**7. SPIRITUALITA POHYBU I**

**OBECNÁ CHARAKTERISTIKA**

5 min.

**Úvod**

Důvodem rozdělení tématu spiritualita pohybu do dvou celků není jeho rozsah. Ten v případě e-learningového materiálu nepředstavuje rozhodující kritérium. Důvodem je funkčnost obsahového rozčlenění na dvě (svým způsobem) samostatné části.

Dalším (v prvním plánu až druhotným) důvodem může být i zdůraznění závažnosti tohoto tématu a potřeba vyčlenit mu v našem systému námi prezentovaných názorů a koncepcí poněkud specifické a výsadní postavení. Tento bod, přesněji řečeno tuto motivaci, bychom zde chtěli krátce objasnit.

Podle názoru autora tohoto materiálu existuje skutečně hluboký a konkrétně se projevující rozpor mezi abstraktně založenou filosofií a prakticky fungující sférou sportu. Filosofie sportu se snaží tuto propast překlenout, ostatně mělo by to být jejím posláním. Také ze strany (mnoha) sportovců nepochybně existuje určitá ochota dobrat se alespoň v některých ohledech filosofujícího pohledu. Celý problém ovšem spočívá v tom, že obě strany se o toto setkání pokoušejí držíce se tvrdě svých pozic. V tom však tkví těžko překonatelný problém. Filosof se pokouší přesvědčit sportovce, že smysl má pouze hluboké a opravdové zkoumání. Filosofie je vším a je třeba se jí plně oddat.

25 min. (nepovinné)

**Doplňující fakultativní pasáž – pouze pro zájemce**

**MOTIVACE PROBLÉMOVÝM PŘÍKLADEM**

K tomu si dovolím jednu osobní vzpomínku (opět subjektivně užiji ich-formu), která může být určitou paralelou, pouze však pro toho, kdo ji bude chtít přijmout. Ve třetím ročníku studia na gymnáziu jsem se rozhodl pokračovat ve studiu na pedagogické fakultě a zvolil jsem obor tělesná výchova. Byl jsem snad trochu disponován atleticky a herně, nikoli však gymnasticky. Začal jsem se věnovat tréninku, zvládl požadavky pro přijímací zkoušky a chybělo mi již dotáhnout pouze vzepření vzklopmo na hrazdě, tedy onu pověstnou „vzklopku“. Požádal jsem svého spolužáka, výkonnostního sportovního gymnastu, aby mi s nácvikem pomohl. Pojal to opravdu seriózně a sdělil mi, že nejdřív se musím naučit správně chodit a získat správné gymnastické držení těla. Vydržel jsem tato cvičení provozovat půl roku. Vzklopku jsem se pak naučil sám a na poslední chvíli. Závodní gymnasta se ze mě nikdy nestal, ale gymnastiku jsem měl rád, i když nejvíce jsem se v ní zdokonalil, až když jsem ji v praxi začal sám učit. Beru jako vítězství vůle a šťastnou shodu náhod, že jsem na sportovní gymnastiku a potažmo na studium tělesné výchovy zcela nezanevřel. Kdyby to bylo jenom na onom spolužákovi, stal bych se zřejmě zapřisáhlým odpůrcem sportu vůbec.

Jde o skutečně velmi subjektivní pohled, ale považuji ho na tomto místě za velmi důležitý. Mám totiž za to, že mnozí filosofové přistupují k otázce filosofie sportu podobně jako onen můj spolužák. Pokud se chceš naučit vzklopku, je nutné přeškolit se na gymnastu. Chceš-li se věnovat filosofii, tak naplno a se vším všudy.

Další zkušenost ze střední školy, kde studovali oba moji synové, říká, že filosofie je na gymnáziu, či přinejmenším na této konkrétní škole, nejméně oblíbeným, ba dokonce nejnenáviděnějším předmětem. Přitom studenti čtvrtého ročníku gymnázia by měli mít ideální výchozí pozici pro budování lásky k moudrosti. Někdo by řekl, že problém je ve vyučujících. Já se domnívám, že někde v systému je zřejmě chyba.

