

Západočeská univerzita v Plzni

Fakulta filozofická

Bakalářská práce

Transpersonální psychologie a náboženství

– Stanislav Grof

Jana Dohrmannová

Plzeň 2019

Západočeská univerzita v Plzni

Fakulta filozofická

Katedra filozofie

Studijní program Humanitní studia

Studijní obor Humanistika

Bakalářská práce

Transpersonální psychologie a náboženství

– Stanislav Grof

Jana Dohrmannová

Vedoucí práce:

Mgr. Et Bc. Dagmar Demjančuková, CSc.

Katedra filozofie

Fakulta filozofická Západočeské univerzity v Plzni

Plzeň 2019

Prohlašuji, že jsem práci zpracovala samostatně a použila jen uvedených pramenů a literatury.

Plzeň, duben 2019

Poděkování

Na tomto místě bych ráda vyjádřila poděkování paní Mgr. et Bc. Dagmar Demjančukové, Csc., za odborné vedení práce, za její velmi přínosné rady a připomínky, a za vstřícný a pozitivní přístup.

Obsah

1. Úvod.....	7
2. Stanislav Grof.....	9
2.1. Grofův životní příběh.....	9
2.2. Grof a vědomí	12
2.2.1. Mimořádné stavy vědomí.....	13
2.2.2. Holotropní vědomí	14
2.2.3. Holotropní stavy v historii lidstva.....	15
2.3. Grofovo holotropní dýchání.....	16
2.3.1. Léčivá síla dechu.....	17
2.3.2. Léčivý potenciál hudby.....	17
2.3.3. Cílená práce s tělem	18
2.3.4. Průběh holotropní terapie v praxi.....	18
2.3.5. Terapeutické možnosti holotropních terapií.....	18
2.4. Grofova nová mapa psýché.....	19
3. Transpersonální psychologie.....	23
3.1. Okolnosti vzniku transpersonální psychologie	24
3.1.1. Předchůdci transpersonální psychologie	27
4. Náboženství, spiritualita a transpersonální psychologie	28
4.1. Náboženství.....	28
4.2. Spiritualita.....	30
4.3. Transpersonální psychologie a náboženství.....	31
4.4. Kritika transpersonální psychologie.....	33
4.4.1. Sysifos a bludné balvany pro Grofa	34
4.5. Transpersonální psychologie a globální celospolečenská krize.....	35
5. Závěr	37
6. Seznam použité literatury a ostatní zdroje	39

6.1. Primární literatura	39
6.2. Sekundární literatura	40
6.3. Internetové a ostatní zdroje	41
7. Resumé.....	43

1. Úvod

Transpersonální psychologie vznikla jako samostatný obor a nový směr v psychologii v druhé polovině dvacátého století. Zabývá se změnami stavu vědomí, mystickými a spirituálními zážitky, vnímá duchovní růst a spiritualitu jako významnou součást lidské existence. Proto jsou již od počátku vzniku její výchozí teorie velice kontroverzním tématem. Na jedné straně stojí velký zájem laické a části odborné veřejnosti o snahu transpersonální psychologie vnést do tradičních psychologických přístupů rozšířený pohled na lidskou psychiku, a celistvý pohled na lidskou osobnost vůbec, včetně všech souvislostí společenských, ekologických i kosmických, a vyvážit tak materiální zaměření společnosti. Na straně druhé je kritika z řad tradičních psychologů a psychiatrů. Transpersonální psychologii je vytýkán nevědecký přístup a nedostatečné množství seriózně ověřitelných důkazů, o které by se dala tato teorie opřít. Z tohoto důvodu transpersonální psychologie není dosud uznána plnohodnotným vědeckým oborem, je považována za pseudovědu, a některými svými odpůrci dokonce nazývána novodobým náboženstvím.

Hlavním cílem předkládané bakalářské práce je představení a objektivní posouzení transpersonální psychologie na základě díla jejího zakladatele, Stanislava Grofa, a uvedení jejích teoretických východisek v souvislosti se spiritualitou a náboženstvím. Pro přehlednost bude práce členěna do tří hlavních částí.

První část práce bude věnována hlavnímu zakladateli transpersonální psychologie a objeviteli holotropního dýchání, Stanislavu Grofovi. Přiblíží důležité okamžiky, které měly určující vliv na Grofovo rozhodnutí zasvětit celý život výzkumu vědomí, zvláště jeho změnám, mimořádným stavům. Bude prezentována metoda holotropního dýchání, díky níž lze dosáhnout mimořádných stavů vědomí bez použití psychedelických látek, a kterou objevil Stanislav Grof se svojí ženou Christine. Oba se rovněž snažili o využití terapeutického a transformačního potenciálu holotropních stavů vědomí v procesu psychospirituální krize, který zde bude vysvětlen. Zároveň bude nastíněno rozšířené schéma lidské psyché, které Stanislav Grof pokládá za nezbytné pro úplné pochopení transpersonálních prožitků.

Druhá část práce se zaměří na představení transpersonální psychologie a předmět jejího zájmu. Budou popsány historické okolnosti, které měly vliv na vznik tohoto nového oboru, a připomenuti její předchůdci.

Obsahem třetí části bakalářské práce bude pojednání o spiritualitě a náboženství. Na základě významů jednotlivých pojmů a vzájemných vztahů mezi nimi bude provedeno jejich porovnání, a naznačena jejich souvislost s transpersonální psychologií. Rovněž budou uvedeny kritické názory na transpersonální psychologii, včetně důvodů odmítání Grofových názorů. Závěrem práce poukazuje na potenciál transpersonální psychologie, na možnost jejího využití v psychoterapeutické praxi i pozitivního přispění v řešení otázky celospolečenské globální krize.

Stěžejním podkladem pro převážnou část práce bylo dílo Stanislava Grofa, který svoje názory na vztah vědomí a hmoty prezentuje například v knihách *Kosmická hra: zkoumání hranic lidského vědomí* a *Holotropní vědomí*. Přehledný souhrn všech jeho zásadních myšlenek obsahuje dílo *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*. Pro příklad kritického přístupu ke Grofově koncepci byla použita kniha od Jiřího Heřta *Alternativní medicína: možnosti a rizika*.

2. Stanislav Grof

Prof. MUDr. Stanislav Grof, M.D., Ph.D., je světoznámý americký psychiatr a psycholog českého původu. Je zakladatelem transpersonální psychologie, má za sebou rozsáhlé dílo z celoživotního výzkumu mimořádných stavů vědomí, navozovaných psychedelickými látkami i různými jinými metodami. Je objevitelem metody holotropního dýchání, pomocí které lze dosáhnout změněného stavu vědomí bez použití farmakologických látek. Společně se svojí ženou Christine definoval termín psychospirituální krize a snažil se o využití léčebného a transformačního potenciálu mimořádných stavů vědomí. Za vědecký přínos svého díla v oblasti výzkumu vědomí a významné rozšíření lidského obzoru obdržel Stanislav Grof obdržel v roce 2007 cenu nadace Vize 97 Dagmar a Václava Havlových.

2.1. Grofův životní příběh

Stanislav Grof se narodil 1. července 1931 v Praze. Jeho rodiče pocházeli z České Třebové. Rodina jeho matky byla katolická a otec byl bez vyznání, což jim v prostředí malého města v tehdejší době působilo velké problémy. Proto se rozhodli, že svoje děti nepovedou k žádnému náboženskému vyznání a nechají případnou volbu víry na jejich rozhodnutí v dospělosti.¹ Stanislav Grof se sice zajímal od mládí o východní filozofii a náboženství, ale vyrůstal jako ateista. Tento jeho životní postoj byl následně ještě podpořen studiem Lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze. V tehdejší Československu vzdělávací systém podporoval pouze materialistický pohled na svět a nepřipouštěl žádné myšlenky, které by směřovaly k idealismu nebo mysticismu. Proto studium upevnilo jeho přesvědčení, že svět má pouze materiální podstatu², a „že jakákoli forma náboženské víry a spirituality je absurdní a neslučitelná s vědeckým myšlením.“³ Dostupná psychiatrická literatura tendenčně tvrdila, že přímé mystické a duchovní prožitky, které stály u zrodu všech náboženství, jsou ve skutečnosti jen projevy duševních chorob těchto velkých světců a proroků. Veškeré krajní prožitky a neobvyklé chování byly obecně pokládány za patologické procesy.⁴

¹ GROF, S. *Nesnadné hledání vlastního já*, s. 25.

² GEN: *Stanislav Grof*. [dokument] Režie: Igor Chaun. [on-line]. [Cit. 03.03.2019] Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=m2Mnex430Tg>

³ GROF, S. *Nesnadné hledání vlastního já*, s. 26.

⁴ Tamtéž, s. 26.

Za jeden ze svých nejdůležitějších určujících životních zážitků považuje Stanislav Grof setkání s dílem Sigmunda Freuda v době, kdy končil střední školu.⁵ Již od dětství projevoval zájem o lidskou duši, ale právě pod vlivem četby Freudova díla *Přednášky k úvodu do psychoanalýzy* se po maturitě rozhodl pro studium na lékařské fakultě, aby se také mohl stát psychoanalytikem. Během studia navštěvoval v Praze semináře analytické skupiny a absolvoval analytický výcvik pod vedením bývalého prezidenta Československé psychoanalytické společnosti. Jeho zájmem bylo co nejdříve se dostat ke klinické psychiatrii, a proto začal také vypomáhat na psychiatrickém oddělení Lékařské fakulty Univerzity Karlovy.⁶ S prohlubujícími se znalostmi v oboru si však zároveň začínal také uvědomovat omezené možnosti psychoanalýzy.⁷ V klinické praxi postupně zjišťoval, jak je tato metoda náročná na čas a v porovnání s tím málo efektivní.⁸ V té době Stanislav Grof pracoval na psychiatrii pod vedením docenta Roubíčka, jehož oddělení obdrželo vzorky látky s psychoaktivními účinky, vyvinuté dr. Albertem Hofmannem v chemických laboratořích Sandoz Pharmaceutical Laboratories v Basileji. Nová experimentální substance LSD-25 byla po počátečních pokusech ve Švýcarsku poskytnuta vědcům na celém světě k dalšímu výzkumu možností využití v psychoterapii.⁹ Stanislav Grof dostal jako jeden z prvních možnost zúčastnit se tohoto experimentu, což zásadním způsobem ovlivnilo a proměnilo celý jeho následující osobní i profesionální život.¹⁰ Po požití LSD prožil silný a hluboký zážitek vesmírného vědomí, s velkým emočním dopadem. Od té doby svůj život podřídil zkoumání mimořádných stavů vědomí, protože byl přesvědčen o jejich terapeutickém, transformačním a evolučním potenciálu.¹¹ Začal se věnovat výzkumu účinků psychedelických látek na lidskou psychiku a zajímaly ho možnosti terapeutického využití LSD u duševních nemocí, proto se podílel na založení Výzkumného ústavu psychiatrického v Praze.¹² Již v té době si začal uvědomovat rozpor mezi znalostmi, získanými studiem, a mezi zkušenostmi z laboratorních

⁵ GROF, S. *Nesnadné hledání vlastního já*, s. 25.

⁶ Tamtéž, s. 26.

⁷ GEN: Stanislav Grof. [dokument] Režie: Igor Chaun. [on-line]. [Cit. 03.03.2019] Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=m2Mnex430Tg>

⁸ GROF, S. *Nesnadné hledání vlastního já*, s. 26.

⁹ Tamtéž, s. 27.

¹⁰ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 11.

¹¹ Tamtéž, s. 11.

