

**JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH
BUDĚJOVICÍCH
PEDAGOGICKÁ FAKULTA**

Katedra pedagogiky a psychologie

**Vliv víry v transcendentno na subjektivní vnímání
kvality života**

Bakalářská práce

Obor Psychologie

České Budějovice 2010

Vedoucí bakalářské práce:
Mgr. et Mgr. Lukáš Dastlík

Vypracovala:
Zlata Michňová

*Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci zpracovala samostatně a použila jen
prameny uvedené v seznamu literatury.*

*Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím
se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě pedagogickou
fakultou, elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG
provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích
internetových stránkách.*

V Českých Budějovicích, březen 2010

podpis.....

Poděkování:

Chtěla bych nejdříve poděkovat své rodině za to, že mi umožnila svou péčí, podporou a financemi studovat.

Chtěla bych poděkovat svému vedoucímu práce Mgr. Lukášovi Dastlíkovi za ochotné vedení práce tohoto tématu, za čas, trpělivost, důvěru, inspiraci a odborné připomínky k této práci.

Chtěla bych poděkovat svému příteli Janovi za rady, pomoc při práci s Excelem a jeho oporu.

A v neposlední řadě svým dobrým přátelům (Pavlovi K., Blance Š., Verče K. a Elišce H.) a respondentům, bez kterých bych nemohla tento výzkum realizovat.

Anotace:

Bakalářská práce „Vliv víry v transcendentno na subjektivní vnímání kvality života“ se zabývá hledáním souvislostí mezi způsobem víry v sebepřesah a subjektivním vnímáním a hodnocením kvality života v jeho jednotlivých oblastech.

Práce je rozdělena na dvě části. Část teoretická se věnuje vymezením pojmů jako je např. osobnost, spirituální potřeba, víra, motivace patřit do náboženské skupiny, psychologie náboženství, sekty, ateismus, kvalita života, způsob měření kvality života a poznatky z již realizovaných výzkumů souvisejících s tématem, které napomáhají k získání objektivního pohledu na problematiku víry.

V praktické části výzkumu je pomocí dotazníkového šetření hledána souvislost mezi náhledem na svět reprezentovaném čtyřmi skupinami respondentů - ateisty, jedinci se svou osobní vírou, jedinci inspirovanými více náboženstvími či filozofickými školami a věřícími - a vnímáním kvality života.

Tato práce chce napomoci k pochopení problematiky víry a kvality života a může být inspirací a podnětem k dalšímu zkoumání lidské spirituality.

Abstract:

The bachelor thesis „Influence of the faith in a transcendence on a subjective perception of the life quality“ is engaged in searching links between mode of faith in „self-transcendence“ and a subjective perception and an evaluation of life quality in several areas.

The thesis is divided into a two parts. The theoretical part is devoted to defining terms such as a personality, a spiritual requirement, a faith, a motivation to belong to a religious group, a religion psychology, sects, an atheism, a quality of life, a method of measurement quality of life and a knowledge of previously realized researches, which relate to the main topic, and helps to obtain an objective view on an problems of faith.

In a practical part of the research there is finding a connection between the view of the world and the perception of quality of life via means of questionnaires, which is represented by four groups of respondents – atheist, individuals with his own specific faith, individuals who are inspired by several religions or philosophic courses and believers.

This thesis contributes to understanding the problems of faith and a quality of life and it might be inspiration and a prompt for further researches of human spirituality.

Obsah

Anotace:	3
Abstract:	3
Obsah	5
Úvod	7
I. Teoretická část	8
1. Osobnost	8
1.1 Osobnost a spirituální potřeba.....	8
1.2 Eriksonova vývojová stádia s důrazem na spirituální aspekt.....	9
1.3 Víra.....	11
1.4 Osobnost a náboženství.....	12
1.5 Motivace pro členství v náboženské skupině.....	13
2. Náboženství	14
2.1 Historie náboženskosti ve společnosti	15
2.2 Současná situace náboženství a víry ve společnosti	15
3. Formy víry	16
3.1 Náboženská víra - největší náboženství	16
3.2 Víra vycházející ze sekty	18
3.3 Víra přiklánějící se k novým náboženským hnutím.....	20
3.4 Nevěřící	22
4. Výzkumy zabývající se náboženskostí člověka	24
5. Spirituální aktivity	25
6. Spirituální zážitky	26
6.1 Transpersonální zážitky	26
6.2 Náboženské zážitky.....	28
6.3 Transcendentální zážitky.....	29
7. Psychologie a náboženství	31
7.1 Psychologie náboženství.....	31
7.1.1 Názory na náboženství.....	32
7.2 Náboženství v psychoterapii	32
8. Kvalita života	34
8.1 Historie kvality života.....	35
8.2 Oblasti kvality života	35
8.3 Subjektivní stránka kvality života.....	37
8.4 Měření kvality života	37
8.5 Dotazníky měřící kvalitu života.....	38
II. Výzkumná část	40
9. Výzkum	40
9.1 Cíle výzkumu	40
9.2 Výzkumná otázka:.....	40
9.3 Výzkumný soubor	40
9.4 Hypotézy	41
9.5 Metoda:	41
10 Realizace výzkumu	42
10.1 Dotazníkové šetření.....	42
10.2 Výsledky dotazníkového šetření a jejich interpretace.....	43

