

# Rozpoznat neviditelné

*Lze popsat nevyjádřený náboženský rozměr např. psychotherapeutického směru?*

*Otázka, jak odborně popsat a zařadit náboženské projevy, které se vyskytují mimo rámeček vymezený pojmem "náboženství", je stále otevřená a pravděpodobně nebude nikdy zcela uspokojivě zodpovězena. Co si počít např. s rogersovským směrem psychoterapie, v němž je možné vycítit určitý náboženský rozměr? [1] Nazvat tento směr "náboženstvím", a to i "neviditelným" nedává příliš smysl. Máme tedy nějaký nástroj, který by nám umožnil vyhnout se takovému zařazení a zároveň onen náboženský rozměr rozpoznat a popsat? - V následujícím článku je tento nástroj hledán a jeho předběžná podoba je právě na případě zmíněného psychotherapeutického směru vyzkoušena.*

Od začátku poslední třetiny minulého století na Západě vzrůstá potřeba odborně se vyrovnat s jevy, které se vymykají tradičnímu chápání náboženství a náboženských společenství. [2] Jako "neviditelná náboženství" jsou "odhalovány" systémy, opírající se o národní, politické, občanské, vědecké, či dokonce ateistické ideje. [3] Přiznaně či nepřiznaně jsou porovnávány s křesťanskou tradicí a jejími institucemi - církvemi. Popis duchovního života se ale dále komplikuje v 80. letech v souvislosti s rozmachem hnutí Nového věku. Na něm se už přesvědčivě ukazuje, že určité způsoby duchovního života není možné popsat kategoriemi obvyklými v křesťanské tradici. Uplatňuje se pojem "spiritualita" [4] a ačkoli kořeny tohoto pojmu jsou teologické, [5] je kladen do protikladu k církevní "religiozitě".

## Spiritualita

Rozšíření pojmu "spiritualita" tedy souvisí na jedné straně se zvýšeným zájmem o náboženství na Západě ve druhé polovině 20. století, především o náboženství mimocírkevní a alternativní, a na druhé straně s krizí náboženských institucí a s krizí toho typu zbožnosti, který je s nimi spojen (s tzv. religiozitou). "Spiritualita" se stala označením pro individuální, nezávazný a na instituci nezávislý náboženský zájem, pro nějž je charakteristická hodnota vnitřního zážitku a praktického, denního používání, jež by umocňovalo a rozšiřovalo možnosti a schopnosti člověka. Pojem "spiritualita" se tímto způsobem postupně odpoutal od svého křesťanského základu a začal naopak vyjadřovat spíše inspiraci v mimokřesťanských duchovních tradicích.

Spiritualita se tak do značné míry stala protikladem k religiozitě a nástrojem pro odmítnutí organizovaného náboženského života. Pojem "religiozita" získal spíše negativní konotace. Často asociuje dogma, strnulost, omezování, nepraktičnost a zastaralost, zatímco spiritualita bývá spojována se zážitkem, individuální tvořivostí, svobodným rozvojem a využitelností v současném světě. Být spirituální se může stát atraktivní součástí sebepojetí, a to bez přináležení k jakékoli instituci, bez zátěže jejích nároků, a dokonce pouze s minimálními znalostmi z oblasti náboženství.

V odborném rozhovoru je potřebné ponechat tyto emocionální asociace obou pojmů stranou. [6] Jako neutrální, nehodnotící výraz může pak být pojem "spiritualita" užitečný. Lze mu rozumět psychologicky jako důležité, ba dokonce integrující [7] **složce osobnosti, která se vytváří vnímáním posvátnosti, rozvíjí se ve vztahu k posvátnému a různými způsoby tento vztah projevuje.** Způsoby vnímání posvátnosti a podoby vztahu k posvátnému (tedy lidské odpovědi na cokoli, co člověk pociťuje jako posvátné) je možné pracovní utřídít do sedmi kategorií. [8] Tyto kategorie tvoří roviny nebo podoby spirituality.

## Model spirituality

(1) Jako první rovinu spirituality můžeme jmenovat **předpoklady**, s nimiž člověk přistupuje ke světu. Jsou to naukové a filosofické koncepce, které člověku vysvětlují svět, poskytují orientaci v něm a dávají jeho životu uprostřed tohoto světa smysl. Mezi těmito doktrinárními schématy mají důležité místo zvláště koncepce božských osobností (theologie), koncepce člověka (antropologie), koncepce toho, jak člověk může překročit svá omezení (koncepce spásy, soteriologie), nebo koncepce světa a jeho začátku, směřování a někdy i konce (kosmologie).