¹² GROF, S. *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s. 229.

a klinických výzkumů psychedelických látek, které byly naprosto neslučitelné s materialistickým vědeckým názorem, k němuž byl vychováván.¹³

Nadace pro psychoanalytický výzkum v Connecticutu v březnu roku 1967 Grofovi udělila stipendium¹⁴, a mohl tak využít pozvání do USA od profesora Joela Elkesa, přednosty Henry Phipps Clinic university Johna Hopkinse v Baltimoru. Zde se zúčastnil rozsáhlého klinického výzkumu terapeutických účinků psychedelických látek v týmu Maryland Psychiatric Center.¹⁵ Vzhledem k politickému vývoji v Československu v roce 1968 Stanislav Grof učinil další ze zásadních životních kroků a rozhodl se zůstat v USA.¹⁶ Následně v roce 1969 dostal možnost vést poslední velký program státního výzkumu psychedelických látek v USA v Marylandském středisku psychiatrického výzkumu v Baltimoru¹⁷ a souběžně s tím zastával pozici profesora psychiatrie na univerzitě Johna Hopkinse.¹⁸ Po zákazu práce s psychoaktivními látkami v roce 1972 Stanislav Grof začal působit jako vědecký pracovník Esalen Institutu v Big Sur v Kalifornii. Zde napsal svoji první knihu, ve které shrnul všechny poznatky z dosavadních výzkumů. Seznámil se zde také se svojí budoucí ženou Christine, která s ním následně spolupracovala při objevu metody holotropního dýchání. Tato technika umožňuje dosáhnout mimořádných stavů vědomí bez užití psychedelických látek, pouze pomocí určitého způsobu dýchání, vhodně zvolené hudby a doplňující práce s tělem.

Výsledky svých výzkumů s psychedelickými látkami, pozorování z holotropních terapií a svoje myšlenky k jednotlivým tématům předkládá Stanislav Grof v obsáhlém díle. Svoje přesvědčení o nezávislosti vědomí na hmotě dokazuje například v knihách *Kosmická hra: zkoumání hranic lidského vědomí*, *Holotropní vědomí* a *Za hranice mozku: narození, smrt, transcendence*. V knize *Holotropní dýchání* podrobně popisuje tuto zážitkovou a terapeutickou techniku. Společně se svojí ženou Christinou definovali termín psychospirituální krize, a tomuto tématu se věnovali zejména v knihách *Krize duchovního vývoje: když se osobní transformace promění v krizi* a *Nesnadné hledání vlastního já: růst osobnosti pomocí transformační krize*. Komplexní přehled všech

¹³ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 12.

¹⁴ GROF, S. *Nesnadné hledání vlastního já*, s. 31.

¹⁵ GROF, S. *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s. 229.

¹⁶ GEN: Stanislav Grof. [dokument] Režie: Igor Chaun. [on-line]. [Cit. 03.03.2019] Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=m2Mnex430Tg>

¹⁷ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 11.

¹⁸ GROF, S. *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s. 229.

zásadních Grofových myšlenek obsahuje dílo *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*.

Stanislav Grof se aktivně angažoval také v mezinárodním transpersonálním hnutí a v roce 1977 se podílel na založení interdisciplinární vědecké organizace, Mezinárodní transpersonální asociace (ITA), určené k „přemostění propasti mezi moderní vědou a duchovní vizí světa, mezi západním pragmatizmem a dávnou moudrostí.“¹⁹ V současné době stále pořádá semináře k holotropnímu dýchání a zabývá mnoha dalšími disciplínami, které jsou s mimořádnými stavy vědomí spojeny.²⁰ Sám Stanislav Grof vidí neobyčejnost svého života v tom, že jeho původní ateistický přístup ke světu se díky vědeckým výzkumům a pozorováním v klinické a laboratorní práci proměnil ve spirituální zaměření.²¹

2.2. Grof a vědomí

Newtonovská věda vytvořila představu vesmíru, v jejímž rámci jsou život, vědomí a tvůrčí inteligence považovány pouze za náhodné vedlejší produkty, vyvinuté z mechanického uspořádání hmoty. Na lidské bytosti bylo nahlíženo jako na biologické stroje s omezenými schopnostmi, vědomí bylo chápáno jako produkt jednoho orgánu. Veškeré myšlení a cítění člověka bylo považováno za možné jen díky informacím, které smyslové orgány shromáždily v mozku.²² Z tohoto materialistického pohledu bylo vnímáno lidské vědomí, inteligence, etika, umění, náboženství, i samotná věda jako výsledek procesů odehrávajících se v mozku.²³ Také klinické a experimentální výzkumy prokázaly těsné spojení mezi vědomím a určitými neurofyzilogickými stavy, a upevnily tak přesvědčení o tom, že vědomí má svůj původ v mozku. Oproti tomu Stanislav Grof ovšem namítá, že tento závěr není doloženým vědeckým faktem, ale spíše metafyzickým předpokladem západní vědy, založeným na přesvědčení o nadřazenosti hmoty. Upozorňuje, že ve skutečnosti neexistuje žádný faktický důkaz o tom, že vědomí vzniká v mozku nebo je jím vytvářeno. Mnoha pozorováními jsou pouze doloženy vzájemné vztahy mezi anatomii, fyziologií a biochemií mozku a stavy vědomí, ale z těchto korelací nevyplývá, že vědomí skutečně pochází z mozku. Tento

¹⁹ GROF, S. *Když se nemožné stane*, s. 98-99.

²⁰ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 11.

²¹ GROF, S. *Nesnadné hledání vlastního já*, s. 25.

²² GROF, S. *Holotropní vědomí*, s. 12.

²³ Tamtéž, s. 12.

závěr pokládá Grof za neformální logickou chybu. Podle něho existuje možnost, že mozek zde hraje důležitou roli, ale může se jednat pouze o roli přenosovou, může vědomí spíše zprostředkovávat, nikoliv vytvářet.²⁴

Tuto teorii podporuje množství důkazů o činnostech vědomí, kterých mozek podle našeho současných poznatků není schopen. Přesvědčivé jsou důkazy mimotělních zážitků, které mohou nastat buď spontánně během situací blízkých smrti, nebo mohou být navozeny například hypnózou, během psychedelických sezení nebo šamanských rituálů. Rovněž všechny transpersonální zkušenosti podle Stanislava Grofa ukazují na schopnosti vědomí přesahující možnosti mozku a smyslových orgánů tím, že přinášejí informace a poznatky o různých skutečnostech, o přírodě, o zvířatech, o vesmíru, které předtím prokazatelně nebyly v mozku uloženy.²⁵

Všechny zmíněné odchylky od standardního vnímání a chápání reality od kritérií stanovených materialistickou vědou jsou odmítány jako nereálné a klasifikovány tradiční psychiatrií jako patologické stavy.²⁶ V souvislosti s výrazným posunem v myšlení a v chápání fyzikálního světa v průběhu dvacátého století Grof poukazuje na nutnou potřebu přezkoumání dosavadního pohledu na charakter a rozsah lidské duše.²⁷ Upozorňuje na to, že západní věda neprozkoumala a nezohlednila hluboké vědomosti o lidské duši a vědomí, které shromáždily během staletí významné východní duchovní tradice, jako jsou hinduismus, kašmírský šivaismus, tibetská vadžrajána, taoismus, zenbuddhismus nebo súfismus.²⁸ Na základě svých dlouholetých výzkumů v oblasti vědomí pokládá za nutné přijmout v oblasti psychologie a psychiatrie rozšířený model lidské psýché,²⁹ který bude prezentován dále v samostatné kapitole.

2.2.1. Mimořádné stavy vědomí

Změněné, *mimořádné stavy vědomí* jsou centrem Grofova celoživotního zájmu. Jeho zkoumání je prioritně zaměřeno na možnosti těchto stavů prohloubit poznání a pochopit povahu vědomí a lidské psýché.³⁰ Zvláštní pozornost Grof věnuje jejich léčivému,

²⁴ GROF, S. *Holotropní vědomí*, s. 13.

²⁵ GROF, S. *Kosmická hra: zkoumání hranic lidského vědomí*, s. 191.

²⁶ GROF, S. *Holotropní vědomí*, s. 13.

²⁷ Tamtéž, s. 13.

²⁸ GROF, S. *Za hranice mozku: narození, smrt, transcendence*, s. 29.

²⁹ GROF, S. *Kosmická hra: zkoumání hranic lidského vědomí*, s. 10-12.

³⁰ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 19.

transformačnímu a evolučnímu potenciálu. Změny vědomí mohou ale nastat také vlivem různých patologických jevů, například poraněním mozku, intoxikací jedovatými látkami, infekcemi nebo degenerativními procesy. Takto způsobené mentální změny lze také zahrnout do široké kategorie mimořádných stavů vědomí. Projevují se následnou dezorientací, narušením intelektuálních funkcí, jsou příčinou organických psychóz. Mají význam z klinického hlediska, ale nejsou přínosné a zajímavé z pohledu heuristického a terapeutického. Proto Stanislav Grof z širokého spektra mimořádných stavů vědomí odděluje podskupinu stavů vědomí, které se od ostatních odlišují svými terapeutickými a transformačními možnostmi, a zároveň přinášejí nové informace o lidské psychice. V průběhu svých praktických pozorování dospěl k přesvědčení, že mají dalekosáhlý význam pro moderní psychiatrii. Pro tyto výjimečné stavy vytvořil zvláštní kategorii a nazývá je *holotropní*.³¹

2.2.2. Holotropní vědomí

Termín *holotropní* v překladu znamená „směřující k celistvosti“ nebo „usilující o celistvost“ (z řeckého výrazu *holos* – celý a *trepein* – směřující k něčemu či usilující o něco).³² Tento název naznačuje, že v běžném, *hylotropním* stavu vědomí jsme schopni vnímat a prožívat pouze malou část skutečnosti, jsme omezeni fyziologickými možnostmi našich smyslů. V holotropních stavech, kdy se spektrum vědomí rozšíří, je možné překročit hranice tělesného ega, uvědomit si, kým skutečně jsme, a „prožitkově se identifikovat s čímkoliv, co tvoří součást vesmíru, a dokonce i se samotnou tvůrčí vesmírnou silou.“³³ Lze tak dojít k poznání, že „nejsme lidské bytosti, které mají duchovní zážitky, nýbrž duchovní bytosti, které mají lidské zážitky.“³⁴ Tuto myšlenku můžeme najít již ve staroindických Upanišádách ve známém výroku *Tat tvam asi*, což v doslovném překladu znamená *To jsi Ty*. Na otázku „Kdo jsem?“ tedy tento výrok odpovídá „Tvoje podstata je božská“. Ukazuje, že naše hluboce vžitá ztotožnění s egem a tělem je klamné, že nejsme jen *namarupa*, tedy jméno a tvar.³⁵ Odhaluje, že naše nejnítěrnější identita *Átman* je v konečném důsledku totožná s nejvyšším vesmírným principem *Bráhman*.³⁶ Stejně sdělení přinášejí i jiná náboženství. Ve všech velkých duchovních tradicích je ukryto a různým způsobem

³¹ Tamtéž, s. 19-20.

³² GROF, S. *Když se nemožné stane*, s. 12.

³³ Tamtéž, s. 12.

³⁴ GROF, S. *Holotropní dýchání*, s. 29.

³⁵ Tamtéž, s. 29.

³⁶ Tamtéž, s. 30.

formulováno poselství, že každý člověk je identický s božským principem. Holotropní zážitky skýtají potenciál umožňující prožít a poznat tuto naši pravou totožnost a místo ve vesmírném řádu.³⁷

Během holotropních stavů člověk prožívá jiné rozměry bytí, ale zároveň neztrácí kontakt s běžnou skutečností – prožívá tedy současně dvě rozdílné reality. Holotropní stavy provázejí změny ve smyslovém vnímání. Je možné pozorovat výjevy z vlastního života, z individuálního i kolektivního nevědomí, z říše rostlin, zvířat, celé přírody a kosmu, nebo z oblastí archetypálních bytostí a mytologie. S holotropními stavy je spojena široká paleta pocitů, které jsou výjimečné svojí intenzitou. Mimořádný je také účinek holotropních stavů vědomí na procesy myšlení.³⁸

2.2.3. Holotropní stavy v historii lidstva

Ve všech starobylých kulturách byl velice důležitý rituální a spirituální život. Dřívější společnosti si holotropních stavů vědomí velice cenily, protože jim poskytovaly možnost kontaktu s jejich božstvy, s jinými dimenzemi reality a s přírodními silami. Byly také využívány při léčení, k rozvoji intuice a mimosmyslového vnímání, přinášely uměleckou inspiraci i nové poznatky.³⁹ Naši prapředci si velice dobře uvědomovali mocnou sílu přírody a její vliv na život a smrt, proto považovali schopnost komunikace s přírodou i zvířaty zásadní pro vlastní přežití.⁴⁰ Holotropní stavy vědomí byly považovány za posvátné a pro jejich dosažení se proto tehdejší obyvatelé snažili hledat efektivní a bezpečné metody. Starodávnými kulturami bylo vyvinuto mnoho různých posvátných technik, s jejichž pomocí mohla být změna vědomí navozena. Známé jsou zvukové techniky využívající rytmického bubnování, chřestění a zpěvu, přímá i nepřímá práce s dechem, tanec a jiné formy pohybu, sociální izolace, smyslová deprivace, meditace, modlitby a další duchovní techniky, účinky psychedelických látek rostlinného a zvířecího původu.⁴¹

V domorodých společnostech jsou dodnes prováděny šamanské rituály spojené s navozováním holotropních stavů vědomí, například při léčebných obřadech. Velice významné jsou iniciační přechodové rituály v období důležitých biologických

³⁷ GROF, S. *Holotropní dýchání*, s. 30.

