginaci v obecné rovině počítá i jungiánská terapeutka a autorka Verena Kastová: „... i tehdy, když našemu vjemu určité představy odpovídají, jsou okamžitě provázány s příbuznými informacemi ze životní zkušenosti a opatřeny příslušnými emocemi. Tak vzniká v daném okamžiku velmi individuální „vidění“ věci.“ (Kastová, 2010). V tomto případě se jedná o životní zkušenost zakořeněnosti v určité kultuře. K tomu mohu ještě dodat poznatek, že během

pokusných „hagioterapeutických“ skupin se ukázalo, že při čtení jiných příběhů než biblických (Epos o Gilgamešovi, Kristiánova legenda, Kosmova kronika) tento „náš“ centrální kulturní rozměr znatelně chyběl. Pokusné čtení probíhalo při dodržení postupů z „regulérních“ hagioterapeutických skupin, čtenáři byli frekventanti takových skupin, věřící i nevěřící.

Skupinová imaginace. Při hagioterapii se jedná o imaginaci skupinovou, prováděnou se závislými nebo neurotickými, výjimečně i psychotickými klienty, variantně probíhá i v rámci hagioterapeutických sebezkušenostních skupin. V jiných psychoterapeutických směrech se ve skupině imaginace vzhledem k nároku na individuálnost prožití praktikují méně. Výjimkou je autogenní trénink a variantně může probíhat v katatymně imaginativní psychoterapii, kde je jejím výsledkem ovšem kompromisní výtvar všech účastníků, což v hagioterapii, která klade důraz na individuálnost prožití, žádoucí není.

Hagioterapie byla původně vyvinuta jako forma klidového soustředění se na čtený biblický příběh. Odtud se odvíjí i čtení příběhu a jeho imaginace. Vlastní imaginace probíhá při třetím čtení zvoleného příběhu. Před tím všichni ve skupině dvakrát vyslechnou biblický příběh, nahlas jej čte vždy některý z členů skupiny. Tato čtení slouží k pochopení obsahu příběhu, po prvním i druhém čtení proběhne ko/terapeutův výklad biblických reálií z historického, geografického hlediska, někdy ko/terapeut podle potřeby vysvětlí i některé tradiční teologické přístupy a osvětlí i některé případně méně srozumitelné pasáže psané někdy archaizujícím jazykem, resp. prezentované v archaizujícím biblickém překladu. Během této fáze se prohlubuje koncentrace na příběh, vtažení do příběhu, odstříhnutí od běžných starostí či běžného prožívání, vlastní nastavení klientů k autentickému prožití. Tato fáze je důležitá i pro ukotvení nenáboženského diskurzu skupiny, kdy se ve vztahu k Bibli řeší informační roviny různých odborností v rovině našeho základního karteziánského paradigmatu. Tento přístup všechny vyzývá a všem umožňuje účastnit se skupiny bez jakýchkoli náboženských přednastavení, jsou dodávány poznatky zeměpisné, přírodovědné, historické, obecně-antropologické.....

Průběh imaginace: Vtažení do příběhu dvojitým přečtením i racionálním uchopením je důležité pro další fázi. Před třetím čtením, které provádí vždy terapeut či koterapeut,

dojde ke chvílce soustředění. Klienti jsou vyzváni k zaujetí správné polohy vsedě, k zakotvení se ploskami nohou na zemi, doporučována je tradiční poloha „vozka na kozlíku“, využívaná běžně při praktikování některých tradičních relaxačních technik. Přítomní jsou dále vyzváni k tomu, aby pokud chtějí imaginovat a dovoluje jim to jejich nastavení, zavřeli oči a každopádně se maximálně soustředili na prožití příběhu, jako by to byl film, jako kdyby to byl sen, aby příběh zkusili prožít všemi smysly, aby se nebáli do příběhu emočně vstoupit. Terapeut používá modulaci hlasu obvyklou při relaxaci. Opakující se postup i průběh přípravy usnadňují déledoběji docházejícím klientům možnost hlubšího prožití imaginace. Jedná se o navození stavu základního uvolnění v bezpečném a přátelském prostředí

V tomto smyslu je zajímavou inspirací postupu při přípravě na vlastní imaginaci a pro její průběh i doporučení k duchovním cvičením Ignáce z Loyoly. Podle sdělení zakladatele metody Prokopa Remeše byl způsob ignaciánských cvičení důležitou inspirací při vzniku hagioterapie jako léčebné metody závislých pacientů v bohnické léčebně již před cca pětadvaceti lety... Ignác navrhuje již při přípravě na meditaci za prvé nalézt optimální situaci k vlastnímu soustředění: *„Člověk v nich zpravidla prospěje tím více, čím více se vzdálí ode všech přátel a známých a od veškeré pozemské starosti...“*, a za druhé pečlivě si přečíst meditovaný text *„...zpřítomnit si událost, na kterou mám nazírat...“* a popisovanou scénu si představit. Protože *„... prospěje použít pěti smyslů představitosti v prvním a druhém nazírání následujícím způsobem.*

První bod. Vidět vnitřními očima osoby a rozjímat a nazírat na jejich zvláštní situaci. Z tohoto pohledu čerpat nějaký užitek.

Druhý. Slyšet sluchem, co mluví nebo mohou mluvit, a rozjímáním toho ve vztahu k sobě čerpat z toho nějaký užitek.

Třetí. Čichat a zakoušet čichem a chutí nekonečnou vůni a sladkost božství, duše a jejich ctností a všeho ostatního, podle toho, jaká je osoba, na kterou se nazírá. Rozjímat to ve vztahu k sobě a čerpat z toho užitek.