(2) Praktickým odrazem těchto koncepcí do života jednotlivce i jeho společenství jsou **obřady** (např. oběti, obřady uzdravování, věštby atd), které tvoří druhou rovinu spirituality. K tomuto způsobu ovšem počítáme i osobní spirituální praxi, tedy např. meditaci, modlitbu, jógické ásany, poutě apod. Tyto "osobní obřady" mají také rituální charakter (např. při modlitbě je zaujímana určitá pozice, má aspoň do určité míry ustálenou jazykovou formu, meditaci doprovázejí rituální gesta apod.). Rituální rovinu spirituality pomáhají rozvíjet posvátné okolnosti, tedy

chrámy (posvátná místa), svátky (posvátné časy), posvátná roucha, kadidla, zvony a jiné posvátné předměty apod.

(3) Třetí rovinu spirituality bychom mohli nalézt v posvátných **normách a hodnotách**, které jsou chápány jako dané "odjinud" (příkázány Bohem, vetkané do všezahrnujícího Řádu apod.). Ve spirituálním vnímání tedy nepocházejí z pouhé lidské konvence, a tím více zavazují lidské svědomí. (4) Inspirací obřadů a zdrojem naukových koncepcí i etických pravidel bývají posvátná **vyprávění**. Mýty, příběhy jedinečných osobností, legendy o svatých, zázračné a hrdinské příběhy, mudrosloví apod. tak tvoří čtvrtou rovinu spirituality.

(5) Podstatnou součástí spirituality a jednou z jejích rovin jsou **zážitky**. Mohou být spontánní či záměrně získané prostřednictvím společných obřadů či osobní spirituální praxe i jakkoli jinak. Zážitky (a jejich interpretace v souladu s naukovými a etickými koncepcemi a s rituální praxí) je pátou podobou spirituality.

(6) Vše dosud jmenované má vztah ke **společenství**: nauky, příběhy a etické normy jsou duchovním společenstvím uchovávané a rozvíjeny, obřady jsou v něm prováděny, společenství umožňuje i jedinečné a intenzivní duchovní zážitky. Vnímání posvátnosti společenství, které překračuje (transcenduje) běžnou osobní zkušenost, je další, už šestou rovinou spirituality. (7) Poslední podobou spirituality je umělecká či materiální **tvorivost**: vztah k Posvátnu je možné vyjádřit i tvorbou uměleckých či materiálních hodnot např. ve formě hudby, obrazů, různých předmětů, které se mohou stát osobně posvátnými nebo posvátnými pro celé společenství, a sehrát tak roli v rovině obřadů. Tvorba samozřejmě nemusí být individuální; vnímání může být naopak silnější v případě podílu na společné tvorbě.

### Poznámky k modelu spirituality

Rozdělení spirituality do těchto sedmi rovin (ať je jakkoli nedokonalé a předběžné) může pomoci v několika směrech. Umožňuje např. nahlédnout, že u jednotlivých lidí mohou být různé roviny spirituality dominantní a jiné mohou být rozvinuty naopak velmi slabě. Kromě užítku pro psychologii náboženství ale může být model spirituality užitečný i religionistice, a to právě v oblasti tzv. neviditelného náboženství. Dovoluje totiž ponechat kategorii "náboženství" stranou, obrátit perspektivu a soustředit se na to, co člověk vnímá jako náboženské a k čemu se nábožensky vztahuje. A postihnout, že toto vnímání a vztahování se zdaleka netýká jen toho, co by se bez váhání mohlo zařadit do oné kategorie "náboženství".

Tento model tak pomáhá vymanit se ze stereotypu, který vidí pouze věřící (a mezi nimi křesťany, muslimy, buddhisty apod.) a nevěřící. Obvykle totiž předpokládáme, že - vyjádřeno pomocí výše uvedeného modelu - spiritualita člověka je v celé šíři sedmi rovin sycena z jedné duchovní tradice, anebo není sycena vůbec. Ovšem lidí, jejichž spiritualita je takto jednoznačná, v současném (přínejmenším západním) světě - zdá se - ubývá. Stále více je patrné, že se jednotlivý člověk může nechat na různých rovinách své spirituality inspirovat z různých zdrojů. Jeho spiritualitu je pak těžké zařadit do jedné duchovní tradice. [9]

Do jednotlivých rovin spirituality mohou vstupovat prvky, které nebývají vnímány jako výslovně náboženské a pocházejí z oblasti politiky, vědy, umění, sportu, psychoterapie apod. Zdrojem pro spiritualitu se může stát v podstatě cokoli - záleží na tom, jak to člověk vnímá (zda jako posvátné) a jaký k tomu má vztah (zda jako k posvátnému). Takové obohacení spirituality je možno s pomocí výše navrženého modelu rozpoznat a popsat, aniž by bylo nutné tyto zdroje násilně řadit do kategorie "náboženství".