³⁸ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 20-21.

³⁹ GROF, S. *Kosmická hra: zkoumání hranic lidského vědomí*, s. 199.

⁴⁰ HARNER, M. *Cesta šamana*, s. 10-11.

⁴¹ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 21-22.

a společenských změn, při narození dítěte, při vstupu do dospělosti a manželství, i při umírání, kdy psychická smrt a znovuzrození symbolicky znázorňuje konec jedné životní role a vstup do další etapy.⁴²

Holotropní stavy vědomí měly také význačnou úlohu v posvátných tajných obřadech, jejichž zasvěcenci prožívali mocnou spirituální proměnu. Tato starobylá *mystéria smrti a znovuzrození* vycházela z mytologických pověstí o božstvech symbolizujících smrt a proměnu, a konala se na mnoha místech po celém světě, zejména v oblasti Středoziemního moře a na Středním východě. Nejznámější jsou *eleusínská mystéria*, během nichž až tři tisíce osob najednou prožívalo holotropní stavy vědomí navozené pravděpodobně požitím posvátného nápoje *kykeon*, který obsahoval látky podobné LSD. Mystéria v Eleusíně se odehrávala pravidelně po dobu téměř dvou tisíc let a účastnili se jich i významní antičtí filozofové, umělci a státníci, například Platón, Aristoteles, Euripides, Sofokles, Marcus Tullius Cicero a Marcus Aurelius, což mělo nepochybně mimořádný vliv na vývoj řecké kultury.⁴³

Západní materialistická věda pokládá magické myšlení domorodých kultur za primitivní a pověřivé,⁴⁴ a naše společnost je první v dějinách lidstva, která vytěsnila respekt k prožívání holotropních stavů vědomí.⁴⁵

2.3. Grofovo holotropní dýchání

Koncem 60. let bylo v USA zakázáno experimentování s psychotropními látkami. Z tohoto důvodu se Stanislav Grof se svojí ženou Christinou snažili najít způsob, jak dosáhnout holotropních stavů vědomí i bez použití těchto látek. Na poznatcích z moderního výzkumu vědomí a z předpokladu možnosti vyvolání jiného stavu vědomí změnou dechu vyvinuli metodu holotropního dýchání. Tato terapeutická a zároveň sebezpoznavací technika umožňuje přístup k biografické, perinatální a transpersonální oblasti nevědomí, a tím i k psychospirituálním kořenům emočních a psychosomatických poruch. Využívá léčivého a transformačního potenciálu holotropních stavů vědomí,

⁴² GROF, S. *Kosmická hra: zkoumání hranic lidského vědomí*, s. 200-201.

⁴³ Tamtéž, s. 203-204.

⁴⁴ Tamtéž, s. 199.

⁴⁵ NĚMEČKOVÁ, K. *Kapitoly k nenáboženské spiritualitě*, s. 11.

a k jejich dosažení využívá kombinace tří jednoduchých prostředků, konkrétně zrychleného dýchání, evokativní hudby a cílené práce s tělem.⁴⁶

2.3.1. Léčivá síla dechu

Již starověké a domorodé kultury věděly, že pomocí různých duchových technik lze dosáhnout hlubokých změn vědomí, a využívaly je k rituálním a léčebným účelům. Dech byl již od pradávna ve všech významných spirituálních systémech významným spojovacím článkem mezi tělem a duší. Dokládá to i význam slov používaných pro označení dechu v mnoha jazycích. Například starověká indická literatura používá slovo *prána* nejen pro označení dechu a vzduchu, ale také pro posvátnou esenci života. Ve starověkém Řecku slovo *pneuma* vyjadřovalo kromě vzduchu vzdušnou podstatu světa. Tradiční čínské lékařství chápe výraz *čchi* jednak jako vzduch, který dýcháme, jednak jako životní energii. V materialistickém světovém názoru přišlo dýchání o svůj posvátný význam. Současné lékařství přisuzuje dechu sice významnou, ale pouze fyziologickou funkci, nevnímá jeho souvislost s psychickou stránkou člověka. Holotropní dýchání znovuobjevuje léčebný potenciál dechu a využívá zrychleného a prohloubeného dýchání, při kterém dojde k uvolnění psychiky a následně se mohou objevit její nevědomé obsahy. Účinek dýchání je dále podpořen evokativní hudbou.⁴⁷

2.3.2. Léčivý potenciál hudby

Rovněž využití hudby a jiných zvukových prostředků při léčebných a duchovních rituálech má hluboké historické kořeny. Preindustriální kultury vyvinuly různé hudební techniky, které výrazně působily na vědomí, psychiku i tělo. Známé jsou různé způsoby monotónního a rytmického bubnování, využívání vibrací posvátných manter, mnohohlasé zpěvy. V indických naukách je popsáno propojení zvuků různých frekvencí s jednotlivými čakrami. Prostřednictvím náda jógy (jógy zvuku) je možné harmonizovat vnitřní energie, zlepšit emoční i tělesné zdraví. Proto má hudba důležitou úlohu i v holotropní terapii. Pokud je dobře zvolena, uvolňuje pocity, které jsou spjaty s potlačenými událostmi, a umožňuje jejich ventilaci. Podporuje vstup do oblastí nevědomí, stupňuje ozdravný efekt procesu, zasazuje prožitky do smysluplného rámce. Pro co nejúčinnější průběh terapie je důležité zcela se do hudby ponořit a dát volný

⁴⁶ GROF, S. *Holotropní dýchání*, s. 45.

⁴⁷ Tamtéž, s. 46-47.

průchod všemu, co hudba probouzí, nebránit se projevům pláče, smíchu, hlasitých výkřiků, ani probouzejícím se tělesným podnětům.⁴⁸

2.3.3. Cílená práce s tělem

Tělesné reakce na proces holotropního dýchání jsou velice individuální. Někdy se projevují svalovou tensí či bolestí, někdy příznaky, které člověk pocítuje při psychickém stresu, nebo únavou a slabostí. Tyto projevy představují blokované emoční a tělesné energie, vystupující z nevědomí.⁴⁹ Pokud se během terapie spontánně nevyřeší, využívá se cílená práce s tělem, nazývána bodywork, která slouží k uvolnění tělesných a emočních bloků.⁵⁰ Její podstatou je zaměření se na problémovou oblast a snaha o zesílení tělesných vjemů. V této fázi je důležitá podpora facilitátora, který vhodným vnějším zásahem tyto pocity dýchajícího zintenzivňuje do řádného ukončení procesu.⁵¹

2.3.4. Průběh holotropní terapie v praxi

Holotropní terapie mohou probíhat formou individuálních sezení nebo ve skupinách s menším i větším počtem klientů. Z praktických zkušeností postupně vyplynulo, že skupinová terapie přináší cenné psychologické výhody a proces dýchání je hlubší a efektivnější než individuálních sezení. Výhodou je důvěrná atmosféra společně sdílených holotropních stavů vědomí a následná možnost svěřování prožitků vynořených z hlubokého nevědomí s často velice intimním obsahem. Člověku se po tomto niterném odhalení dostane od ostatních členů skupiny projevů porozumění, soucitu a upřímné emoční podpory, dostaví se pocity vzájemné sounáležitosti. Významným faktorem zajišťujícím hladký průběh holotropního dýchání je volba vhodných prostor, poskytujících bezpečné a důvěrné prostředí. Vlastní akt terapie probíhá v několika etapách, od teoretické přípravy účastníků, přes vlastní proces dýchání, až po závěrečné zpracování a integraci zážitků a kresbu mandal, přičemž každá fáze má svoji opodstatněnost a důležitost.

2.3.5. Terapeutické možnosti holotropních terapií

Stanislav Grof upozorňuje, že terapie holotropním dýcháním byla vyvinuta a prováděna mimo rámec lékařského prostředí, převážně v Esalenském institutu. Proto nebyla možnost faktického ověření jejích terapeutických výsledků, na rozdíl

⁴⁸ GROF, S. *Holotropní dýchání*, s. 48-49.

⁴⁹ Tamtéž, s. 52-53.

⁵⁰ Tamtéž, s. 27.

⁵¹ Tamtéž, s. 54.

od dřívějšího psychedelického výzkumu prováděného na Marylandském středisku v Baltimoru.⁵² Přesto během praktikování holotropní terapie byly pozorovány mnohé pozitivní účinky na emoční a psychosomatické problémy, jako je psychogenní astma, migrény, bolesti bez organického původu, překonání různých fobií a posílení sebedůvěry. Mnohdy bylo zaznamenáno i zlepšení fyzických stavů, u kterých je předpokládán organický původ, například chronické infekce, záněty a artritida.⁵³

Největší význam této techniky však vidí Stanislav Grof v jejím transformačním potenciálu. Podle něj nelze pochybovat o tom, že sebepoznáváním je možné dosáhnout pozitivních proměn osobnosti. Každý, kdo s pomocí holotropních stavů vědomí projde procesem sebezkoumání, dříve či později dospěje k poznání, že „podstata našich nejhlubších potřeb není materiální, ale duchovní.“⁵⁴ Pocity nespokojenosti se sebou samým, touha po majetku, neustálá touha být něčím víc, než jsme, to vše jsou v podstatě jen projevy úsilí o návrat k prožitku vlastní božské podstaty. Pouze tento přímý prožitek uskutečněný v holotropním stavu vědomí má schopnost uspokojit naše nejhlubší potřeby. S napojením na transpersonální oblast vlastní psyché přichází změna životní strategie, schopnost prožívat uspokojení z běžných každodenních situací a činností, umění zaměřit se spíše než na výsledky a cíle na cestu, která k nim vede. Významným přínosem holotropního dýchání je objevení vlastní mystické spirituality vycházející z hlubokého osobního prožitku.⁵⁵

2.4. Grofova nová mapa psyché

Na základě svých výzkumů vědomí s pomocí psychedelických látek a v souvislosti s prožitky v holotropních stavech vědomí došel Stanislav Grof k závěru, že dosud používaný model lidské psychiky v psychiatrii je z hlediska nových poznatků nedostačující. Vychází totiž z konceptu Sigmunda Freuda⁵⁶, který předpokládal, že člověk, a tím i jeho mysl, je v okamžiku narození nepopsaný list, a až poté začíná jeho psychologická historie. I nevědomí, jak je vnímal Freud, obsahuje vytěsněné

⁵² GROF, S. *Holotropní dýchání*, s. 127.

⁵³ Tamtéž, s. 127-130.

⁵⁴ Tamtéž, s. 130.

⁵⁵ Tamtéž, s. 130-134.

⁵⁶ Sigmund Freud (1856-1939) lékař-neurolog, psycholog, zakladatel psychoanalýzy, která se zabývá nevědomými procesy a obsahy. Považoval za základ psychiky nevědomé sexuální a agresivní pudy, které jsou pod vlivem sociálních a etických norem odsunuty do nevědomí, odkud ovlivňují chování a prožívání. (PLHÁKOVÁ, A. Dějiny psychologie, s. 169-171)

zážitky pouze z postnatálního období.⁵⁷ Zážitky z psychedelických a holotropních terapií však nelze vysvětlit pouze na základě tradičního modelu používaného akademickou psychiatrií, tedy vzpomínkové biografické úrovně.⁵⁸ Proto Stanislav Grof navrhl novou, rozsáhlejší koncepci lidské psyché, a doplnil ji o další dvě roviny.