Čtvrtý. Dotýkat se hmatem, jako například objímat a líbat místa, na která osoby vstoupily, anebo kde se usadily, a snažit se vždycky čerpat z toho užitek.“ (Ignác z Loyoly, 2002).

Zpět ale k průběhu konkrétní hagioterapeutické skupiny. Po zaujetí otevřené klidové polohy terapeut opouští „starost“ o klienty a nastává fáze, kdy sám plynule čte

příběh potřetí. Klienti podle doporučení přijímají toto čtení jako děj, který se odehrává před jejich očima a snaží se jej v různé míře prožít a do příběhu se ponořit. Také Ignác z Loyoly při svých duchovních cvičeních provází meditujícího příběhy a více méně ho navádí, co všechno si má představovat, například při představě putování Panny Marie do Betléma: „*Zde to bude znamenat představit si cestu z Nazareta do Betléma; uvažovat o její délce a šířce, zda je cestou přímou nebo zda vede údolím nebo přes pahorky. Stejně tak pohledět na prostor nebo jeskyni narození: jak je velká, jak malá, jak nízká, jak vysoká a jak byla zařízena.*“ (Ignác z Loyoly, 2002). Toto terapeut v hagioterapii ovšem neprovádí, nechává imaginaci plynout. Teprve ve chvíli, kdy se ukáže při reflexi imaginovaného, že pro meditujícího byla právě tato cesta či jeskyně důležitá, budou otázky směřovat uvedeným způsobem, neděje se tak tedy v průběhu imaginace jako takové, ale až při její reflexi na základě konkrétních prožitků při imaginaci.

Spolu s Ignácem tedy požadavek na prožití imaginace při hagioterapii zní: imaginativně proživej příběh jako takový, ponoř se do příběhu spolu s jeho aktéry, buď v něm všemi způsoby, kterými dokážeš, používej všech smyslů, které máš a použít dokážeš, sleduj emoce, které tě při imaginaci příběhu navštíví... buď u něj, buď v něm, vnímej tu situaci tam a tehdy, jako bys tam byl... nerozebíhej se při imaginaci do asociací...

Příběh jako společný vjem: Vraťme se k průběhu třetího čtení biblického příběhu. V daný moment je vstupní vjem, konkrétní biblický příběh pro všechny naslouchající a imaginující stejný, všichni prožívají jeden děj, je jasný syžet a rámec příběhu, tedy místo, čas, jednající postavy a události, zápletka a její rozuzlení. Čtení a poslech biblického příběhu jsou základním klientovým vjemem, jeho imaginace je pak cestou k jeho přečtení v osobní rovině.

Srovnáváme-li způsob imaginace v hagioterapii s jinými směry, konstatujeme, že se nejedná se o imaginaci na základě daného symbolu, řízenou terapeutem, ani o imaginaci společně vytvořenou katatymně imaginativní metody, i když některé styčné body s takovými imaginacemi hagioterapeutický průběh sezení má. Na druhou stranu předem definovaná výzva k setrvání u příběhu vnáší do jejího průběhu přece větší nárok. Tento nárok je zároveň dán již samou podstatou imaginovaného: daným příběhem s konkrétním obsahem, který je nějakým způsobem vystavěn a literárně

zpracován. Styčné body můžeme nalézt u imaginace pohádek, které nabízí Verena Kastová, velký rozdíl ale je v přístupu k reflexi takové imaginace, která je v onom případě pojímána výkladovým pohledem přes symboly a archetypy analytické psychologie.

Vlastní průběh imaginace je ve smyslu prožití volný, i když na základě jednoho společného vjemu... a klienti prožívají příběh v různých rovinách svého nastavení a možností teď a tady. Prožívají jej totiž nejen na základě míry ponoření se do prostoru imaginace, ale i na základě momentálního psychického nastavení, či celkového vlastního životního postoje, svých životních zkušeností, vlastních zážitků, i onoho kulturního zakořenění, o němž jsem se zmínila výše. Autenticita prožití příběhu je základem následné práce s imaginací a její míra i způsob je na psychických možnostech klienta a již v průběhu čtení příběhu, ve chvílích prožívání představ, záleží na každém z klientů, nakolik je ochoten a schopen se do příběhu ponořit a příběh ve své imaginaci prožít. Do procesu imaginace v míře i způsobu vstupuje vlastní schopnost i ochota imaginovat, schopnost i ochota do imaginace vůbec vstoupit. Ovlivňuje to samozřejmě i míra tělesného a duševního uvolnění při poslechu textu, v případě nemocných klientů jejich zdravotní stav a konkrétní průběh nemoci a její stádium. Zkušenost na hagioterapeutických skupinách s nemocnými (závislými) pacienty zřetelně ukazuje, že někteří z klientů zůstávají více na povrchu příběhu, někteří při pouhé vizualizaci bez smyslového prožití nebo emočního, jiní zase prožívají velmi chaoticky.