To, co nasycuje (nebo spolunasycuje) jednotlivé roviny spirituality, nemusí pocházet ze společenského života, ale mohou to být zcela osobní životní zážitky. Mohou vyplynout např. ze setkání s přírodními úkazy nebo s uměním, z mezilidských vztahů nebo z mezních a přelomových událostí. Do osobní spirituality, žité bez návaznosti na určitou duchovní tradici, mohou ovšem nenápadně vstupovat také různé fragmenty duchovních tradic, např. normy založené na židovských a křesťanských posvátných písmech, jógová cvičení nebo meditační techniky, pocházející z indických duchovních tradic, esoterický předpoklad existence všepromikající a léčivé kosmické energie, předpoklad existence čaker jako energetických center v lidském těle a mnoho dalšího.

Výše naznačený model spirituality nám ve druhé části článku poslouží jako nástroj pro rozpoznání nesnadno zachytitelného duchovního rozměru jednoho z nejdůležitějších psychoterapeutických směrů. [10] Je třeba připomenout, že se stejným úspěchem (nebo neúspěchem) by tento nástroj mohl být uplatněn i v případě jiných směrů psychoterapie i v dalších oblastech.

### Rovina předpokladů rogersovské psychoterapie

Terapeutický směr Carla R. Rogerse (1902-1987) může patrně nejvíce zasáhnout první rovinu spirituality, rovinu předpokladů. Jeho ústředním předpokladem je existence růstové a aktualizací tendence. Rogers ji v jedné z tezí

zformuloval takto: "*Organizmus má bazálnu tendenciu a snahu - aktualizovať, udržiavať a rozvíjať tento prežívajúci organizmus*". [11] Tato "vpred sa pohybujúca tendencia ľudského organizmu" [12] je základem optimistického pohľadu na človeka, podľa nehož "najvnútornejšia podstata ľudskej povahy, najhlbšie vrstvy osobnosti človeka, báza jeho 'živočíšnej prirodzenosti' je vo svojej povahe pozitívna - je v zásade socializovaná, racionálna, realistická a smeruje dopredu". [13]

Tento centrálny predpoklad Rogersovej antropológie nabíza odpoveď na otázky smyslu a cieľu jeho života. Rogers explicitne formuluje cieľ života (napr. v kapitole príznačne nazvanej "Co znamená byť človekom") ako "stát sa sám sebou". Píše: "...cieľ, ktorý si človek praje dosiahnuť najviac, ktorý vedome i nevedome sleduje, je stať sa samým sebou". [14] K tomuto cieľu smeruje terapie, čo je "proces, v ktorom sa človek stáva svojím organizmom - bez sebahodnotenia, bez skresľovania". [15]

Pokiaľ cieľ "stát sa sebou samým" človek sleduje vedomo i nevedomo, pak aktualizácia tendencie Rogers predpokladá u všetkých ľudí. Rozpor medzi obecnou platnou aktualizácia tendencie a jej konkrétnym naplnením sa pak logicky stáva príčinou "nežiadúceho osobnostného vývoja a niektorých porúch zdravia". [16] Stav "býť sám sebou" tak má úzdravný potenciál. Díky predpokladu obecnosti aktualizácia tendencie je možné tento predpoklad vzťahovať na celé ľudstvo: "...ve vhodnej psychologickú atmosfére je ľudstvo dôveryhodné, tvorivé, samo sebe motivujúce, schopné a činorodé - disponuje možnosťami, o ktorých sa nám dříve ani nesnilo". [17] Antropológia rogersovskej psychoterapie týmto spôsobom vedie k zájmu o ľudstvo, k vizii budúcnosti i prorokým apelom. Rogers popisuje problémy súčasnej západnej civilizácie, ale vždy vyjadruje nádej, že "tomuto 'temnému veku'" [18] je možné čeliť a spôsobiť promenu. V jeho vízi spoločenskej promeny je prítomný i popis "ľudí zítka" [19] a samozrejme i nepriateľa, ktorý tejto zmene bude klásť odpor. [20] Vrchol až téměř kosmicky pojatého zápasu nás ešte čaká, ale jeho prítomnosť a konečný výsledok Rogers zvestuje s prorokým patosom: "Vichřice vědecké, sociální a kulturní změny mocně duje. Zavane nás do tohoto nového světa, světa zítka, který jsem se pokoušel načrtnout. Středobodem tohoto světa se stanou lidé, lidé zítka...". [21]