První z nich je úroveň *perinatální*, která je spojena s traumaty a zážitky z okamžiků narození a smrti.⁵⁹ Tradiční psychiatrie na jedné straně přikládá velkou důležitost prvním kontaktům dítěte s matkou ihned po porodu a vytváření vzájemného vztahu při kojení. Na druhé straně nepovažuje proces porodu za traumatický zážitek pro dítě a nepředpokládá, že by dítě mohlo svoje narození prožívat vědomým způsobem. Tomu však odporují výzkumy, které dokazují schopnost vnímání a reakcí plodu již během prenatálního období. Stanislav Grof je přesvědčený, že s porodem, který představuje někdy potencionální, někdy i faktické ohrožení života, se pojí velký fyzický i emoční stres, který představuje nejpodstatnější zdroj psychosomatických problémů a nemocí. V zážitkových a sebepoznávacích terapiích je tato traumatická událost opětovně prožita a zpracována.⁶⁰

Dále Stanislav Grof rozšířil tradiční psychiatrickou mapu ještě o oblast *transpersonální*, obsahující zážitky, při kterých vědomí přechází přes hranice těla i ega a přes obvyklé prostorové i časové hranice, kterými je v běžných stavech vědomí percepce skutečnosti omezena.⁶¹ V této oblasti je možné splynout s jinými lidmi nebo celými skupinami lidí, častá je identifikace s vědomím zvířat, rostlin, i prvků anorganické přírody. Překročení časových hranic poskytuje přístup do kolektivního nevědomí a ke všem informacím z historie lidstva. Tak je možné poznání životů předků, prožití realit pocházejících z jiných kultur a různých historických období, které zároveň sdělují podrobné informace o tehdejší architektuře, sociální hierarchii, náboženských rituálech, umění, druzích zbraní, případně dokonale popisují konkrétní historické události. Transpersonální zážitky přinášejí seznámení s oblastí mýtů a archetypálních bytostí, možnosti ztotožnění se s různými božstvy a démony. „Tyto vize také často zprostředkovávají schopnost intuitivně chápat význam univerzálních symbolů, jako například nilského kříže *anch*, svastiky, pentagramu, šesticípé hvězdy či taoistického

⁵⁷ GROF, S. *Holotropní dýchání*, s. 31-32.

⁵⁸ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 39.

⁵⁹ GROF, S. *Dobrodružství sebeobjevování*, s. 13.

⁶⁰ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 48-51.

⁶¹ GROF, S. *Holotropní dýchání*, s. 31.

jin-jang.“ Vědomí má též schopnost se identifikovat s Kosmickým vědomím nebo propojit vnitřní zážitky s událostmi běžné reality.⁶²

Transpersonální prožitky se zdají být z materialistického pohledu nemožné a absurdní, protože umožňují bez smyslových orgánů přístup k informacím, které nejsou v reálném dosahu jedince. Stanislav Grof se domnívá, že potvrzují základní principy esoterních systémů, kdy každý z nás je mikrokosmem, v kterém se odráží makrokosmos. Výroky mystických tradicí *jak nahoře, tak dole* nebo *jak vně, tak uvnitř*, také vyjadřují sdělení, že v každé části celku jsou obsaženy informace o celém vesmíru. Právě tyto skutečnosti zohledňuje Grofovo rozšíření mapy lidské psyché. Dosavadní přístup tradiční psychiatrie k transpersonálním zážitkům, jejich znevažování pouze na úroveň výjevů přebujelé lidské fantazie a halucinace, nebo patologických procesů v mozku, považuje Stanislav Grof v souvislosti s novými poznatky různých vědních oborů za neprofesionální, až naivní.⁶³

2.5. Psychospirituální krize

Současná tradiční psychiatrie považuje všechny neobvyklé stavy vědomí a transpersonální prožitky za patologické projevy, diagnostikuje a léčí je jako duševní poruchy. Stanislav Grof při pozorování mimořádných stavů vědomí však dospěl k závěru, že mnohdy tyto stavy a zážitky představují projevy zásadních proměn osobnosti a duchovního rozvíjení se.⁶⁴ Často přicházejí spontánně ve chvílích, kdy člověk prochází obtížným životním obdobím.⁶⁵ Spouštěcím mechanismem může být dlouhodobé fyzické zatížení organismu, nemoc, ale i silný psychický tlak, spojený s různými životními neúspěchy, jako je ztráta zaměstnání či majetku. Velmi závažné jsou z tohoto pohledu stresové stavy v citové oblasti vyplývající ze ztráty milované osoby.⁶⁶ „Jsou-li tyto stavy správně chápány a jedinci se dostane náležité podpory, mohou takové psychospirituální krize vyústit v emoční a psychosomatické uzdravení, pozitivní psychickou proměnu osobnosti a posun ve vývoji vědomí.“⁶⁷ Stanislav Grof se svojí ženou přiřadili těmto stavům termín *spiritual emergency*, který vyjadřuje jednak

⁶² GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 75-79.

⁶³ Tamtéž, s. 79-88.

⁶⁴ Tamtéž, s. 153.

⁶⁵ GROF, S., GROF Ch. *Krize duchovního vývoje: Když se osobní transformace promění v krizi*, s. 20.

⁶⁶ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 157.

⁶⁷ Tamtéž, s. 155.

situaci krize, a zároveň jejich transformační a léčebný potenciál. Také čínština znázorňuje slovo krize dvěma grafickými symboly, kdy první zobrazuje „nebezpečí“ a „druhá příležitost“, což vystihuje podstatu každé krizové situace.

2.5.1. Duchovní probouzení a spirituální krize

Všechna mystická učení mají společnou základní myšlenku, že v jednostranném zaměření na materiální cíle a hodnoty se nikdy nemůže projevit úplný lidský potenciál.⁶⁸ Jejich cílem je postupným vývojem dosáhnout vyspělejšího a smysluplnějšího způsobu života. Toto „duchovní probouzení“ se projevuje přechodem od individuálního k rozšířenému způsobu bytí, které zahrnuje „větší emoční a psychosomatické zdraví, svobodu v osobním rozhodování a pocit hlubšího propojení s ostatními lidmi, přírodou a kosmem.“⁶⁹ Zároveň s tím přichází uvědomění si duchovního rozměru ve vlastním životě. U lidských bytostí je schopnost duchovního růstu stejně přirozená jako fyzický růst a duchovní znovuzrození běžnou součástí lidského života stejně jako biologické narození. Potenciál duchovního probouzení je v každé lidské bytosti, a po celá staletí bylo považováno ve většině kultur za základní součást života.⁷⁰

Tento proces může probíhat někdy pouze mírným a pozvolným posunem v chápání světa, hodnot, etických norem a životních energií. Jindy se může projevit hlubším a změněným vnímáním různých situací v každodenním životě. Transcendentální oblast se mnoha lidem zpřístupňuje prostřednictvím přírody nebo umění. Pokud je však proces duchovního probouzení příliš náhlý a dramatický, může dojít k přechodu přirozeného vývoje v krizi a duchovní probouzení se stává *psychospirituální krizí*. Lidé v této krizi jsou zasaženi nečekanými silnými vnitřními prožitky, které jim přinášejí problémy se zvládnutím běžného života. Stanislav Grof se svojí ženou Christinou v knize *Nesnadné hledání vlastního já: růst osobnosti pomocí transformační krize* definovali kritéria pro předěl mezi duchovním probouzením a krizí, přičemž nejzásadnějším je vnitřní rozpolcenost způsobující narušení každodenního života.⁷¹ Jejich projevy jsou velice individuální, přesto Grofovi určili několik nejobvyklejších variant těchto psychospirituálních krizí, například šamanská krize, probuzení kundaliní, zážitky sjednocujícího vědomí, krize z otevření mimosmyslového vnímání, zážitky z minulých životů, komunikace s duchovními průvodci, zážitky blízké smrti nebo stavy

⁶⁸ GROF, S. *Nesnadné hledání vlastního já: růst osobnosti pomocí transformační krize*, s. 40.

⁶⁹ Tamtéž, 41.

⁷⁰ Tamtéž, s. 41.

⁷¹ Tamtéž, s. 40-44.

posedlosti.⁷² Tradiční psychiatrie považuje dramatické prožitky provázející krajní formy duchovní krize za příznaky rozvíjející se vážné duševní choroby, klasifikuje je jako psychózy a nasazuje klasickou psychiatrickou medikaci, která se následně projevuje závislostí na lécích, ztrátou vitality a potlačuje pozitivní potenciál procesu. Obsahy transformačních stavů vědomí jsou často mystického charakteru, což je vnímáno jako další potvrzující důkaz duševní choroby. Vzhledem k tomu, že termín *psychóza* nemá v současné psychiatrii přesnou a objektivní definici, není tedy možné jej spolehlivě odlišit od vývojové krize. Z tohoto důvodu pokládají Grofovi za nezbytné uznat existenci duchovní krize mimo lékařský rámec, vyjasnit jej a rozvíjet účinné metody pro překonávání těchto obtížných stavů.⁷³ Christina Grofová již v roce 1980 založila *Společnosti pro duchovní rozvoj a podporu duchovních krizí* (Spiritual Emergency Network). Cílem této organizace je být prostředníkem mezi osobami procházejícími psychospirituální krizí a profesionálními odborníky, schopnými poskytnout jim příslušnou pomoc.⁷⁴

3. Transpersonální psychologie

Základem transpersonální psychologie je přesvědčení, že vnitřní spiritualita je podstatnou a neoddělitelnou součástí lidské existence. Klade důraz na prožitky a stavy vědomí, které jsou popisovány jako mystické, transcendentální, vrcholné, holotropní, spirituální, tedy takové, které přesahují rámec běžné každodenní zkušenosti. Tyto změněné, mimořádné stavy vědomí studuje, snaží se jim porozumět a využít jejich terapeutický, transformační a evoluční potenciál.⁷⁵ Vznik transpersonální psychologie jako nového směru v psychologii je datován do roku 1968, kdy psychologové zastávající humanistický přístup, Abraham Maslow, Anthony Sutich a Stanislav Grof, poprvé použili termín transpersonální psychologie a formulovali její zásady.⁷⁶ Pod

⁷² GROF, S., GROF Ch. *Krize duchovního vývoje: Když se osobní transformace promění v krizi*, s. 28.

⁷³ GROF, S. *Nesnadné hledání vlastního já: růst osobnosti pomocí transformační krize*, s. 47-50.

⁷⁴ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 156-157.

⁷⁵ WINKLER, P. *Definice, vznik a vývoj transpersonální psychologie*. In: *Transpersonální myšlení v psychologii a psychiatrii*, s. 26-27.

⁷⁶ GROF, Stanislav. *A Brief History of Transpersonal Psychology*. [on-line]. [Cit. 07.03.2019] Dostupné z: <http://www.stanislavgrof.com/page-6/>

vedením Anthony Sutiche začal v následujícím roce vycházet časopis *Journal of Transpersonal Psychology*.⁷⁷

3.1. Okolnosti vzniku transpersonální psychologie

V polovině dvacátého století začala v psychologii narůstat nespokojenost s jejími dosavadními hlavními směry, kterými byly psychoanalýza a behaviorismus.⁷⁸ Zejména americký psycholog Abraham Maslow⁷⁹ kritizoval omezené možnosti těchto přístupů k pochopení lidské psychiky a nitra. Behaviorismus podle něj mohl být uplatňován pouze v těch aspektech lidského chování, které jsou sdílené se zvířaty, na nichž byl výzkum prováděn. Neměl tedy žádnou vypovídající hodnotu pro vyšší, specificky lidské vlastnosti a oblasti života, jako je vědomí vlastního já, sebeurčení, osobní svoboda, láska, etika, umění, filozofie, náboženství a věda.⁸⁰ Freudovu psychoanalýzu odmítal z důvodu jejího zaměření na zkoumání převážně psychopatologických procesů a vyvozování závěrů pouze na základě bazálních instinktů.⁸¹ Maslow zastával přesvědčení, že v psychologii mají být sloučena objektivní pozorování s introspekci.⁸² Jeho názory ovlivnily zásadně další vývoj tzv. třetí síly psychologie.⁸³ Spolu s Anthony Sutichem založil Asociaci humanistické psychologie a stal se hlavním představitelem humanistického směru v psychologii.⁸⁴ Humanistický pohled na člověka je celostní, vnímá lidskou bytost jako celek, zajímají ji všechny základní lidské potřeby i vyšší hodnoty a způsoby jejich naplňování.⁸⁵ Na vrcholu Maslowovy pyramidy potřeb stojí lidská potřeba seberealizace, proto toto nové hnutí vysoce oceňovalo osobní svobodu a schopnost jedince předvídat a řídit svůj vlastní život.⁸⁶ Humanistické psychoterapie

⁷⁷ NAKONEČNÝ, M. *Psychologie XX. století*, s. 180.