Příběh jako proměňující se vjem v čase: S větší četností účasti na hagioterapeutických skupinách se schopnost smysluplně imaginovat čtený příběh většinou prohlubuje. Průběh imaginace toho samého příběhu, tedy průběh imaginace na základě téhož vjemu, se u jednoho klienta v čase může měnit (a většinou mění), jednak v závislosti na změnách schopnosti imaginovat, ale také v závislosti na proměnách sebereflexe a celkového fyzického i psychického stavu klienta. K tomu krátký příklad z mé vlastní zkušenosti:

Při prvním setkání s hagioterapií na víkendovém semináři na PVŠPS jsem s velkým pohnutím reagovala na otázku po po emocích k příběhu o nalezení Ježíšova prázdného hrobu Marií Magdalénou po jeho ukřížování v neděli ráno (Jan 20,1-29) při přehrávání situace setkání jsem byla plná emocí:

- 11 *Ale Marie stála venku před hrobem a plakala. Přitom se naklonila do hrobu*
- 12 *a spatřila dva anděly v bílém rouchu, sedící na místě, kde předtím leželo Ježíšovo tělo, jednoho u hlavy a druhého u nohou.*
- 13 *Otázali se Marie: „Proč pláčeš? “ Odpověděla jim: „Odnegli mého Pána a nevím, kam ho položili.“*
- 14 *Po těch slovech se obrátila a spatřila za sebou Ježíše; ale nepoznala, že je to on.*
- 15 *Ježíš jí řekl: „Proč pláčeš? Koho hledáš?“ V domnění, že je to zahradník, mu odpověděla: „Jestliže tys jej, pane, odnesl, řekni mi, kam jsi ho položil, a já pro něj půjdu.“*
- 16 *Ježíš jí řekl: „Marie!“ Obrátila se a zvolala hebrejsky „Rabbuni“, to znamená ‚Mistře‘.*
- 17 *Ježíš jí řekl: „Nedotýkej se mne, dosud jsem nevystoupil k Otci. Ale jdi k mým bratřím a pověz jim, že vystupuji k Otci svému i Otci vašemu a k Bohu svému i Bohu vašemu.“*

Byla jsem onou scénou hluboce zasažena. Na terapeutovu otázku po mém prožívání jsem odpovídala, že jsem naprosto unešena setkáním „mrtvého“ Ježíše s plačící a modlící se Máří Magdalénou: „Marie Magdaléna jsem já a Ježíš je můj táta, který před pěti roky zemřel...“ slyším se říkat s pohnutím v hlase. „Chtěla bych, aby to tak bylo, chtěla bych, aby se vrátil.“ A pak už jen mlčím, mluvit bych chtěla, ale pro emoční pohnutí nemohu. Jsem zvědavá, ale zároveň vděčná terapeutovi, který zastavuje ostatní a říká, že je to příliš těžké téma na takovouto ochutnávkovou skupinu, že by v reálné skupině začal zkoumat, proč se nemohu se situací smířit... V příštích měsících v hagioterapeutických cvičných kurzech řeším prostřednictvím dalších příběhů svůj neukončený vztah s mrtvým otcem. Při příštím čtení a přehrávání příběhu o prázdném hrobě (cca za rok a půl) na sebezkušenostní skupině objevuji, že se na tátu zlobím...“nechal mě tu, nechal a šel... vlastně mě opustil, svět od jeho smrti už není, co byl dříve, zlobím se za to na něj...“ Na dalších skupinách již svého otce přestávám řešit a při příštím čtení příběhu o prázdném hrobě je pro mě nejdůležitější otázka, proč přítomným lidem vadí, že nevěřící Tomáš si chtěl sáhnout do Ježíšovy rány, vždyť proč by se přeci nechtěl ujistit... vidím se v Tomášovi a na mrtvého otce již nevzpomenu... když mě na to terapeut upozorní, nevěřičně zírám... zírám jako nevěřící Tomáš...

Hagioterapeutická imaginace jako skupinový prožitek: Vlastní hagioterapeutickou imaginací je tedy možné charakterizovat jako specifickou skupinovou volnou imaginací s (na)řízeným a jednotným vstupním vjemem.

Volnou imaginací rozumím to, že do vlastního průběhu imaginace terapeut aktivně nevstupuje, ani ji neřídí, ani v jejím průběhu s klienty o imaginaci nehovoří a nesnaží se do imaginace jakkoli vstupovat a měnit ji. (Na)řízeným a jednotným vstupním vjemem nazývám konkrétní čtený biblický příběh. Průběh imaginace je po vnější a formální stránce vždy stejný, skupinu od skupiny se liší jen jednotlivé biblické příběhy, v konkrétním čase, v konkrétní skupině se ovšem jedná o jeden konkrétní vybraný příběh, pro všechny zúčastněné stejný. Proto dává možnost konfrontovat své emoce, svůj prožitek s imaginací mezi jednotlivými členy skupiny; taková konfrontace pak otevírá pohled na míru subjektivnosti prožívání, resp. na autenticitu a specifčnost vlastní imaginace. Prožití příběhu se liší, emoce jednotlivých klientů v různé míře také. Prožití ani emoce tedy nejsou o příběhu, ale o klientovi... V dalším průběhu skupiny pak je podporováno pochopení vlastní specifčnosti přístupu k příběhu, orientace v tom, proč příběh oslovuje právě mě a právě takto, kde je v tom moje vlastní specifikum, kde se odráží moje autentické já a kde mohou být moje vlastní východiska z nemoci či problémů. Proto se po ukončení imaginace během průběhu celé skupiny pracuje s odkrytým vztahem k příběhu různými způsoby, metodami a technikami (malování, sochání,...). Do tohoto procesu zasahuje terapeut i ostatní členové skupiny, je proto podporována skupinová dynamika a terapeut podporuje vzájemnou konfrontaci prožitého imaginací a následně i jejich reflexí.