Spásnou vízi Carl Rogers rozvíja v kosmologickém konceptu: "Predpokladám, že je ve vesmíru přítomna formativní směrová tendence, kterou můžeme vystopovat a pozorovat ve hvězdném prostoru, v krystalech, v mikroorganismech, v komplexnějším organickém životě a v lidských bytostech. (...) Dotýkáme se tendence, která prostupuje veškerým organickým životem - tendence organismu dosáhnout sebenaplnění, jež mu bylo potenciálně dáno. A ještě s větší jistotou věřím tomu, že harmonicky ladíme s mocnou tvořivou tendencí, která zplodila vesmír, od nejdrobnější sněhové vločky až po ty nejobrovitější galaxie (...). Zřejmě se také ocitáme na samém prahu naší schopnosti transcendence, vytvoření nových a duchovnějších cest lidské evoluce." [22]

### Oslovení na dalších rovinách

Druhou rovinu spirituality, ktorou rogersovská terapie môže sytiť, jsou zkušenosti a zážitky (5. rovina výše uvedeného modelu). Z rozhovorů s klienty, které Rogers vypisuje, se zdá, že v psychotherapeutickém sezení někdy mají zážitek, podobný konverzi v protestanském prostředí. Jedním z příkladů může být klientka, která říká: "Ked som zostúpila do seba, objavila som niečo vzrušujúce - svoje jadro úplne bez nenávisťi." [23] O tejto zkušenosti ostatně Rogers připouští, že může působit jako "mystická". [24] Transformativní povahu ale mají především zážitky v encounterové skupině. Vypovídají o ní napr. "svědectví", které o svém životě "dříve" (tedy před setkáním s rogersovskou psychoterapií) a "nyní" vydávají někteří účastníci výcvikových skupin. [25]

Hluboký spirituální zážitek ale může mít i terapeut. Rogers při práci s klienty prožil "směrování k transcendentnímu prožitku jednoty" i ztracení lidského já "v prostoru vyšších hodnot" a zakusil "jednotu s vesmírem". [26] Zážitky tohoto charakteru interpretuje slovy: "Jsem-li jako skupinový facilitátor či terapeut v nejlepší formě, setkávám se s novou charakteristikou. (...) dokážu-li se uvolnit a být co nejbližší transcendentnímu jádru svého self, jedním s druhým zřejmě jakýmsi zvláštním a impulzivním způsobem, který nedokážu rozumně odůvodnit a jenž nemá s mými myšlenkovými procesy naprosto nic společného. Tento zvláštní způsob chování se však nakonec ukazuje jako *správný*. Je to podivné, ale zdá se, jako by má vnitřní duše dospěla až k vnitřní duši toho druhého a dotkla se jí. Sám náš vztah transcenduje a stane se součástí čehosi většího, jehož součástí je intenzivní růst, léčba a energie." [27]

Spiritualita může být v psychotherapeutickém směru Carla Rogerse nasyčena i na rovině společenství (6. rovina modelu). V souvislosti s komunitou Rogers spiritualitu výslovně zmiňuje v kapitole "Transcendentní stránka" knihy *Způsob bytí*: "Dalším důležitým aspektem procesu vytváření komunity, jak ho vidím já, je jeho transcendence, spiritualita. (...) Stejně jako v předchozích případech i zde jedna z účastnic velice výmluvně vyjadruje mé myšlenky. Krátce po skončení semináře píše: *Byl to pro mne úžasný duchovní zážitek. V komunitě jsem pociťovala duchovní jednotu. Dýchali jsme jeden za druhého, cítili jsme společně, a dokonce jsme hovořili jeden druhému z duše. Cítila*

jsem moc 'životní síly', která nás naplňovala - ať už je to cokoli. Její přítomnost jsem prožívala bez obvyklých bariér uzavřeného 'já', popřípadě 'ty' - připomínalo to zážitek meditace, při níž jsem se cítila být středem vědomí, které však bylo spíše součástí širšího, univerzálního vědomí. Avšak přes tento pocit jednoty nebyla svébytnost každého přítomného člověka nikdy zřejmější." [28] Tento klientčin zážitek Rogers považuje za "transcendentní jev", shodný s jeho vlastním zážitkem, zmíněným v předchozím odstavci, zážitkem jednoty s vesmírem ve stavu změněného vědomí. [29] Skupina, která je schopna poskytnout takový duchovní zážitek terapeutovi i jeho klientům, se sama stává "transcendentním jevem": taková skupina se může jevit "ako organizmus, ktorý má svoje vlastné mechanizmy riadenia, aj keď ich často racionálne definovať nevieme". [30]