⁷⁸ GROF, S. *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s. 9.

⁷⁹ Abraham Harold Maslow (1908-1970) byl americký psycholog, hlavní zakladatel humanistického přístupu. Jeho významným přínosem je určení hierarchie lidských potřeb. Definoval pět základních potřeb člověka, kterými jsou základní fyziologické potřeby, bezpečí, láska, uznání a seberealizace, přičemž uplatňování vyšších potřeb je možné až po uspokojení nižších. Vrcholem pomyslné pyramidy je potřeba seberealizace, kterou Maslow definuje jako touhu po sebenaplnění, po uplatnění všech svých možností. (PLHÁKOVÁ, A. *Dějiny psychologie*, s. 218-220)

⁸⁰ GROF, S. *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s. 9.

⁸¹ GROF, Stanislav. *A Brief History of Transpersonal Psychology*. [on-line]. [Cit. 07.03.2019] Dostupné z: <http://www.stanislavgrof.com/page-6/>

⁸² GROF, S. *Za hranice mozku: narození, smrt, transcendence*, s. 137.

⁸³ Tamtéž, s. 137.

⁸⁴ GROF, S. *Holotropní dýchání*. S. 24.

⁸⁵ GROF, S. *Za hranice mozku: narození, smrt, transcendence*, s. 137.

⁸⁶ Tamtéž, s. 137.

byly založeny na přímém vyjádření emocí a kladly důraz na vzájemné propojení psýché a těla.⁸⁷ Humanistické hnutí našlo velkou odezvu nejen u odborníků na duševní zdraví, ale nečekaně i u široké veřejnosti.⁸⁸ Přesto si jeho zakladatelé Maslow a Sutich uvědomovali nedostatky svého nově vytvořeného konceptu a cítili potřebu doplnit jej o důležitou, dosud opomíjenou duchovní dimenzi lidské psychiky.⁸⁹ Abraham Maslow dokonce již při formulování myšlenek humanistické psychologie předvídal nástup nového psychologického směru a prohlásil, že je připravena cesta pro „čtvrtou sílu“ psychologie, která bude „nadpersonální“ a „transhumánní“.⁹⁰

V šedesátých letech dvacátého století vzrůstal zájem o východní duchovní nauky, meditace, mystické tradice a původní přírodní a šamanské moudrosti. S tím souvisely objevy nových zkušeností, označovaných jako mystické zážitky. Obrovský posun ve výzkumu lidského vědomí způsobily v té době probíhající rozsáhlé experimenty s psychedelickými látkami, které rovněž přinášely transpersonální zážitky a změněné nebo rozšířené stavy vědomí.⁹¹ Vůdčí osobností psychedelického hnutí byl americký psycholog Timothy Leary⁹², který byl po své osobní psychedelické zkušenosti přesvědčen o skrytých možnostech vědomí. LSD vnímal jako mimořádně mocný nástroj otevření mysli a zdůrazňoval, že samotná látka transcendentní zážitky nevytváří, ale působí pouze jako chemický klíč, který vědomí otevírá a uvolňuje nervovou soustavu z jejího běžného chodu.⁹³ Ve výzkumech látek rozšiřujících lidské vědomí viděl možnost poznání a využití nových dimenzí lidské osobnosti. Zároveň však měl před účinky psychedelických látek respekt a varoval před jejich zneužíváním. Upozorňoval, že člověk jejich užitím musí být připravený vůbec přijmout možnost existence neomezených obzorů vědomí, že „vědomí může překročit hranice lidského ega, vlastního já, běžné identity, překročit cokoli, co se člověk naučil, veškeré pojmy

⁸⁷ GROF, S. *Holotropní dýchání*, s. 25.

⁸⁸ GROF, S. *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s. 10.

⁸⁹ GROF, Stanislav. *A Brief History of Transpersonal Psychology*. [on-line]. [Cit. 07.03.2019] Dostupné z: <http://www.stanislavgrof.com/page-6/>

⁹⁰ NAKONEČNÝ, M. *Psychologie XX. století*, s. 180.

⁹¹ Tamtéž, s. 180.

⁹² Timothy Leary (1920-1996) americký psycholog, popularizátor psychedelické drogy LSD. Považoval mozek za „biocomputer“, jehož nervové okruhy lze aktivovat pomocí psychedelik, čímž dojde ke změně stavu vědomí a zpřístupnění zážitků a zkušeností jiných realit. (PLHÁKOVÁ, A. *Dějiny psychologie*, s. 246)

⁹³ LEARY, T., METZNER, R., ALPERT, R. *Psychedelická zkušenost*, s. 3.

o prostoru a času, jakoukoli diferenci, která obvykle dělí jednoho člověka od druhého a od okolního světa.“⁹⁴

Všechny tyto okolnosti přispěly k formování nového psychologického směru. Bylo nemožné, aby komplexní a mezikulturně platná psychologie nadále opomíjela pozorování mystických stavů, kosmického vědomí, psychedelických zážitků, náboženské, umělecké a vědecké inspirace.⁹⁵ S cílem formovat novou psychologii, obohacenou o duchovní rozměr lidské psychiky a zahrnující „celé spektrum lidských zážitků včetně různých druhů neobvyklých stavů vědomí“, vznikla v roce 1967 malá pracovní skupina. Její členové, Abraham Maslow, Anthony Sutich, Stanislav Grof, James Fadiman, Miles Vich a Sonya Marguliesová, se opakovaně scházeli a diskutovali o novém konceptu v Menlo Parku v Kalifornii.⁹⁶ Na jednom z těchto setkání Stanislav Grof navrhl pro tuto novou disciplínu název *transpersonální psychologie*. Anthony Sutich a Abraham Maslow jeho návrh přijali a opustili tak svůj původně zamýšlený název „transhumanistická psychologie“, neboli „psychologie přesahující humanistické dimenze“.⁹⁷ Již v roce 1968 založili S. Grof, A. Maslow a A. Sutich Společnost pro transpersonální psychologii jako platformu pro posun náhledu na lidskou psychiku a chápání lidské existence v souvislosti subjektivních, společenských, ekologických i kosmických vazeb. Tím započala nová fáze ve vývoji transpersonální psychologie a současně nastal problém, protože její obsah nebyl v souladu s dosavadním materialistickým světovým názorem. K řešení této otázky významně přispěly knihy amerického fyzika Fritjofa Capry, ve kterých poukázal na radikální změnu vědy a nové, revoluční poznatky ve fyzice, které byly také problémem pro stávající vědeckou generaci.⁹⁸ Z přirozeného spojování a prolínání transpersonální psychologie s dalšími vědními obory vznikla v roce 1977 Mezinárodní transpersonální společnost, jejímž rámci byla postupně vytvořena koncepce nového vědeckého myšlení a podklad pro nové vědecké paradigma.⁹⁹

⁹⁴ LEARY, T., METZNER, R., ALPERT, R. *Psychedelická zkušenost*, s. 4-5.

⁹⁵ GROF, S. *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*, s. 11.

⁹⁶ GROF, S. *Holotropní dýchání*, s. 26.

⁹⁷ Tamtéž, s. 26.

⁹⁸ GROF, Stanislav. *Přednáška ze zahájení České transpersonální konference 2016*. Délka 1:20:02. [online]. [Cit. 02.03.2019]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=Lg3gTzsyiciw>

⁹⁹ GROF, S. *Když se nemožné stane*, s. 98.

3.1.1. Předchůdci transpersonální psychologie

Přestože transpersonální psychologie vznikla jako samostatný obor až koncem 60. let 20. století, náznaky transpersonálního směřování byly u mnoha psychologů zjevné mnohem dříve.¹⁰⁰ Mezi hlavní představitele této orientace patřili například Carl Gustav Jung, Roberto Assagioli a Abraham Maslow.¹⁰¹ K vzniku transpersonální psychologie zásadní měrou přispěla práce zejména Williama Jamese a Carla Gustava Junga. Oba tyto velcí psychologové „se zasloužili o přijetí zkušenosti a vědomí na pole vědeckého výzkumu.“¹⁰²

Již na přelomu devatenáctého a dvacátého století pozoroval americký psycholog William James¹⁰³ změny vědomí při experimentech s oxidem dusným.¹⁰⁴ Díky své zkušenosti s rajským plynem došel k názoru, že „naše pravidelné bdělé vědomí, či jak mu říkáme rozumové, jest jen zvláštní druh vědomí, kdežto všude okolo něho leží potenciální formy vědomí docela rozdílné.“¹⁰⁵ Mystickým stavům vědomí přikládal velkou důležitost a přiznává jim i poznávací charakter.¹⁰⁶ Ve své knize *Druhy náboženské zkušenosti* se dokonce domnívá, že je nutné přijmout tyto jiné formy vědomí pro dosažení úplného poznání, a varuje před přeceňováním materialismu.¹⁰⁷

Jamesova teorie o tom, že v lidské psychice existuje více úrovní vědomí¹⁰⁸, měla vliv na dílo významného psychologa, Carla Gustava Junga,¹⁰⁹ který byl podle Stanislava Grofa „skutečně prvním moderním psychologem.“¹¹⁰ Jeho pojetí psychologie se výrazně odlišuje od všech dosavadních přístupů. Uvědomoval si, že západní racionalismus pohlíží na nevědomou složku lidské duše s despektem a předpokládá, že zdroje poznání jsou pouze rozumové a přicházejí zvenčí.¹¹¹ Oproti Sigmundu Freudovi, který

¹⁰⁰ GROF, S. *Za hranice mozku: narození, smrt, transcendence*, s. 143.

¹⁰¹ Tamtéž, 143.

¹⁰² LEARY, T., METZNER, R., ALPERT, R. *Psychedelická zkušenost*, s. 8.

¹⁰³ William James ((1842-1910) americký filosof a psycholog, zakladatel moderní psychologie náboženství, všestranná osobnost – odborník v anatomii a neurofyzologii, zároveň člověk s hlubokou uměleckou, náboženskou a psychologickou zkušeností, autor spisu *Principles of Psychology* (1890) (HROCH, J. *Soudobá anglo-americká a kanadská filosofie*, s. 21.)

¹⁰⁴ LEARY, T. *Záblesky paměti*, s. 22.

¹⁰⁵ JAMES, W. *Druhy náboženské zkušenosti*, s. 235.

¹⁰⁶ Tamtéž, s. 241.

¹⁰⁷ Tamtéž, s. 15.

¹⁰⁸ HROCH, J. *Soudobá anglo-americká a kanadská filosofie*, s. 28.

¹⁰⁹ Carl Gustav Jung (1875-1961) švýcarský psychiatr a psycholog, zakladatel analytické filozofie. Jeho významným přínosem v oblasti psychoterapie je snaha o pochopení lidské psychiky pomocí výkladu snů a propojení aktuálních problémů klienta s mytickými motivy. (PLHÁKOVÁ, A. *Dějiny psychologie*, s. 195)

¹¹⁰ GROF, S. *Za hranice mozku: narození, smrt, transcendence*, s. 145.

¹¹¹ JUNG, C. G. *Duše moderního člověka*, s. 20.

považoval nevědomí pouze za osobní záležitost, Jung přikládal nevědomí zásadní význam. Byl přesvědčený, že lidský život a mysl nezačíná jako *tabula rasa*, ale s určitým obsahem nevědomí, které vnímal jako skutečný zdroj vědomí.¹¹² Rozlišoval dvě oblasti nevědomé psychiky: *osobní nevědomí* náležející jedinci, a hlubší vrstvu – *kolektivní nevědomí*, které je vlastní celému lidstvu a obsahuje kolektivní duševní obsahy.¹¹³ Je představováno *archetypy*, což jsou vzorce opakujících se klíčových situací v životě, vytvořené tisíciletou zkušeností lidstva.¹¹⁴ Jung se domníval, že člověk se má v procesu *individuace*¹¹⁵ vymanit z vlivu těchto archetypů, „přijmout sebe sama, včetně svých možností a obtíží“, a dojít tak ke své vlastní podstatě.¹¹⁶ Stanislav Grof považoval C. G. Junga za prvního skutečného předchůdce transpersonální psychologie a zastával názor, že Jungova teorie kolektivního nevědomí byla později potvrzena psychoterapeutickými výzkumy s LSD.¹¹⁷ Specifický byl Jungův postoj k náboženství, které považoval za lidskou přirozenost, přispívající k integritě osobnosti.¹¹⁸

4. Náboženství, spiritualita a transpersonální psychologie

4.1. Náboženství

Náboženství je specifický lidský jev, který lze vysledovat od počátků lidské kultury.¹¹⁹ Při snaze vysvětlit pojem náboženství však zjistíme, že „ani religionistika, ani kterákoli jiná disciplína nemá obecně akceptovanou, tzn. vědeckou komunitou uznanou a přijímanou definici náboženství.“¹²⁰

¹¹² CAPRA, F. *Bod obratu*, s. 398.