Aktivní imaginace? V úvodním rozhovoru terapeut sice nazývá imaginaci v hagioterapii aktivní, ale ukazuje se posléze, že nikoli zcela ve smyslu metody aktivní imaginace vyvinuté C.G. Jungem jakožto možnosti aktivní komunikace klientova vědomí s nevědomím. Nejzákladnější pojetí procesu imaginace v hagioterapii vychází ovšem z jejího chápání jakožto metody vytvoření vztahu vědomí s nevědomím, přičemž nevědomí hagioterapie chápe v obecném tradičním smyslu jako *"myšlenky, strachy a touhy, které si člověk neuvědomuje, jež ale působí na jeho chování; obsah mysli, které ovlivňuje naše jednání, aniž o něm víme"*. (Hartl, Hartlová, 2004). Podstatný rozdíl ale je v tom, že stejně jako například daseinsanalýza ani hagioterapie imaginované nechápe

a nevykládá jako systém symbolů či archetypů v jungiánském či psychoanalytickém duchu.

V uvedeném rozhovoru je nárokem terapeutovým zůstat aktivně „u věci“, tedy u příběhu, resp. u jeho průběhu; terapeut vyzývá k fenomenologickému bytí u příběhu, bytí s příběhem, s jeho vlastním dějem. Vybízí k prožívání příběhu „jakoby to byl film“... A v tomto smyslu hovoří o aktivitě. A, jak z rozhovoru vyplývá, takovou zkušenost s prožíváním imaginace nezávazně podpořila i další klientka. Koterapeutka v úvodním rozhovoru vnímá jako pro sebe obvyklejší a ústrojnější imaginovat v tomto smyslu v pasivnějším modu, tedy netrvá na „bytí u příběhu“ v jeho dějovosti, ale s klidem nechává rozbíhat své prožívání daleko volněji. V jejím pojetí jsou výsledným prožitkem rovnou emočně akcentovaná místa příběhu.

Zdá se ovšem, že obojí (nebo možná i jiný) způsob imaginování vede k výsledkům a důležitá je zejména následná reflexe imaginovaného a jeho zpracování jako výpovědi o sobě, tedy o osobě imaginujícího. Různá míra, resp. hloubka imaginace je známa i z jiných psychoterapeutických škol. Hanscarl Leuner hovoří o tom, že vnímá *„mezistupně mezi čistými představami a katatymními obrazy. Terapeuticky účinné jsou i ty obrazy, které jsou poněkud bledé a prchavé. V žádném případě nemají charakter běžného vnímání, které laicky označujeme jako „vidění“. Ale i velmi matné obrazy, které vidíme s otevřenými očima jsou terapeuticky účinné, pokud jsou obsazeny vnitřní pozorností a doprovázeny emocemi.“* (Leuner, 2007)

Ve většině psychoterapeuticky zaměřené literatury zabývající se imaginací se zdůrazňuje nutnost uvolnění a dosažení relaxovaného stavu pro její dobrý průběh, proto aby obrazy mohly volně plynout. V hagioterapii dochází spíše ke koncentraci na příběh, určité uvolnění nastává až těsněji před vlastním třetím čtením, kdy se imaginuje. Zároveň následná reflexe imaginace nejde přímo a rovnou po obrazech, které imaginace vyvolala, ale rozebírají se emoce, které přinesla. O emocích vázaných k přečtenému příběhu hagioterapie uvažuje jako. signifikátoru autentického a je proto na ně, na jejich správnou identifikaci a přečtení ve fázi reflexe příběhu kladen velký důraz. U konkrétních obrazů z imaginace se při hagioterapeutickém sezení setrvává pouze tehdy, pakliže se při probíhající reflexi emocí vyjeví smysluplnost takového konání.

Hloubka imaginací může být nestejná, ona sama však nepredestinuje v absolutní hodnotě hloubku emocí, které imaginující ve vztahu k svým obrazům pocítí. Ve vztahu

k imaginaci může být v extrémním případě stejně hluboká emoce vázaná např. k odporu klienta zavřít oči a imaginaci prožít. Zdá se tedy, že imaginace při hagioterapii, hloubka jejího prožití i její druh, usnadňuje cestu k nejvnitřnějšímu prožívání, její způsob prožití teď a tady však nemusí být rozhodující pro míru úspěšnosti procesu. Klienti běžně dodržující nárok terapeuta na pojmání příběhu v imaginaci „jako filmu“ dosti jistě dosáhnou projektivních emočních prožitků v rovině, jaká je doporučována terapeutem. Imaginálností² výjimečněji nadaní jedinci mohou při procesu imaginace přicházet k prožitkům z těch nejhlubinnějších. Oproti tomu imaginace méně schopní či v extrému jí odmítající účastníci skupiny mohou řešit emoce spojené s postojem k imaginaci či schopností ji prožít.

Zahlédnutí sama sebe: Prakticky se ukazuje, že vzhledem ke skupinovému charakteru terapie a k otevřenosti hagioterapeutických skupin je při imaginaci žádoucí v obecné rovině dodržet podmínky dobrého průběhu každé imaginace: klient by měl mít integrované, pevné já. Dezintegrací ohroženější jsou klienti na počátku léčby, či klienti potenciálně psychotičtí či depresivní, či přímo v atace své choroby, takové problémy se při imaginaci okamžitě odkryjí a většinou komplikují další práci se skupinou. U závislých pacientů v rannější fázi léčby se projevuje spíše jejich nesoustředěnost a neklid. Ze zkušenosti s klienty – začátečníky je ale na druhé straně zároveň i celkem prakticky zřetelné, že klienti připouští při imaginaci jen takové ponoření do imaginace, které unesou. Není žádoucí kohokoli nutit do způsobu či hloubky imaginace, regulaci těchto proměnných je potřeba ponechat na klientech a nenutit je k otevírání obsahů či rovin, na které nejsou připraveni a do kterých nechtějí vstoupit. A to i přes skutečnosti, že probíhá-li terapeutické sezení v rámci léčebného pobytu, jsou klienti chráněni ještě možností navštívit terapeuta v individuálním sezení, či jakoukoli otevřenou záležitost řešit při jiných léčebných terapiích. Zároveň i při těchto okolnostech jsou při hagioterapeutickém sezení chváleni za autenticitu reflexí svého prožívání, i když v mělkých rovinách než ostatní. Platí totiž, že klient by měl během hagioterapeutického sezení v příběhu sám sebe alespoň zahlédnout.