Výkonová společnost totiž funguje na výkonových principech. Vyznává heslo „jsem chytřejší, jsem schopnější, jsem pracovitější, zasloužím si tedy větší uznání, větší příjem a vyšší postavení.“ Namísto laskavého podání ruky převládá ono „vytahování žebříku“, aby na pozici, kterou jsem svým (zajisté dlouhodobým a poctivým úsilím) pracně dobyl, nevystoupil někdo jiný.

Takto funguje systém vědy a výzkumu a filosofie je jeho součástí. Projevuje se zde však rozpor v tom, že takto se filosofie zpronevěřuje svému poslání a smyslu. Namísto lásky k moudrosti se stává pastí na nepoučené a honbou za informacemi.

**Silné stránky využití spirituality v oblasti kinantropologie**

Již několikrát jsem byl nařčen z obrazoborectví a povrchnosti, přesto jsem však ani za sedm let plavby ve vodách filosofie sportu svůj názor nezměnil.

Proto (již opakovaně) vznáším kacířský dotaz: Znamená snad skutečnost, že sportovec nechce dlouhodobě a koncepčně studovat ontologické aspekty bytí a jsoucna, to, že bychom měli zcela rezignovat na jeho motivaci k filosofickým úvahám?

Moje zkušenost říká, že na tuto otázku odpoví nahlas většina filosofů ne. Stejná zkušenost říká, že ve skutečnosti (projevené jejich přístupem a chováním) zní jejich odpověď ano.

Domnívám se, že pokud odpovíme ano, pak filosofie sportu bude nadále prosperovat, ovšem jako akademická disciplína, jejíž dopady na běžné sportující jedince nebudou patrné.

Proto vidím velkou šanci v jiném přístupu k uchopení problému. Spiritualita, zejména tak, jak ji zde budeme prezentovat, je především rozvíjením duchovního rozměru člověka. Je mnohem více intuitivně založena než filosofie. Není tolik vázána na studium myšlenek a názorů různých myslitelů. Neproniká nutně do takových hloubek a nemusí vždy nutně směřovat k samé podstatě věcí a lidského bytí. Směřuje k rozvoji mnoha drobných radostí, k budování všestranných zájmů a oddávání se pestrým činnostem. Je spojena s altruismem a s orientací na rozvoj ducha, což s sebou nese přinejmenším výrazné oslabení touhy po hmotných statcích.

V teoretické rovině je snad takovýto koncept snadno napadnutelný a zlikvidovatelný brilantními mysliteli či sofistikovanými vědci. Má však jeden užitečný praktický aspekt. Jeho ideálem je vyrovnaný, slušný, veselý člověk, který nemá potřebu za každou cenu porážet soupeře. Člověk, který má jistou fyzickou i duševní výkonnost a nemusí ji vždy a všude prezentovat.

Mnozí vědci hledí na spiritualitu eufemisticky řečeno velmi obezřetně. To je dáno tím, že spiritualitě jsou přisuzovány okultistické a esoterické atributy a také bývá spojována s různými rituály. Spirituální však nerovná se rituální (jde o pouhou zvukovou podobnost, původ slov je rozdílný) a spiritualita není spiritismem.

Spiritismus\_photo

*Spiritistická seance s „vyvoláváním duchů“ v klasickém ztvárnění. Těžko si představit něco vzdálenějšího představě spirituality, kterou prezentujeme v tomto materiálu.*

Možná to z určitého pohledu může být málo. Nietzsche, Freud, Husserl, Kant a plejáda dalších filosofů, ti by k tomuto přístupu měli zásadní výhrady. Pokud se však podíváme okolo sebe, vidíme, že spirituálně založených lidí okolo nás zase tolik není a že by společnosti prospělo, kdyby se jejich počet navýšil.

Je zde totiž naprosto klíčový moment. Pouze zlomek populace se může stát mysliteli a filosofy, kteří se zapíší do dějin. Téměř každý však může být lepším člověkem, vzdát se povrchního pohledu na svět, naučit se čelit manipulaci a uchovat si mravní integritu.