¹¹³ SHARP, D. *Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga*, s. 73.

¹¹⁴ JUNG, C. G. *Psychologie und Religion*, s. 93.

¹¹⁵ *Individuace* je proces, jehož cílem je rozvoj individuální osobnosti. Jejím smyslem není překonání své vlastní osobní psychologie a směřování k dokonalosti, ale důvěrné seznámení se sebou samým a uvědomění si vlastní jedinečné psychologické reality, včetně silných i slabých osobních stránek. (SHARP, D. *Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga*, s. 59)

¹¹⁶ KOHOUTEK, R. *Dějiny psychologie pro pedagogy*, s. 66.

¹¹⁷ PLHÁKOVÁ, A. *Dějiny psychologie*, s. 244.

¹¹⁸ JUNG, C. G. *Psychologie und Religion*, s. 77.

¹¹⁹ FUNDA, O. *K filosofii náboženství*, s. 9.

¹²⁰ HORYNA, B. *Úvod do religionistiky*, s. 18.

Studiem dějin velkých světových náboženství lze odhalit, že počátkem vzniku všech velkých světových náboženství byly osobní vizionářské prožitky proroků, mystiků a světců. Tyto zážitky ukazovaly posvátné dimenze skutečnosti a pramenila z nich všechna náboženská hnutí.¹²¹ Zdrojem hinduismu byla božská zjevení mudrců, základem buddhismu vidění jeho zakladatele Siddhártha Gautamy. Inspirací islámu byla zázračná pouť proroka Mohameda, doprovázeného archandělem Gabrielem. Nezastupitelnou úlohu mají přímé prožitky i v židovsko-křesťanské tradici, kde je všeobecně známý Mojžíšův zážitek Jehovy v hořícím keři.¹²²

Moderní psychiatrie považuje zmíněné mystické zážitky jako projevy duševních chorob a všem náboženským a duchovním osobnostem přiřazuje klinické diagnózy. V dějinách lidstva ovšem představují náboženství a spiritualita zásadní roli, jak svým vlivem na osobní život každého člověka, tak inspirací pro malířskou, literární, sochařskou a architektonickou tvorbu. Svým přístupem k holotropním prožitkům tak západní psychiatrie a psychologie v podstatě patologizují nejen duchovní, ale i kulturní historii lidstva.¹²³

Stanislav Grof vnímá a vymezuje zásadní rozdíl mezi pravou spiritualitou a náboženstvím.¹²⁴ Organizované náboženství si podle jeho názoru v mnoha případech obtížně zachovává vztah ke svému spirituálnímu zdroji, je naopak překážkou opravdové spirituality, a často lidskou potřebu spirituality zneužívá. Jedná se zde o božství mimo svět, a pro kontakt s ním je potřeba prostředníka. Náboženství ve své nynější podobě je dogmatické a v současném světě působí spíše jako zdroj konfliktů, než aby přispívalo k jejich řešení. Má sice schopnost sjednotit lidi v určité skupině, ale zároveň ji postaví proti okruhu lidí s jinou vírou, a v širším kontextu tak působí rozvratně. Odlišné náboženské názory jsou zdrojem vzájemných konfliktů mezi křesťany, židy, muslimy, hinduisty. Proto dnešní společnost potřebuje více spirituality, nikoliv náboženství.¹²⁵

Pojem *náboženství* ovšem lze chápat i jinak než jako víru v Boha stojícího mimo běžný svět s nadpřirozenou mocí do něj zasahovat. Můžeme ho vnímat i jako nábožný, tedy pokorný přístup ke světu, životu a člověku, který je spojený s tušením, že za všemi

¹²¹ GROF, S. *Kosmická hra*, s. 197.

¹²² GROF, S. *Nesnadné hledání vlastního já*, s. 137-142.

¹²³ GROF, S. *Kosmická hra*, s. 196-199.

¹²⁴ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 223.

¹²⁵ Tamtéž, s. 225-226.

zjevnými skutečnostmi je skryta jakási tajemná podstata bytí. Přitom není důležité, zda je tím myšleno brahma, bůh, logos nebo tao. V tomto smyslu není podstatná věrouka, ale nábožnost sama, nábožný je každý člověk, „který dovede vnímat svět, druhého člověka a svůj vlastní život jako něco darovaného a nesamozřejmého, s čím nemůže libovolně manipulovat.“¹²⁶ Náboženství chápané jako „ztišení před tajemstvím bytí“ je jednou z nejhlubších lidských dimenzí.¹²⁷ V tomto smyslu lze také vidět společný rys náboženství a transpersonální psychologie.

4.2. Spiritualita

V rámci psychologie je spiritualita vysvětlována jako „duchovnost, vyhraněná zaměřenost na psychickou stránku člověka; důraz na co nejmenší závislost psychiky na faktorech tělesných“.¹²⁸ Z etymologického hlediska základ latinského *spirare* souvisí s dechem a dýcháním ve fyzickém slova smyslu, ale také s vnitřním duchovním životem člověka. Původní biblický pohled na člověka byl celostní, termíny „duchovní“ a „materiální“ nestály proti sobě, ale vzájemně se prolínaly a doplňovaly.¹²⁹ Pro západní vědu je podstatou všeho hmota, a skutečné pouze to, co lze definovat pomocí fyzikálních veličin. V takovém pojetí světa nemá spiritualita žádný prostor. Přesvědčení o existenci Boha, o neviditelných skutečnostech, o možnostech samostatného bytí vědomí je považováno za psychózy a spojováno s nevzdělaností.¹³⁰

Pravá spiritualita je ryze osobní a soukromou záležitostí vyjadřující vztah mezi jedincem a kosmem, pochází z osobní mystické zkušenosti¹³¹ a dodává lidskému životu a bytí *numinózní* kvalitu. Slovem *numinózní* popisoval C. G. Jung zážitky pocházející z kolektivního nevědomí, které vnímal jako posvátné nebo nadpřirozené. Použitím tohoto výrazu v souvislosti s transpersonálními zážitky je vyjádřena jejich jedinečnost a schopnost navodit „velice přesvědčivý pocit, že náleží do vyššího řádu skutečnosti, posvátné oblasti, která se od hmotného světa zásadně liší.“¹³²

¹²⁶ FUNDA, O. A. *Mezi vírou a racionalitou*, s. 295.

¹²⁷ Tamtéž, s. 295.

¹²⁸ HARTL, P., HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*, s. 556.

¹²⁹ NĚMEČKOVÁ, K. *Kapitoly k nenáboženské spiritualitě*, s. 43-45.

¹³⁰ GROF, S. *Holotropní dýchání*, s. 38.

¹³¹ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 224-225.

¹³² GROF, S. *Holotropní dýchání*, s. 40.

Stanislav Grof chápe podstatu spirituality v přímých zážitcích mimořádných aspektů a dimenzí reality, nevyžadujících zvláštní místa, časy ani ustanovené osoby, které by zprostředkovaly kontakt s posvátnem. Mystici nepotřebují zprostředkovatele pro kontakt s numinózní realitou, ale posvátné rozměry skutečnosti prožívají v rámci svého těla a přírody.¹³³ V přímých duchovních zážitcích jde o objevení vlastní božské podstaty a uvědomění si duchovní dimenze celého vesmírného řádu.¹³⁴ Tyto zážitky se mohou projevovat ve dvou odlišných podobách. V prvním případě se jedná o proměněné vnímání běžné skutečnosti, o zážitek *imanentního božství*. Člověk při této formě duchovního zážitku prožívá přírodu jako Boha,¹³⁵ vnímá lidi, zvířata i neživé předměty jako dílo kosmické tvůrčí energie a uvědomuje si, že hranice mezi nimi jsou iluzorní. Obsah vnímání je stejný jako v běžných stavech vědomí, ale je zjasněný, obohacený o další rozměr. Pro lepší pochopení osobou, která nemá žádnou zkušenost s těmito transpersonálními zážitky, přirovnává Stanislav Grof dimenzi tohoto zážitku ke změně černobílého televizního vysílání na barevné. Druhá forma duchovního zážitku, *transcendentní božství*, přináší projevy archetypálních bytostí a z jiných úrovní realit, které nelze vnímat smysly v běžných stavech vědomí. V těchto zážitcích se rozvíjejí zcela nové prvky z jiné úrovně nebo jiného řádu reality. V analogii k televiznímu vysílání se tento zážitek rovná objevu existence a možnosti sledování jiných programů než toho, na který se běžně díváme.¹³⁶

V osobních duchovních prožitcích je poznání imanentního nebo transcendentního božství založeno na bezprostřední zkušenosti. Moderním názvem pro tyto přímé duchovní prožitky je výraz *transpersonální*, který vyjadřuje změnu vnímání a interpretace světa způsobem překračujícím hranice osobnosti. Na prožitky tohoto typu a hledání jejich významu se zaměřuje obor transpersonální psychologie.¹³⁷

4.3. Transpersonální psychologie a náboženství

Výzkum holotropních stavů vědomí přinesl naději na změnu pohledu na spiritualitu a její vztah k náboženství. Přístup k člověku, přírodě a vesmíru ze strany dnešní materialistické vědy je naprosto odlišný od přístupu starověkých a předindustriálních

¹³³ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 223.

¹³⁴ GROF, Stanislav. *Přednáška ze zahájení České transpersonální konference 2016*. Délka 1:20:02. [online]. [Cit. 02.03.2019]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=Lg3gTzsyiciw>

¹³⁵ Myšlenka o božské podstatě přírody *Deus sive natura* byla hlavní filozofickou tezí B. Spinozy (1632-1677)

¹³⁶ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 224.

¹³⁷ GROF, S. *Nesnadné hledání vlastního já*, s. 46.

společností. Všechna dřívější lidská společenství uznávala názor, že kromě hmotného světa a skutečností, které standardně vnímáme, existují další, běžně neviditelné rozměry reality, obývané různými božstvy, démony, duchy předků a „mocnými zvířaty“ (power animals). Bohatý rituální a duchovní život starověkých kultur měl umožňovat přímý kontakt s těmito skrytými oblastmi a bytostmi a získávat od nich informace a pomoc při ovlivňování různých událostí v materiálním světě. Každodenní praktické činnosti dřívějších společenství, důležité pro zajištění obživy a přežití, jako například zemědělství a lov, tak byly spjaty s rituálními aktivitami, oslovujícími skryté oblasti a bytosti.¹³⁸

Nejzásadnější rozpor mezi západní materialistickou společností a starobylými kulturami tak není v množství a přesnosti poznatků o materiálním světě, které věda za poslední staletí získala, ale v odpovědi na otázku ohledně posvátnosti a duchovního rozměru lidské existence.¹³⁹ Od slavného Descartova výroku „Cogito, ergo sum“ (Myslím, tedy jsem) je v naší západní kultuře kladen důraz na racionální myšlení a vědecké poznatky jsou uznávány za jediné možné a pravdivé. Možnosti poznání intuitivního, spojovaného s náboženstvím či mystikou, jsou opomíjeny, až znevažovány. Oba způsoby fungování lidské mysli se přitom vzájemně a přirozeně doplňují.¹⁴⁰

V „prvním režimu“ vědomí jde o běžné, každodenní vnímání skutečnosti založené na racionálním úsudku. Oproti tomu „druhý režim“ poznání je intuitivní, poetický, spirituální, umožňující celkový náhled na realitu. Projevuje se například v intuici, ve snech, v umění, v plném prožívání tance, v prožitku krásy, v lásce a zamilovanosti, v prožitku soucitu a schopnosti empatie, ve schopnosti morálního úsudku a v prožitkových psychologických technikách, mimo jiné také v holotropním dýchání.¹⁴¹ Lidé v dávných kulturách se snažili mnoha různými způsoby dosáhnout změněných stavů vědomí, protože informace z nich přicházející byly vysoce hodnoceny.¹⁴² Přestože v mystických tradicích bylo nashromážděno značné množství poznatků o lidském vědomí i duchovních oblastech způsobem připomínajícím současné vědecké postupy,¹⁴³ západní kultura se svým materialistickým zaměřením považuje za normální a jediné možné získávání informací v běžném stavu vědomí. Naše kultura je „výjimečná“ v tom,

¹³⁸ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 222.