² Pojem „imaginální“ zavádí Henry Corbin jakožto čitelnější variantu k běžnému označení „imaginární“, které evokuje „něco, co neexistuje“. Pakli-že přijímáme relevanci existence představivosti, imaginálnosti jakožto třetího způsobu poznání, pak slovo „imaginární“ pro proces, který popisují, není pravdivé.

Reflexe imaginovaného

Příběh jako zrcadlo: V rámci imaginace vyzývá terapeut, aby si všichni zkusili v duchu zformulovat, co chtějí o svém prožitku říci ostatním: „*Co vám tento příběh připomíná z vašeho života? Kdybyste prožili tento příběh jako film, jak byste rozuměli tomu, co vám chce tento film říci?*“ „*Vstupte do své fantazie a zkuste se vcítit, co v oné situaci prožívaly jednotlivé jednající osoby.*“ „*Myslíte si, že může být nějaká souvislost mezi tím, jak tuto událost nyní prožíváte a nějakou vaší osobní zkušeností?*“ . (http://www.hagioterapie.cz/?page_id=333, 6. května 2017).

Po imaginaci, tedy po třetím čtení a následném pětiminutovém ztišení a zamyšlení nad těmito otázkami jsou přítomní vyzváni, aby každý sám za sebe zformuloval, jaké emoce v něm příběh vyvolává a následně, co ho v příběhu nejvíce štve. Znamená to sáhnout hlouběji do svého prožívání a dokázat pojmenovat vlastní emoce, které ho provázejí. Ukazuje se, že je to pro prožívající často velice obtížné, a mnozí to při prvních setkáních příliš ani nedokáží. Terapeut v této fázi podporuje vhléd na vlastní emoce, protože ten umožní lepší pochopení prožité imaginace, respektive její výpověď o mě samém i jinakost k prožívání ostatních. Emoce jsou markerem tohoto prožívání. V imaginaci se projevila míra ochoty, možností, schopností, chtění vstoupit do práce s příběhem, nyní je čas pro pochopení.

Již ve fázi sdělování přítomných emocí plynoucích z imaginace lze říci, že klient se podle svého přesvědčení vztahuje k příběhu a k lidem v něm jednajícím, nikoli primárně a vědomě sám k sobě. Klient má pocit, že hledí z okna, ale ve skutečnosti se dívá do zrcadla. Má tudíž velmi dobrou možnost vyjadřovat se autenticky, bez pocitu většího ohrožení ze strany terapeuta či skupiny, hovoří totiž vědomě „o nich“ (hrdinech příběhu), nikoli o sobě. Když Verena Kastová hovoří o možnosti imaginace pohádek, hovoří o určitém bezpečí, které takový prostor vytváří pro vysokou míru jejich strukturovanosti a očekávatelnosti, kdy si zároveň může imaginující snáze připustit možnosti řešení daných problémů. Vyústění biblického příběhu často zůstává otevřené, nicméně i biblický příběh je strukturován, lze se v něm při určitém úsilí dobře vyznat, a zároveň je od klienta zdánlivě oddělen, odehrává se mimo něj. Proto čtení příběhu snižuje primárně frustraci, danou při terapii představou nutnosti vlastního odhalování.

Postupně každý z přítomných dostává slovo, aby pohovořil o tom, co ho

v příběhu zaujalo. V této fázi tradiční hagioterapie přistupuje k reflexi obdobně fenomenologickému zkoumání; tedy zkoumá to, co a jak dotyčný při imaginaci prožíval, co při tom cítil, a co pro něj bylo důležité. K výkladu prožitého dochází pod vedením terapeuta, ovšem spíše v rámci skupiny, nikoli individuálně, současně i vzájemným sdělováním vlastního prožívání příběhu a konfrontací, protože členové skupiny na témata přinesená „mluvčím“ sami reagují: toto sdělování provází terapeut, který skupinu řídí; a řídí ji nejen technicky, ale i celkovým směřováním (je-li potřeba: např. právě při léčbě závislostí). Rozhoduje o udělení slova klientům (podle míry zaujetí klienta, popřípadě se slovo předává „v kolečku“ atp.), ale hlavně podporuje u klienta rozvíjení vlastní reflexe a vlastní nakládání s imaginovaným.