Sportovci mají často silně vyvinutý smysl pro dodržování pravidel a norem. Mnohdy intuitivně tíhnou k tomu, co považují za obecně správné, aniž by zkoumali teoretické diskursy (rozhodnutí horolezců v mezních situacích). Již svou volbou preference praktické činnosti (např. pravidelným tréninkem) odčerpávají svůj čas (aristotelský) a vydávají značnou fyzickou energii, což je limituje v teoretickém studiu. Nijak to však neumenšuje jejich možnosti přijímat svůj život bez nánosu všudypřítomných klišé a vymanit se ze světa každodenních obstarávek (o nichž hovoří Martin Heidegger), aniž by museli nutně díla filosofů (např. Heideggera) do detailu studovat.

Kdyby měla filosofie sportu vést alespoň k podobnému zamyšlení, nebylo by to tak málo. Z těchto důvodů je možná pro běžné sportovce přijatelnější a přínosnější intuitivní rozvoj spirituálních prvků, než teoretické studium filosofie.

45 min.

**Spiritualita a pohyb člověka – vymezení pojmu**

Téma spirituality a lidského pohybu je v českých podmínkách velmi mladé. Ve svých pracích se jím zabývali v druhé polovině první dekády třetího milénia Miloš Bednář a Ivo Jirásek. V roce 2012 pak vyšla publikace *Spiritualita pohybových aktivit* (Hurych et al, 2012), na níž se podílelo osm autorů včetně několika zahraničních. Kniha je rozdělena na teoretickou část, která se pokouší spiritualitu pohybu uchopit, definovat a poté se zaměřit na možnosti konkrétních aplikací. Dále kniha obsahuje výzkumnou část, která přináší popis a výsledky poměrně rozsáhlého výzkumu vnímání spirituality pohybu konkrétními sportovci, představiteli osmi různých sportovních či pohybových disciplín. Vybrané motivy teoretické části využijeme pro seznámení se s problematikou spirituality pohybu.

V mezinárodním kontextu se touto tematikou zabývají filosofové, psychologové a religionisté již více než 20 let. K těm problematikou nejvýznamnějším patří britští vědci Jim Parry, Simon Robinson a Mark Nesti, kteří jsou také spoluautory výše uvedené publikace.

Robinson\_photo

*Simona Robinsona si představujeme až nyní. Je profesorem etiky na univerzitě v Leedsu a současně je také anglikánským knězem. Přestože je vynikajícím maratonským běžcem, jeho profesní zaměření na etiku není přímo spojeno se sportovním prostředím.*

Nejprve se můžeme podívat základní vymezení pojmu spiritualita pohybu, tak jak jej přináší v úvodní kapitole knihy ivo Jirásek.

Zmiňuje nejprve označení „religio“, které v sobě zahrnuje náboženství v plurálu, představuje však i jakýsi nadřazený pojem nesoucí v sobě transcendenci (tedy přesah přes běžně zkoumané a pochopitelné jevy – v obecném slova smyslu). Opakem transcendence je imanence – to, co není přesahováno, to, co zůstává a trvá.

**Religio – člověk a posvátno**

* religio (jako všeobecný koncept)
  + to, co je posvátné a tajemné
  + hypotézy o vzniku a vývoji náboženství – evoluční (sleduje vývoj), degenerativní hypotéza (náboženství prezentované jako úpadek a rozklad), responsivní (hledá odpověď na otázku po poslední pravdě, smyslu a ceně našeho života)
* sekularizace společnosti – přináší jiné nové pohledy na spiritualitu

**Náboženství a spiritualita**

Začínají se objevovat nenáboženské koncepty spirituality. Religionista Ivan Štampach hovoří o tom, že spiritualita v českých poměrech má jistý potenciál nahradit náboženství.

* Pargament et al (1995) identifikuje 10 hlavních rozměrů spirituality:
  + religiózní prožitky
  + osobní výhody
  + doktrinální ortodoxie
  + návštěvy kostelů
  + osobní náboženské praktiky
  + evangelismus
  + finanční donace
  + náboženské znalosti
  + náboženský rozvoj
  + altruismus

Jak vidno, většina těchto aspektů je pevně spojena s institucionalizovaným náboženstvím (samozřejmě finanční donace, altruismus a osobní výhody mají i svůj nenáboženský rozměr).