¹³⁹ Tamtéž, s. 221.

¹⁴⁰ CAPRA, F. *Bod obratu*, s. 45-46.

¹⁴¹ NĚMEČKOVÁ, K. Kapitoly k nenáboženské spiritualitě, s. 11.

¹⁴² Tamtéž, s. 11.

¹⁴³ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 222-230.

že jako první v dějinách lidstva s nástupem vědecko-technické revoluce vytěsnila úctu k prožívání druhého modu vědomí, zejména jeho duchovní stránky.¹⁴⁴

Přitom jak věda, tak náboženství, jsou významnou složkou lidské existence. „Věda je nejjdeálnější nástroj k získávání informací o světě, v němž žijeme, zatímco spiritualita představuje nezastupitelný zdroj dávající našemu životu smysl.“¹⁴⁵ Proto se transpersonální psychologie snaží o propojení nejmodernějších vědeckých poznatků se spiritualitou.¹⁴⁶

4.4. Kritika transpersonální psychologie

Transpersonální psychologie se již od počátku svého vzniku potýkala a dosud potýká s odmítáním převážné části odborné veřejnosti. Je kritizována za nevědecký, iracionální přístup a někdy nazývána i novodobým náboženstvím.¹⁴⁷ Mezi nejznámější kritiky alternativní medicíny a léčitelství u nás patřil prof. MUDr. Jiří Heřt, DrSc., zakládající člen a dlouholetý předseda Českého klubu skeptiků Sysifos. Vedl autorský kolektiv knihy *Alternativní medicína – možnosti a rizika*, ve které je Grofova transpersonální psychologie řazena do stejné kategorie jako léčení vírou, mezi charismatické léčitele, mystiky a zázraky. Odpůrci transpersonální psychologie zde zásadně odmítají základní předpoklad transpersonální psychologie, že zážitky z mimořádných stavů vědomí jsou výpovědí o skutečné realitě, nejčastěji minulé. Posuzují je pouze jako halucinace, způsobené intoxikací.¹⁴⁸ Napadají nedostatečnost Grofových argumentů, které podle jejich názorů sám svým podáním zpochybňuje, když říká, že transpersonální zážitky zahrnují reálné události „nevysvětlitelným způsobem.“¹⁴⁹ Léčebný efekt, který Stanislav Grof přisuzuje stavům navozeným holotropním dýcháním, připouští pouze ve smyslu placebového efektu.¹⁵⁰ Tento efekt působí u jakékoliv léčby, klasické i alternativní, a jako třetí faktor doplňuje působení hojivé síly přírody a účinek medikamentu. Účinek

¹⁴⁴ NĚMEČKOVÁ, K. Kapitoly k nenáboženské spiritualitě, s. 11.

¹⁴⁵ GROF, S. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*, s. 227.

¹⁴⁶ GROF, Stanislav. *Přednáška ze zahájení České transpersonální konference 2016*. Délka 1:20:02. [online]. [Cit. 02.03.2019]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=Lg3gTzsyici>

¹⁴⁷ PLHÁKOVÁ, A. *Dějiny psychologie*, s. 243.

¹⁴⁸ HEŘT, J. *Alternativní medicína: možnosti a rizika*, s. 98.

¹⁴⁹ Tamtéž, s. 98.

¹⁵⁰ Sysifos. *Slovník esoteriky a pavěd: Transpersonální psychologie*. [online]. [Cit. 03.04.2019]. Dostupné z: <https://www.sisyfos.cz/clanek/903-transpersonalni-psychologie>

placeba spočívá primárně v pozitivním vlivu na vědomí pacienta a subjektivní vnímání nemoci, což následně může vést částečně k pozitivnímu ovlivnění tělesného stavu.¹⁵¹

Současná česká psychiatrie a psychologie transpersonální psychologii a názory Stanislava Grofa neuznává jako seriózní teorii. Tento negativní postoj ilustruje mimo jiné uveřejnění Grofova příspěvku s výzvou k revizi a přehodnocení psychologie a návrhem na změnu paradigmatu v časopise Česká a slovenská psychiatrie v rubrice mezi příspěvky od čtenářů, nikoliv v části odborných statí.¹⁵²

4.4.1. Sysifos a bludné balvany pro Grofa

Český klub skeptiků Sysifos je sdružení, které si klade za cíl napomáhat rozvoji kritického myšlení a vědy a popularizovat je. Tato společnost považuje Stanislava Grofa za nadaného vědce a psychiatra a uznává přínos jeho výzkumu změněných stavů vědomí pod vlivem psychotropních látek a možnost jejich využití k psychoterapeutickým účelům.

Transpersonální psychologie však z jejich pohledu není seriózní vědou, ale pavědou, jakýmsi „kočkopsem“, snažícím se sjednotit vědu a spiritualitu. Věda má být podřízena kritickému myšlení a metodám, fakta ověřitelná, teorie testovatelné. Naše společnost je založena na vědeckém poznání, které považuje člověka a jeho vědomí za výsledek přírodního vývoje. Podle současného stavu přírodních věd a na základě ověřených poznatků je lidské vědomí založeno na informacích získaných pomocí smyslů a šířených pomocí biologických informačních kanálů. Grofova podpora teorie o původu lidského vědomí mimo mozek a jeho možnostech spojení s kosmickým vědomím je tak zcela proti vědeckým faktům. Myšlenka, že vědomí a duše se může odpoutat od těla, je podstatou náboženského vnímání.¹⁵³

Podle Sysifa se tak Stanislav Grof dopouští nejzávažnějšího prohřešku vůči vědě tím, že spojuje ověřené a kriticky zhodnocené vědecké poznatky s náboženskými představami. Za matení veřejnosti v tomto smyslu Sysifos udělil Stanislavu Grofovi

¹⁵¹ Sysifos. *Slovník esoteriky a pavěd: Placebo*. [online]. [Cit. 03.04.2019]. Dostupné z: <https://www.sisyfos.cz/clanek/950-placebo>

¹⁵² GROF, Stanislav. *Přednáška ze zahájení České transpersonální konference 2016*. Délka 1:20:02. [online]. [Cit. 02.03.2019]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=Lg3gTzsyiciw>

¹⁵³ ČENĚK, Zlatník. *Vězení racionality – Sysifos, Stanislav Grof a Bludné balvany*. [on-line]. [Cit. 03.03.2019] Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=3ufnQoldH0U>

v roce 2000 svoje ocenění Bludný balvan.¹⁵⁴ Anticenu uděluje pravidelně každým rokem za pseudovědeckou činnost. U příležitosti 10. výročí udělování těchto cen v roce 2007 obdržel od klubu Sysifos Stanislav Grof navíc jubilejní Diamantový bludný arcibalvan. Tímto Grofovým opakovaným oceněním skeptici reagovali na Grofovo uznání Nadací Vize97 Dagmar a Václava Havlových¹⁵⁵ v témže roce. Považovali za potřebné upozornit na absurdní skutečnost, že i někteří odborníci z oblasti vědy uznávají Stanislava Grofa jako seriózního vědce přesto, že ignoruje poznatky přírodních věd a „blábolivým výpovědím přiotrávených hyperventilantů přiznává status skutečnosti, a odvodil z nich dokonce představu kosmického Absolutního Vědomí,“ pro které neexistují časové ani prostorové hranice.¹⁵⁶

4.5. Transpersonální psychologie a globální celospolečenská krize

Podle Stanislava Grofa všechny dnešní ekonomické, politické, sociální i technické problémy zrcadlí emocionální, morální a duchovní stav lidstva, a současná globální krize je tak vlastně celospolečenskou psychospirituální krizí. Lidé v moderní společnosti se odcizili sami sobě a duchovním hodnotám. Naději v tomto smyslu přináší v posledních desetiletích oživení zájmu o starodávné duchovní tradice a spiritualitu. Lidé, kteří projdou transformačním procesem s využitím holotropních stavů vědomí, ať již spontánním či vyvolaným meditačními technikami nebo holotropní terapií, mění hierarchii svých hodnot a uvědomují si, že podstata našich potřeb není materiální, ale duchovní. Spirituální probouzení přináší ústup od ničivých a sebezničujících povahových rysů a úctu ke všem formám života, větší toleranci, ohleduplnost a empatii, což poskytuje naději na posun ve vědomí lidstva.¹⁵⁷

¹⁵⁴ *Bronzový Bludný balvan v kategorii jednotlivců za rok 2000 – MUDr. Stanislav Grof.* [online]. [Cit. 28.03.2019]. Dostupné z: <https://www.sisyfos.cz/clanek/83-bronzovy-bludny-balvan-v-kategorii-jednotlivcu-za-rok-2000-mudr-stanislav-grof>

¹⁵⁵ Nadace Vize97 Dagmar a Václava Havlových uděluje každoročně cenu Vize97 „významnému mysliteli, který svým dílem překračuje tradiční rámec vědeckého poznání, přispívá k chápání vědy jako integrální součásti obecné kultury, nekonvenčním způsobem se zabývá základními otázkami poznání, bytí a lidské existence“ [online] Dostupné z: <http://www.vize.cz/kultura/cena-nadace-vize-97/>

¹⁵⁶ *Jubilejní Diamantový Bludný Arcibalvan.* [online] Dostupné z: <http://www.sysifos.cz/index.php?id=vypis&sec=1205049204>

¹⁵⁷ GROF, S. *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii: pozorování z moderního výzkumu vědomí*, s. 209-215.

Velký zájem o transpersonální psychologii projevoval také bývalý český prezident Václav Havel, který nepůsobil pouze jako obyčejný politik, ale byl opravdovou „hlavou státu s širokou a globální duchovní vizí.“¹⁵⁸ Podporoval myšlenku spojení moderního vědeckého světového názoru a duchovní vize světa, diskutoval se Stanislavem Grofem o možnostech vlivu transpersonálního myšlení na politiku a ekonomii.¹⁵⁹ Opakovaně upozorňoval na nebezpečí, která vyplývají z nárůstu počtu obyvatel země, s čímž souvisí požadavky na toleranci při soužití lidí různých národů a kultur, a zároveň na ochranu životního prostředí, na kterém je lidstvo existenčně závislé. Kritizoval zaměření na nesmyslný růst výroby a spotřeby jako na měřítko úspěšnosti ve společnosti, vyčerpávání zdrojů energie, narušování ekosystémů, a vnímal potřebu zásadní změny ve směřování civilizace.¹⁶⁰ Byl přesvědčený, že *„jedinou možností je, že se něco změní ve sféře ducha, v oblasti lidského vědomí, v samotném postoji člověka ke světu a v samotném jeho porozumění sobě samému a svému místu v celkovém řádu bytí. Je třeba jinak a lépe chápat sám smysl našeho pozemského bytí a počínání. A teprve toto nové pochopení může vytvořit nové modely chování, nové stupnice hodnot a životních cílů.“*¹⁶¹

¹⁵⁸ GROF, S. *Když se nemožné stane*, s. 102.

¹⁵⁹ Tamtéž, s. 103.

¹⁶⁰ *Projev Václava Havla na Foru 2000 v roce 1997*. [on-line]. [Cit. 03.04.2019]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=0SwYwkyQoH8>

¹⁶¹ *Projev Václava Havla na Foru 2000 v roce 1997*. [on-line]. [Cit. 03.04.2019]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=0SwYwkyQoH8>

5. Závěr

Cílem předložené bakalářské práce bylo představení a objektivní posouzení transpersonální psychologie na základě díla jejího zakladatele, Stanislava Grofa. Transpersonální psychologie je poměrně mladý psychologický směr, který se zabývá změněnými, mimořádnými stavy vědomí, studuje je, snaží se jim porozumět. Jejím základem je přesvědčení, že vnitřní spiritualita je podstatnou a neoddělitelnou součástí lidské existence, proto klade důraz na prožitky, které jsou odlišné od vnímání v běžné každodenní zkušenosti a přesahují ji. Tyto zážitky jsou nazývány a popisovány jako vrcholné, spirituální, transcendentální nebo mystické. Obsahem uvedených zážitků jsou často prožitky identifikace s jinými osobami nebo zvířaty, jevy z jiných kultur, z jiných historických období, tedy z oblasti lidské psychiky, kterou C. G. Jung nazýval kolektivním nevědomím. Obdobné duchovní prožitky měli i velcí mystici a prorokové, a jejich vize se pak staly základem významných světových náboženství. Proto je transpersonální psychologie od počátku své existence přijímána s rozporuplnými reakcemi a převážně odmítána odbornou vědeckou veřejností.