Při „povrchnějším“ prožití imaginace a zvláště při počátečních sezeních, má klient spíše sklon ze samotného příběhu čerpat „pouze“ poučení a některé mravní inspirace – terapeut se sice snaží provokovat klienta k hlubším ponorům do vlastního nitra, ale vzhledem k zaměření a cílům hagioterapie je žádoucí a možné setrvávat v rovinách, jejichž hloubku určí klient. Terapeut může klienta sice prostřednictvím reakcí na klientovu výpověď o svém prožívání provokovat a rozkývávat jeho „jisté“ pohledy na svět a sebe sama, ovšem vždy respektuje jeho možnosti. Používá otázek typu: „*Ano, a jak je to o Tobě?*“ *Kdyby Ti někdo řekl, že Ty jsi ten, o kom mluvíš, Ty jsi ten hrdina, jak by ses v něm uviděl?*“, „*Kdyby ti někdo řekl, že to je Tvůj příběh, kde bys ho uviděl?*“ (http://www.hagioterapie.cz/?page_id=285, 6. května 2017). Provokace jako taková je při daném formátu skupin obecněji užívaná metoda k otevírání otázek za účelem reflexe prožívání příběhu a jeho imaginace, tedy k hledání toho, co je pro jednoho každého klienta jeho vlastní, autentické. Vyžaduje to ovšem ze strany terapeuta současný respekt k tomu, co vyjádřil klient.

Individuální předložení obrazů: Projektivní hagioterapie všechny obrazy přijímá jako individuální záležitost a terapeut pomáhá klientovi pochopit smysl jeho prožívání k nim vztaženého. Oproti školám vycházejícím z analytické psychologie cíleně rezignuje, resp. odmítá výklad prostřednictvím archetypů či symbolů. Symbolické klientovo prožívání přijímá pouze tehdy, jedná-li se o vlastní klientův prožitek: klient může vnímat prožité i v rovině subjektové či objektové, ale hagioterapie to vnímá vždy jako záležitost individuální a konkrétní přítomné časové možnosti. V praxi dochází často k

těžkostem při prožívání imaginace ve smyslu přednastavenosti u věřících, pro něž je Bible závazným náboženským textem, protože ti jsou nastaveni slyšenému rozumět známým, již vícekrát slyšeným způsobem, tedy přicházejí s předem daným porozuměním příběhu. Protože biblický příběh přichází ke klientovi v zásadě „nařízeně“ – tedy struktura příběhu je dána z venku, považuji za velmi důležité ponechávat v hagioterapii volný prostor pro individuální výklady klientových přístupů. Jakákoli snaha vykládat klientovy imaginace a prožitky „z přenastaveného“ může být velmi zavádějící a celý proces poškozující, jak ukazuje i následující (vlastní) kazuistika, z doby, kdy jsem navštěvovala hagioterapeutická sezení jako skupiny se účastnicí klientka-stážistka:

Čte se příběh o Gedeonovi (Soudců, 6,11-32), velmi mě rozčílila část popisující zboření Baalova kultovního totemu Gedeonem. Zbořil jej uprostřed osady svých příbuzných a sousedů.

25 Té noci mu Hospodin poručil: „Vezmi býčka, který patří tvému otci, toho druhého býka, sedmiletého. Zboříš Baalův oltář, který patří tvému otci, a skáciš posvátný kůl, který je u něho.

26 Pak zbuduješ podle řádu na vrcholu tohoto kopce oltář Hospodinu, svému Bohu, vezmeš toho druhého býka a budeš jej obětovat jako zápalnou oběť na dříví z posvátného kůlu, který jsi skácel.“

27 Gedeón přibral deset mužů ze svých služebníků a vykonal, k čemu jej vyzval Hospodin. Protože se však bál domu svého otce a mužů města, nevykonal to ve dne, nýbrž v noci.

28 Za časného jitra mužové města vstali , a hle, Baalův oltář byl rozbořen, posvátný kůl, který byl u něho, byl skácen a druhý býk byl obětován na zbudovaném oltáři.

29 Vypyťovali se jeden druhého: „Kdo tohle udělal?“ Pátrali a hledali, až zjistili, že to udělal Gedeón, syn Jóašův.

Když dostávám slovo, svěřuji se, jak moc mě Gedeon rozčiluje. Než stačím vysvětlit svoje pocity, přítomná koterapeutka s psychoanalytickým výcvikem, říká: „To je ten tvůj neujasněný vztah k chlapům“. Tváří se, jako by vyplývalo z mého prožívání právě tohoto příběhu, že chci všechny chlapy na světě „kastrovat“. Z minulých setkání ví, že po nějakých mých zkušenostech, k mužům velkou důvěrou zrovna v této době neoplývám. Zarážím se: může to být pravda, je to ono? Ale vzmáhá se ve mně

odpor k takovému tvrzení... vždyť od počátku vím, že se to týká mé nedávné náboženské konverze a mého váhání, do jaké míry může kdokoli provádět evangelizaci, do jaké míry, když budu hovořit o své víře, smím nebo nesmím vstupovat do prostoru jiných, a hlavně jak poznám, kdy už nastává hranice nepřípustnosti. Uvědomuji si, že kdyby Gedeon vypustil posvátný bazén, byla bych rozčílená stejně. Přítomná psychoanalytička by nejspíše řekla, že se moje pocity vztahují k mé matce, s níž mám také skutečně nějaký neuzavřený problém, což ona ví z předchozích sezení. Dostávám vztek ještě větší, vymezuji se a svůj postoj vysvětluji.