Rogersovská spirituálně zakotvená etika (3. rovina modelu spirituality) může člověka oslovit na další rovině jeho spirituality. Jejím základem jsou výše zmíněné antropologické předpoklady. Aktualizační tendence probouzí v člověku svobodnou vůli, takže se v něm rozšiřuje prostor pro vědomí odpovědnosti a spoluodpovědnosti. K přijetí odpovědnosti za sebe sama patří i naplňování pozitivních možností, které se týká druhých lidí i člověka samého (tedy odpovědnost za aktualizaci i sebeaktualizaci), což vede k altruistickému chování. Když je člověk "svojím kompletným organizmom", pak "je jeho správanie konštruktívne". [31] Rogersovy tři "nutné a dostačující podmínky terapie", [32] tedy empatický přístup ke klientovi, bezpodmínečná akceptace klienta a kongruence (opravdovost) terapeuta, mohou patrně snadno "prosakovat" z terapeutického procesu do osobní sféry terapeutových hodnot a norem a ovlivňovat jeho spiritualitu.

Oslovení na ostatních rovinách spirituality nemusí být tak výrazné či může mít mělčí otisk než u jiných psychoterapeutických směrů. Např. na mytologické a narativní rovině může sice být terapeutova (nebo dokonce i klientova) spiritualita sycena Rogersovými barvitými koncepcemi úpadku tohoto - jak píše - "temného věku" a jeho vizemi "nového člověka" nebo nadějnými příběhy úspěchu jednotlivých klientů, přesto ale rogersovský směr inspiruje spiritualitu na této čtvrté rovině celkově jistě méně než např. narativní psychoterapie.

Na závěr tohoto výčtu je třeba ještě připomenout, že podněty přicházející z rogersovské psychoterapie do spirituality terapeutů i klientů mohou, ale samozřejmě nemusejí proniknout. Pokud proniknou, neznamená to pochopitelně žádnou "konverzi" k nějakému rogersovskému "náboženství". Tyto podněty nemusejí být přijaty jako hotové, ale mohou být přizpůsobeny stávající spiritualitě a "vetkány" do její struktury. Mohou tak posílit např. humanisticky orientovanou jednotlivcovu spiritualitu nebo ovlivnit spiritualitu křesťana, aniž by se musely stát "konkurencí" zdrojům pocházejícím z křesťanské tradice.

## Závěr

Religionistika posledních desetiletí hledá možnosti, jak uchopit náboženský rozměr u jevů, stojících mimo rámec pojmu "náboženství". Současný duchovní život na Západě je natolik privatizovaný a individualizovaný, že pojmy a kategorie, jakými jsou "náboženství", "církev", "hnutí", "náboženské vyznání", "věřící" či "nevěřící" se pro jeho popis zdají být příliš hrubé. Pomoci by v této situaci snad mohl model spirituality, připravený z hlediska psychologie a fenomenologie náboženství. Jeho prostřednictvím by jemné náboženské prvky mimo tradičně chápané náboženství (jako např. v rogersovské psychoterapii) mohly být rozpoznány a adekvátním způsobem popsány.

## Poznámky:

[1] Paralely mezi psychoterapeutickým a náboženským působením zpracovalo několik autorů; u nás stručně: ŘÍČAN, Pavel, *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál 2007, str. 303-305.

[2] Za počátek se obvykle považuje stať LUCKMANN, Thomas, *Das Problem der Religion in der modernen Gesellschaft*, Freiburg: Rombach 1963.

[3] Takové systémy bývají nazývány implicitními náboženstvími: NEŠPOR, Zdeněk, LUŽNÝ, Dušan, *Sociologie náboženství*. Praha: Portál 2007, str. 115-140.