**Pargament\_photo**

*Kenneth Pargament je profesorem psychologie B****owling Green State University, Ohio***

* Elkins et al (1988) hovoří o spirituální dezorientaci moderního člověka. V angličtině je často citován výrok: “I am not a religious, but I am spiritual“ či jeho norská verze “I am not a Christian, but I am religious“. Tím se dostáváme k nenáboženské spiritualitě a možnostem jejího uchopení.

Elkins\_photo

*Americký psycholog David N. Elkins se věnuje spiritualitě již více než čtvrt století.*

**Nenáboženské modely spirtiuality**

* Elkins et al (1988) prezentují katalog spirituální orientace, který obsahuje 9 základních komponent, jejichž povaha již není vázána na náboženství. Jedná se o tyto položky:
  + transcendentní dimenze
  + smysl a účel života
  + životní poslání
  + posvátnost života
  + materiální hodnoty (ve smyslu vyrovnání se s nimi)
  + altruismus
  + idealismus
  + vědomí tragičnosti
  + plody spirituality

Spirituální hodnoty jsou chápány nikoliv jako nadpřirozené, mají svůj přirozený smysl.

* Nenáboženské modely vycházejí z různých kořenů. Mimo jiné to mohou být:
  + existenciální přístup
  + fenomenologická realita
  + spirituální orientace
  + spiritualita jako součást modelu osobnosti (psychologizující pohled)
  + lidský duch jako centrum lidského bytí (Max Scheler)

Scheler\_photo

*Významný německý filosof Max Scheler patří k zakladatelům filosofické antropologie. Jeho nenáboženské chápání pojmu duch je velmi inspirativní.*

* Spirituální prožitky v oblasti mezilidských vztahů komentuje Říčan (2005) a zdůrazňuje zejména tyto:
  + okouzlení krásou či půvabem jiné lidské bytosti
  + respekt k druhému člověku, úcta k lidské bytosti
  + intimita, překročení hranice mezi já-ty, přijetí druhého
  + soucit (v konfrontaci s utrpením druhého)

**Srovnání tradičních a moderních modelů spirituality**

* Tabulka 1: Kontrasty mezi tradičními a moderními psychologickými přístupy k náboženství a spiritualitě (Zinnbauer et al., 1999, in Jirásek 2012, 15).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Tradiční** | **Moderní** |
| 1 | Náboženství jako široce pojatý konstrukt | Náboženství jako úzce definovaný konstrukt |
| 2 | Spiritualita neodlišena od náboženství; náboženství a spiritualita nejsou polarizovány | Spiritualita explicitně odlišena od náboženství; náboženství a spiritualita jsou polarizovány |
| 3 | Důraz na personální zbožnost | Externí, institucionální náboženství kontrastuje s personální, relační spiritualitou |
| 4 | Náboženství zahrnuje věcné a funkcionální elementy | Věcné náboženství kontrastuje s funkcionální spiritualitou |
| 5 | Náboženství je považováno za pozitivní i negativní | Náboženství je viděno jako negativní, spiritualita jako pozitivní |

40 min.

**Hledání definice spirituality**

Robinson a Parry (2012) se zamýšlejí nad tím, zda má vůbec smysl pokoušet se najít definici spirituality a uvádějí některé autory (např. Belthamy), kteří tuto snahu nepovažují za reálnou ani přínosnou. Přesto se do tohoto hledání autoři pouštějí.

V úvodu se musíme seznámit s výkladem slova „spirit“, nejčastěji předkládaným jako „duch“

**Duch**

* tento výraz má mnoho různých aspektů daných historickým vývojem
* původ slova „spirit“ odkazuje na různé výrazy – „spiritus“, ale také „pneuma“ či „ruah“. Může představovat také dech či vánek.
* autoři se pokoušejí o holistický přístup k pojmu spirit. Ten spočívá v celostním chápání člověka (nikoli dualistické tělo-duše, či triadistické tělo-duše-duch)
* duch je chápán transcendentně, tedy jako něco co přesahuje naše „self“ (naše „já“)