Tento zážitek znamenal pro mne zcela jasné položení příkazu terapeutovi hagioterapeutických skupin: nikterak přímo, dle vlastního předporozumění příběhu, neinterpretovat to, co klient říká, tedy neinterpretovat jeho výklad podle předem daných představ. V hagioterapeutických skupinách je na místě respektovat to, co ten který imaginující o věci říká, čím byl v imaginaci nebo v interakci s ostatními členy skupiny zaujat. Interpretace je možné předkládat pouze výjimečně a zcela jasně definované jako nabídky (podle konkrétních možností klienta), které může klient odmítnout. Interpretace nemohou vycházet z teorie archetypů ani ze symbolických významů přijímaných některými psychoterapeutickými směry. Je nutné mít na zřeteli, že imaginovaný děj příběhu je nařízeným vjemem, tudíž nevzniká spontánně v mysli klienta. Měla jsem v době svého zážitku již větší zkušenost s hagioterapeutickými skupinami, byla jsem v sebezkušenostním výcviku, tedy jsem dokázala spíše než léčený a často věci příliš neznalý klient zhodnotit, kde je moje prožívání. Zvláště v oné situaci, kdy koterapeutčin výklad mohl být teoreticky relevantní. Mé prožívání to ale v té chvíli nebylo.

Hagioterapie pracuje tedy s předpokladem relevantnosti individuálního náhledu na prezentovaný příběh, ten je středobodem toho, co ji zajímá, právě proto, že nemá předem definovány žádné konkrétní významy a okolnosti, o nichž by měl svědčit způsob prožití imaginace, tedy nesměřuje k interpretaci vlastní imaginace předem daným způsobem, respektuje v tomto klientovo sdělení i míru otevření jeho individuálního imaginálního prožívání. Reflexe imaginovaného se udržují v rovině a jazyce bezprostřední životní zkušenosti, npracuje se s předem danými výkladovými vzorci. Terapeut klientovi nepředkládá žádná řešení, ale v průběhu reflexe mu pomáhá rozvíjet popisované různými technikami, hovorem o pocitech hrdinů příběhu, fantaziemi o motivacích, vyústěních, atd, provokuje k práci s imaginovaným.

Konfrontace prožívání příběhů: Individuální reflexe imaginace se aktivně rozvíjí i během vzájemné konfrontace imaginovaného všemi klienty. Smyslem takové konfrontace není hledání a nalézání Pravdy o životě, ani klasické rozvíjení skupinové dynamiky, nýbrž právě objevení a definování onoho jedinečného, autentického v prožití imaginace každým zúčastněným. V sebezkušenostních kurzech či seminářích je tato provokace ke konfrontaci více volná, tedy není zaměřená k určitému cíli, ve skupinách závislých pacientů se jedná o provokaci akcentovanou a řízenou k reflexi oněch dysfunkčních vzorců chování či prožívání vedoucích k závislostnímu chování.

Sdílení imaginace stejného příběhu v rámci skupiny dává možnost paralelního srovnávání vlastního autentického prožitku čteného příběhu s autentickým prožíváním ostatních členů skupiny. Respekt k individualitě a spolehnutí se na individualitu toho kterého člověka a jeho vlastní zkušenosti přináší veliké možnosti pozitivní konfrontace individualit. Je při tom zároveň i podmínkou směřování k respektu k jinakosti druhých přítomných účastníků sezení, při současném respektu k jinakosti vlastní. Konfrontace jednotlivců s růzností prožívání téhož vjemu, dává ohromné možnosti pro lepší pochopení druhých, a zároveň i vlastních rozdílností od toho, co je „běžné“, dává i prostor pro přijetí sama sebe. Pro klienty je velmi překvapivé, jak rozdílně od jejich prožitku je také příběh možné chápat. V této souvislosti mě napadá další ilustrační kazuistika z vlastního prožitku:

Čte se příběh o králi Davidovi a Batšebě, ženě Urijášově, s níž David zcela nelegitimně počal dítě, zatímco Urijáš byl v boji. Poté se David snaží svést těhotenství na Urijáše, což se mu nepodaří, proto ho nechává v boji zabít a bere si Batšebu za manželku (2. Samuelova, 11,1-27). Většina odsuzuje Davidovu zbabělost, já ale Davida obdivuji za to, že Batšebu chránil (v tehdejší společnosti jí hrozilo ukamenování), David mi imponuje, že s Batšebou problém, který si společně zavařili, také společně řeší... A Urijáš je z mého pohledu sketa, který za svou ženou nepřichází, i když může... Když toto říkám, vedle mne sedící mladý muž velmi vzrušeně namítá, že ale Urijáš nemůže za ženou, protože by zradil přátele spolubojovníky a porušil by řád...

10*Když oznámili Davidovi, že Urijáš do svého domu nezašel, otázal se David Urijáše: „Což jsi nepřišel z cesty? Proč jsi tedy nezašel do svého domu?“*

11Urijáš Davidovi odvětil: „Schrána, Izrael i Juda sídlí v stáncích, můj pán Jóab i služebníci mého pána táboří v poli. A já bych měl vstoupit do svého domu, jíst a pít a spát se svou ženou? Jakože jsi živ, jakože živa je tvá duše, něčeho takového se nedopustím!“

... já říkám, že ale takhle zrazuje ženu a řád, který přísluší tomu, že je ženat... Mladý muž se sotva ovládá, ale nakonec mě jen díky přítomnosti ostatních a terapeuta fyzicky nenapadá. Při dalším rozboru se ukazuje, že muž je příslušníkem nacistoidně orientované skupiny a fanouškem známého fotbalového mužstva, přítelkyni by nevěru neodpustil, ale chce po ní, aby trpně přijímala jeho potřeby být s kamarády. Já mám za sebou zkušenost neuspokojivého vztahu, který vyústil ve snahu o poškození mé pověsti osobní a profesní a proto jsem velmi oceňovala přístup Davida k ženě, s níž měl intimní vztah. Oboje reakce na příběh byly tedy relevantní, ve tom smyslu že odrážely naše vlastní zkušenosti. Na konci skupiny, při reflexi, co komu tato skupina přinesla nového, mladý muž říká, že ho velmi zasáhlo poznání, že se na příběh, který je přeci „tak jasný“, může každý z nás dívat úplně rozdílně... Já mu odpouštím jeho agresi vůči sobě, protože mně dochází, jak hodně musel ten muž za onu chvíli přijít ve svém prožívání sám k sobě.