[4] Diskuse o pojmu spiritualita je značně široká; shrnuje ji ŘÍČAN, Pavel, *Psychologie náboženství...* str. 42-65, v menší míře STRÍŽENEC, Michal, *Súčasná psychológia náboženstva*. Bratislava: Iris 2001, str. 41-46, ve slovníkovém hesle ŘÍČAN, Pavel, *Spiritualita v psychologii*, in: BAŠTECKÁ, Bohumila (ed.), *Psychologická encyklopedie. Aplikovaná psychologie*. Praha: Portál 2009, str. 379-381. Z autorů, kteří nejsou v těchto shrnutích jmenováni, uvádíme alespoň GOLLNICK, James, *Religion and Spirituality in the Life Cycle*. New York: Peter Lang Publishing 2005. Současnou oblibu pojmu "spiritualita" dokládá rozsáhlý sborník BABYRÁDOVÁ, Hana, HAVLÍČEK, Jiří (eds.), *Spiritualita. Fenomén spirituality z pohledu filozofie, religionistiky, teologie, literatury, teorie a dějin umění, pedagogiky, sociologie, antropologie, psychologie a výtvarných umělců*. Brno: Masarykova univerzita 2006. Religionistický pohled reprezentuje v tomto sborníku ŠTAMPACH, Ivan O., *Nahradila spiritualita náboženství?*, str. 99-105.

- [5] KOHUT, Vojtěch, Spiritualita, in: DE FIORES, Stefano, GOFFI, Tullio (eds.), *Slovník spirituality*, Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství 1999, str. 904-912.
- [6] NEŠPOR, Zdeněk, Religiozita a spiritualita, in: NEŠPOR, Zdeněk, VÁCLAVÍK, David a kol., *Příručka sociologie náboženství*. Praha: Sociologické nakladatelství 2008; ŘÍČAN, Pavel, *Psychologie náboženství...* str. 302.
- [7] Tamtéž, str. 59-61.
- [8] Inspirací k tomuto rozdělení je sedm způsobů, jimiž se člověk vztahuje k posvátnému, jak je formuloval SMART, Ninian, *Dimensions of the Sacred. An Anatomy of the World's Beliefs*. Berkeley, Los Angeles: University of California Press 1996; česky o nich stručně referuje BOWIE, Fiona, *Antropologie náboženství*. Praha: Portál 2008, 34-35.
- [9] Pro komplexní spiritualitu (tedy takovou, která je ve všech svých rovinách sycena z jedné duchovní tradice) může být užitečné ponechat pojem "religiozita". V našem pojetí je tedy religiozita podmnožinou spirituality: spiritualita zahrnuje i to vnímání posvátného a ty projevy vztahu k posvátnému, které není možné na všech rovinách přiřadit ke stejné náboženské tradici. Religiozita je pak jedním typem spirituality, typem nejvýraznějším, snadno popsatelem a obvykle zkoumaným.
- [10] Podrobněji: VOJTÍŠEK, Zdeněk, *Spiritualita v díle Carla R. Rogerse*, závěrečná práce výcvikového programu Poradenství a psychoterapie zaměřené na klienta, Brno: 2009.
- [11] ROGERS, Carl R., *Klientom centovaná terapia*. Modra: Persona 2000, str. 426.
- [12] Tamtéž, str. 427.
- [13] ROGERS, Carl R., *On Becoming A Person. A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston, New York: Houghton Mifflin Company, str. 91. Citováno z překladu do slovenštiny: *Ako byť sám sebou*. Bratislava: Iris 1995.
- [14] Tamtéž, str. 108.
- [15] Tamtéž, str. 103.
- [16] VYMĚTAL, Jan, *Rogersovská psychoterapie*. Praha: Český spisovatel 1996, str. 39.
- [17] ROGERS, Carl R., *Způsob bytí*. Praha: Portál 1998, str. 172.
- [18] Tamtéž, str. 273.
- [19] Tamtéž, str. 287-288.
- [20] Tamtéž, str. 289-290.
- [21] Tamtéž.
- [22] Tamtéž, str. 119.
- [23] ROGERS, Carl R., *On Becoming A Person.....*str. 99.
- [24] Tamtéž, str. 100.
- [25] Na základě osobních zkušeností autora.
- [26] ROGERS, Carl R., *Způsob bytí...* str. 116.
- [27] Tamtéž.
- [28] Tamtéž, str. 169.
- [29] Tamtéž, str. 116-117.
- [30] ROGERS, Carl R., *Encounterové skupiny*. Modra: Institut rozvoja osobnosti 1997, str. 35.
- [31] ROGERS, Carl R., *On Becoming A Person.....*str. 105.
- [32] ROGERS, Carl R., *Způsob bytí...* str. 106-107 a na mnoha jiných místech.

**Zdeněk Vojtíšek**