**Spiritualita a její definice**

Navrhovaná pracovní definice spirituality se sestává ze tří částí (Robinson & Parry, 2012, 20–24):

* Uvědomění si a ocenění druhého (včetně sebe sama, dalších osob, skupiny, okolního prostředí a v určitých případech také božství). To se projevuje v těchto sférách:
  + jedinec
  + mezilidské vztahy
  + širší skupina
  + okolní prostředí
  + božské aspekty
* Schopnost empatie, tedy schopnost vcítit se do pocitů druhých a na základě toho jednat (což obsahuje uvedení spirituality do praxe, ztělesnění spirituality a tím rozvíjení vztahu s ostatními). Jedná se o:
  + odpověď na volání okolí
  + důvěru v druhého
  + vcítění se do pocitů druhého
  + pochopení potřeb druhého
* Rozvoj podstatných prvků smyslu života založených na všech aspektech uvědomění si ostatních, jejich ocenění, vcítění se do nich a s nimi související jednání. Lze také říci, že jde o hledání smyslu života. To může být chápáno doktrinálně nebo existenciálně. Pokud se pokusíme o výklad nespoutaný doktrínami, jsou zde dvě možnosti uchopení*:*
  + v holistickém významu
    - kognitivní (poznávací)
    - somatický (tělesný)
    - emoční
    - interpersonální
  + v hodnotovém významu
    - víra
    - naděje
    - účel
    - usmíření
* Spiritualita se projevuje ve vztahu k dalším oblastem lidského bytí
  + náboženství
  + etika
  + psychologie
  + transcendence

**Shrnutí**

Uvedený model spirituality má některé specifické rysy, jejichž povaha může být zajímavá i pro využití v oblasti pohybu. Jedná se o to, že tento model je:

* zahrnující (obsahuje náboženskou i nenáboženskou spiritualitu)
* zaměřený na člověka (a nemůže být nikomu vnucován)
* zaměřený na druhého (je spojen s uznáním potřeby a výzvy druhého)
* dialogický (význam a smysl je rozvíjen prostřednictvím dialogu)
* holistický (neodděluje jednotlivé aspekty lidského bytí a chování)
* praktický (vychází z žité zkušenosti)
* spojený s přijetím rizika (nejistota obohacuje zkušenost, např. i ve sportu)
* dynamický (nejde o neměnný koncept, závisí na osobním rozvoji)
* realistický (nevychází ze světa fantazie, není okultní ani ezoterický)
* transdisciplinární (přesněji než interdisciplinární – proniká do různých oborů a oblastí, není možno jej zařadit pod nějakou disciplínu lidského zkoumání).

Spiritualita je tak chápána jako naděje a jako výzva.

Na tomto místě je třeba říci, že spiritualita je oblastí zkoumanou také v oblasti psychologie. Na výzkumu spirituality v českém prostředí mají velký podíl dva vynikající čeští psychologové prof. Smékal a prof. Křivohlavý.

Krivohlavy\_photo

*Jaro Křivohlavý*

Smekal\_photo

*Vladimír Smékal*

**Závěr**

Tímto uzavíráme část věnovanou spiritualitě pohybu v obecné rovině. Více pozornosti bylo věnováno uchopení spirituality jako takové, což vyplývá z podstaty věci. V navazující části se již budeme věnovat možnostem praktické aplikace problematiky spirituality na oblast pohybu.

**Doporučená literatura:**

* Hurych, E. et al (2012). *Spiritualita pohybových aktivit*. Brno: MU.
* Jirásek, I. (2012). Spiritualita pohybových aktivit: Vymezení diskursivního přístupu. In E. Hurych et al. *Spiritualita pohybových aktivit*. (pp. 10–18). Brno: MU.
* Robinson, S., J. (2007). Spirituality: a working definition. In J. Parry et al. *Sport and Spirituality: An introduction* (pp. 22–37). London, UK: Routledge.
* Robinson, S., J. & Parry, J. (2012). Spiritualita: k otázce definice. In E. Hurych et al*. Spiritualita pohybových aktivit* (pp. 19–30). Brno: Masarykova univerzita.