Reflexe imaginace dává prostor pro další terapeutickou práci v rámci hagioterapeutické skupiny, její podrobnější popis i další postup v rámci hagioterapeutických skupin již není předmětem tohoto rozvažování.

Závěrem

Imaginace biblického příběhu v hagioterapii je uzlovým vstupním bodem skupinového hagioterapeutického setkání, imaginace v hagioterapii představuje techniku, jejímž prostřednictvím dochází k propojení biblického příběhu s životními událostmi, postoji a přístupy klienta. Aby mohl biblický příběh posloužit jako zrcadlo klientova příběhu, je potřeba, aby se v něm klient dokázal uvidět, aby dokázal pochopit, že se dívá do zrcadla, nikoli z okna na někoho jiného či do volné krajiny. Imaginace podporuje emoční a smyslový vstup do prožívaného příběhu, podporuje tedy uzření vlastního „autentického“. Což je nezbytný základ k zaujímání postoje sama k sobě a výsledně k nalezení možností a cesty z nefunkčního, nemocného či jinak problematického životního modu či k objevení a překročení vlastního problematického fungování...

Jedná se o imaginaci projektivně zaměřenou k biblickému příběhu, (na)řízenou a volnou. Verena Kastová nazývá prostor imaginace prostorem svobody, jakkoli ale používá toto označení pro imaginaci v rámci analytické psychoterapie, i v hagioterapii jde v této chvíli o míru svobody, kterou si klient během prožívání imaginovaných obrazů dovolí a které je schopen. A míra této svobody nezávisí ani na způsobu imaginace, nemusí zcela záviset ani na její hloubce. Důležitá je hlavně autenticita prožívání a jeho reflexe, hloubka této reflexe a přítomná pravdivost jejího sdělování.

Úlohou imaginace v hagioterapii je zpřítomnění emocí týkajících se biblického příběhu a následné odkrytí autentických vrstev vlastní duše, tedy zpředmětnění obsahů slyšeného a imaginovaného do vlastní reality. Nevykládá se ovšem imaginovaný příběh, protože ten zůstává v mysli klienta tak, jak se vyjevoval a byl prohlížen během imaginace. Odkrývá se primárně emoční zaujetí klienta. Na základě toho pak může jednak dojít k uvolnění pocitů a afektů až po katarzi, ale i ke kognitivnímu pohledu na vlastní dysfunkční chování a následně pak až na možnosti jeho proměny.

Shrnutí, podtrženo: reflektované emoce vztažené k biblickému příběhu jsou v hagioterapii vstupními dveřmi k vlastnímu autentickému prožívání; klíčem k těmto dveřím je imaginace příběhu, v níž se klientovi odkrývá příběh vlastní...

Seznam základní použité literatury

<http://www.hagioterapie.cz/>

- Borecký, V. Imaginace, hra a komika. Praha: Triton, 2005
- Boss, M. Včera v noci se mi zdálo. 2. vyd. Praha: Triton, 2002
- Bruggemann, W. Bible a postmoderní představitelství. Praha: Vyšehrad, 2016
- Corbin, H. Mundus imaginalis aneb imaginární a imaginální. Praha: Malvern, 2007
- Freud, S. Vybrané spisy I. Praha: Avicenum, 1991
- Hartl, P., Hartlová, H. Psychologický slovník. Praha: Portál, 2004
- Ignác z Loyoly, Duchovní cvičení, Refugium Velehrad-Roma, 2002
- Jung, C. G. Výbor z díla II. Archetypy a nevědomí. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998
- Jung, C. G. Výbor z díla V. Snové symboly individuálního procesu. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1999
- Jung, C. G. Výbor z díla VII. Symbol a libido. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2004
- Kastová, V. Imaginace jako prostor setkání s nevědomím. Praha: Portál, 2007
- Kratochvíl, S. Základy psychoterapie. 5. vydání. Praha: Portál, 2006
- Leuner, H. Katatymně imaginativní psychoterapie. Praha: Portál, 2007
- Müller, A., Müller, L. Slovník analytické psychologie. Praha: Portál, 2006
- Phillips, J., Morley, J. (Eds.), Imaginace a její patologie. Praha: Triton, 2006
- Plháková, A. Dějiny psychologie. Praha: Grada, 2006
- Remeš, P., Halamová, A. Nahá žena na střeše, Praha: Pompei, 2013.
- Růžička J., Čálek, O. Výklad snů dasainsanalytickou metodou, Praha: Triton, 2016
- Seifert, A. L., Seifert, T., Schmidt, P. Aktivní imaginace. Praha: Portál, 2004

Poděkování

Za konzultace předložené práce děkuji MUDr. Prokopu Remešovi, za konzultace k tématu "Imaginace" děkuji Mgr. Jakubovi Zlámanému, Ph.D.

Souhlas s uveřejněním rozhovoru

Souhlasím s uveřejněnou podobou e-majlového rozhovoru na téma „imaginace v hagioterapii“ v absolventské práci Pražské psychoterapeutické fakulty autorky Pavly Státníkové „Úloha imaginace při čtení biblických příběhů v hagioterapii“.

V Praze 12. května 2017

MUDr. Prokop Remeš