Bakalářská práce v první části popisuje Grofovu životní cestu, přibližuje události, které měly určující vliv na jeho život profesní. Jednou z nejdůležitějších událostí bezesporu bylo Grofovo seznámení s LSD, jehož účinky měl možnost na sobě jako jeden z prvních v tehdejší Československu vyzkoušet. Tento hluboký zážitek nasměroval jeho kroky k výzkumům mimořádných stavů vědomí, které se staly jeho celoživotním zájmem. Po okupaci Československa v roce 1968 by významné Grofovo rozhodnutí zůstat v USA, kde se tehdy účastnil rozsáhlého klinického výzkumu terapeutických účinků psychedelických látek v týmu Maryland Psychiatric Center v Baltimoru. Po zákazu experimentů s psychotropními látkami Stanislav Grof se svojí ženou objevil metodu holotropního dýchání, pomocí které lze dosáhnout mimořádných stavů vědomí i bez těchto látek. Pro lepší pochopení zážitků z holotropních stavů vědomí Grof rozšířil psychiatrickou mapu lidské psyché o další dvě důležité úrovně, a k dosud běžně používané oblasti biografických postnatálních vzpomínek přidal oblast prenatální a transpersonální.

Obsahem druhé části práce je stručné nastínění historických okolností podmiňujících vznik a vývoj transpersonální psychologie a připomenutí dvou jejích nejvýznamnějších předchůdců, Williama Jamese a Carla Gustava Junga.

Třetí část porovnává pojmy náboženství a spiritualita na základě vysvětlení jejich významu. Rovněž uvádí kritické názory a argumenty odpůrců transpersonální psychologie, kteří zásadně odmítají základní předpoklad transpersonální psychologie, že zážitky z mimořádných stavů vědomí jsou výpovědí o realitě, nejčastěji minulé, a posuzují je pouze jako halucinace, způsobené intoxikací.

Teprve v průběhu psaní bakalářské práce a při hlubším seznamování se s teoriemi transpersonální psychologie jsem si uvědomila, jak velice obsáhlá tato oblast je, jaké má složité vazby a souvislosti. Práce potvrzuje kontroverznost tématu, k němuž je těžké, až nemožné, vzhledem k úrovni dosavadních poznatků zaujmout jednoznačné objektivní stanovisko. Vzbuzuje silné emoce, které způsobují zaujatost jak u příznivců, tak odpůrců této teorie. Osobně věřím, že například metoda holotropního dýchání může mít v mnoha případech pozitivní terapeutické účinky, které budou v budoucnu potvrzeny objektivní klinickou studií. Významný přínos Grofovy činnosti v oblasti transpersonální psychologie vidím rovněž v jeho snaze znovuobjevit pro západní, materialisticky zaměřenou společnost moudrosti ukryté v dávných východních duchovních tradicích, v nichž stále více lidí dnes hledá podporu při hledání smyslu života, a v souvislosti s tím pak mění svůj systém hodnot.

Transpersonální psychologie přináší výzvu materialistickému myšlení. Ale pouze seriózní vědecké výzkumy mohou přinést odpověď na otázku týkající se reálnosti mystických zážitků a zjistit, jestli vypovídají o určitých základních aspektech bytí, nebo jsou výsledkem fantazie nebo duševní poruchy.

6. Seznam použité literatury a ostatní zdroje

6.1. Primární literatura

GROF, Stanislav. *Dobrodružství sebeobjevování*. Vyd. 2. Praha: Perla, 2000. ISBN 80-902156-5-3.

GROF, Stanislav. *Holotropní dýchání*. Vyd. 1. Opava: HOLOS, 2011. ISBN 978-80-254-9215-4.

GROF, Stanislav. *Holotropní vědomí: Tři úrovně lidského vědomí, formující naše životy*. Vyd. 1. Praha: Gemma89, 1992. ISBN 80-85206-18-8.

GROF, Stanislav. *Když se nemožné stane*. Vyd. 1. Praha: Práh, 2012. ISBN 978-80-7252-359-7.

GROF, Stanislav. *Kosmická hra: Zkoumání hranic lidského vědomí*. Vyd. 1. Praha: Perla, 1998. ISBN 80-902156-1-0.

GROF, Stanislav. *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii: pozorování z moderního výzkumu vědomí*. Praha: Moraviapress, 2007. Knihovna Ceny Nadace Dagmar a Václava Havlových VIZE97. ISBN 978-80-86181-83-7.

GROF, Stanislav. *Psychologie budoucnosti: poznatky a poučení z moderního výzkumu vědomí*. Vyd. 3. Praha: Argo, 2007. ISBN 978-80-7203-937-1.

GROF, Stanislav. *Za hranice mozku: Narození, smrt, transcendence*. Vyd. 1. Praha: Gemma89, 1993. ISBN 80-85206-12-9.

GROF, Stanislav, GROF Christina. *Krise duchovního vývoje: Když se osobní transformace promění v krizi*. Vyd. 1. Praha: Chvojko nakladatelství, 1999. ISBN 80-86183-09-2.

GROF, Christina, GROF, Stanislav. *Nesnadné hledání vlastního já: Růst osobnosti pomocí transformační krize*. Vyd. 1. Praha: Chvojko nakladatelství, 1999. ISBN 80-86183-10-6.

HEŘT, Jiří. *Alternativní medicína: možnosti a rizika*. Vyd. 1. Praha: Grada, 1995. ISBN 80-7169-151-8.

JAMES, William. *Druhy náboženské zkušenosti*. Praha: Melantrich, 1930. ISBN neuvedeno.

JUNG, Carl Gustav. *Duše moderního člověka*. Vyd. 1. Brno: Atlantis, 1994. ISBN 80-7108-087-X.

JUNG, Carl Gustav. *Psychologie und religion*. Zürich: Rascher a Cie. A.-G., Verlag, 1940.

6.2. Sekundární literatura

CAPRA, Fritjof. *Bod obratu*. Praha: DharmaGaia, 2002. ISBN 80-85905-426.

FUNDA, A. Otakar. *K filosofii náboženství*. Vyd. 1. Praha: Univerzita Karlova, 2017. ISBN 978-80-246-3748-8.

FUNDA, A. Otakar. *Mezi vírou a racionalitou*. Vyd. 1. Brno: L. Marek, 2002. ISBN 80-86263-39-8.

HARNER, Michael. *Cesta šamana*. Vyd. 1. Praha: DharmaGaia, 2010. ISBN 978-80-86685-81-6.

HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. Praha: Portál s.r.o., 2000. ISBN 80-7178-303-X.

HORYNA, Břetislav. *Úvod do religionistiky*. Praha: ISE, edice OIKÚMENÉ, 1994. ISBN 80-85241-64.1.

HOSKOVEC, J., NAKONEČNÝ, M., SEDLÁKOVÁ, M. *Psychologie XX. století*. Praha: Univerzita Karlova v Praze – Nakladatelství Karolinum, 2003. ISBN 80-246-0300-4.

HROCH, Jaroslav. *Soudobá anglo-americká a kanadská filosofie*. Brno: Filozofická fakulta Masarykovy univerzity, 2003. ISBN 80-210-3269-3.

KOHOUTEK, R. *Dějiny psychologie pro pedagogy*. Brno: Masarykova univerzita, 2008. ISBN 978-80-210-4540-8.

LEARY, Timothy. *Záblesky paměti*. Praha: Votobia, 1996. ISBN 80-7198-038-2.

LEARY, Timothy, METZNER, Ralph, ALPERT, Richard. *Psychedelická zkušenost*. Edice Dvěře. ISBN nevedeno.

NĚMEČKOVÁ, Kamila. *Kapitoly k nenáboženské spiritualitě*. Praha: Carpe Monumentum, 2016. ISBN 978-80-905334-3-1.

PLHÁKOVÁ, Alena. *Dějiny psychologie*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2006. ISBN 80-247-0871-X.

SHARP, Daryl. *Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2005. ISBN 80-85880-39.3.

WINKLER, Petr. *Definice, vznik a vývoj transpersonální psychologie*. In: Winkler, P., Vančura, M. (eds.) *Transpersonální myšlení v psychologii a psychoterapii*. Vyd. 1. Praha: TROTON, 2016. ISBN 978-80-7553-034-9. S. 26-41.

6.3. Internetové a ostatní zdroje

Cena Nadace Dagmar a Václava Havlových VIZE97. [on-line].[Cit. 03.03.2019].

Dostupné z: <http://www.vize.cz/kultura/cena-nadace-vize-97/>

ČENĚK, Zlatník. *Vězení racionality – Sisyfos, Stanislav Grof a Bludné balvany*. [on-line].[Cit. 03.03.2019]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=3ufnQoldH0U>

GEN: *Stanislav Grof*. Režie: Igor Chaun. Délka 15:52 min. [on-line].[Cit. 03.03.2019].

Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=m2Mnex430Tg>

GROF, Stanislav. *A Brief History of Transpersonal Psychology*. [on-line].[Cit.

07.03.2019]. Dostupné z: <http://www.stanislavgrof.com/page-6/>

GROF, Stanislav. *Přednáška ze zahájení České transpersonální konference 2016*. Délka 1:20:02. [on-line].[Cit. 02.03.2019]. Dostupné z:

<https://www.youtube.com/watch?v=Lg3gTzsyCiW>

Jubilejní Diamantový Bludný Arcibalvan – Prof. MUDr. Stanislav Grof, M. D., Ph.D.

[online]. [Cit. 28.03.2019]. Dostupné z:

<http://www.sisyfos.cz/index.php?id=vypis&sec=1205049204>

Bronzový Bludný balvan v kategorii jednotlivců za rok 2000 – MUDr. Stanislav Grof.

[online]. [Cit. 28.03.2019]. Dostupné z: <https://www.sisyfos.cz/clanek/83-bronzovy-bludny-balvan-v-kategorii-jednotlivcu-za-rok-2000-mudr-stanislav-grof>

Projev Václava Havla na Foru 2000 v roce 1997. [on-line].[Cit. 03.04.2019]. Dostupné

z: <https://www.youtube.com/watch?v=0SwYwkyQoH8>

Sisyfos. *Slovník esoteriky a pavěd: Placebo*. [online]. [Cit. 03.04.2019]. Dostupné z:

<https://www.sisyfos.cz/clanek/950-placebo>

Sisyfos. *Slovník esoteriky a pavěd: Transpersonální psychologie*. [online]. [Cit. 03.04.2019]. Dostupné z: <https://www.sisyfos.cz/clanek/903-transpersonalni-psychologie>

7. Resumé

Bachelor thesis introduces and evaluates the transpersonal psychology based on a work of its founder Stanislav Grof. New field of psychology deals with altered states of consciousness, mystical and spiritual experiences. It also takes a spiritual growth and spirituality as a significant part of a human existence. Since a beginning of its origin is connected with contradictory reactions. On one side stands a critic from traditional psychiatrics and psychologists which accuse transpersonal psychology of an unscientific approach and an absence of verifiable proofs to support their theories. On other side is a wide public interest caused by a need for compensation of a materialistic focus of the current society.

First part of the thesis describes Grof's life and important moments, which led him to decision to dedicate whole life to consciousness research, especially its nonstandard states. It introduces his opinions on a relation between mass and consciousness. Presents holotropic breathing method, which he discovered with his wife Christine and with which can be achieved altered states of consciousness without use of psychedelic substances. In second part of the thesis are outlined historical events leading to creation of the transpersonal psychology and mentioned its predecessors. Content of the third part is a concept comparison of religion and spirituality based on an explanation of their meaning.

Bachelor thesis confirms controversy and difficulty of this theme, which is with no doubt represented by the transpersonal psychology. It is difficult to make a clear objective opinion regarding to insufficient amount of knowledge in this area and moreover because opinions of both opponents and supporters of this theme are significantly subjective.