10.2.1 Rozdělení respondentů do výzkumných skupin.....	43
10.2.2 Výzkumný soubor (statistické údaje).....	46
10.2.3 Otázky zjišťující prožívání a postoje respondenta	49
10.2.4 Otázky zjišťující spokojenost.....	56
10.2.5 3. část dotazníku: otázky, které rozčleňují respondenty do výzkumných skupin	60
10.2.6 4. část: otázky týkající se aplikace víry či názoru na svět do praktického života.....	60
10.3 Hypotézy kvantitativního výzkumu - výsledky.....	67
10.4 Diskuze.....	68
10.5 Závěr	69
Seznam literatury:.....	72
Klíčová slova	76
III. Přílohy	78

Úvod

Často se setkávám s lidmi různého náboženského vyznání a s rozmanitým vnímáním víry či ateizmu. Mnoho z nich jsem měla tu čest poznat důkladně a lépe pochopit jejich postoj k otázce sebepřesahu. Během setkání a rozhovorů s těmito lidmi jsem se začala zajímat o otázku, jaká je souvislost mezi způsobem přijímání víry a subjektivním vnímáním kvality života dotyčným jedincem. Všimla jsem si odlišnosti jednotlivých pohledů. To mě vedlo k otázce: „Jak ovlivňuje víra v transcendentno subjektivní vnímání kvality života?“. Na tuto otázku jsem si nikdy jednoznačně nedokázala odpovědět, proto jsem se rozhodla tomuto tématu věnovat ve své bakalářské práci. Ke zkoumání mě dovedl i fakt, že smyslem většiny lidí je žít kvalitní, smysluplný a spokojený život (Fromm, 2003).

V názvu své práce jsem použila pojem „transcendentno“, protože se ve svém výzkumu chci věnovat rozličným formám víry, nejen ve smyslu čistě náboženském.

Má práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. V teoretické části se chci zabývat osobností a jejím vývojem spirituality, spirituální potřebou, transcendentálními a transpersonálními zážitky, náboženstvím, sektami, náboženstvím v psychoterapii, psychologii náboženství, druhům a způsobům víry, ateizmu, transcendentnem a životní spokojeností. Teoretické poznatky a jednotlivá témata jsou různorodá vzhledem k obsáhlosti této problematiky.

V praktické části se zabývám výzkumem, jeho výsledky a následnými interpretacemi. Jako cíl jsem si stanovila zjistit, zda existuje korelace mezi způsobem víry a kvalitou života.

Má bakalářská práce a její výsledky mohou posloužit k přiblížení problematiky případným badatelům v této oblasti a může být inspirací pro další zkoumání vlivu víry na vnímání kvality života jedince.

I. Teoretická část

1. Osobnost

„Osobnost je jednota duševního života, založená na jednotě těla, utvářená a projevující se v sociálních vztazích.“ (Smékal, 2005, str. 19).

„Osobnost je individualizovaný systém - integrace psychických procesů, stavů a vlastností, které vznikají jednak socializací (působením výchovy a prostředí), jednak přetvářením vnitřních vrozených podmínek bytí člověka a determinují a řídí předmětné činnosti jedince, jeho sociální styky a duchovní vztahy.“ (Smékal, 2004, str. 27).

Smékal rozlišuje dva typy lidí:

1. Reaktivní - čekají na podněty a vedení z vnějšku, jsou nerozhodní a jsou rádi, když za ně rozhoduje někdo jiný.. Jejich chování má jasný řád a to jim dodává jistotu. Ti mohou mít sklon k tomu se stát věřícími, jelikož instituce náboženství řád poskytuje.
2. Aktivní - jsou iniciativní, o všem rozhodují na základě vlastního zvážení, cíle si nejraději vytyčují sami a zvažují různé možnosti (Smékal, 2005).

1.1 Osobnost a spirituální potřeba

Maslow potřebu transcendence (sebepřesahu) staví na vrchol hierarchie potřeb, a to z toho důvodu, že pomáhá člověku k plnému sebeuskutečnění. Do transcendence patří i potřeba spirituality, kosmické identifikace a prožití zážitku, že člověk je součástí velkého celku - lidí, přírody a vesmíru, který je řízen vyšším řádem. Z tohoto důvodu by mělo být poznání postoje jedince k spiritualitě nedílnou součástí jak psychotherapeutického, tak i diagnostického procesu, protože nezralost spirituální složky osobnosti může vést k dezintegraci nebo dokonce rozkladu osobnosti. Psychologie chápe spiritualitu jako něco, co s náboženským vyznáním nutně nemusí souviset, proto ji lze nazývat „nenáboženskou spiritualitou“ (Říčan, 2007b).

Člověk má přirozenou potřebu cítit harmonii a jednotu mezi sebou a okolím. Tato potřeba ho pudí k dosažení jednoty tělesné a duševní, jež má následně vliv na jeho

myšlení, cítění i jednání. Z toho vyplývá, že člověk prožitek jednoty hledá ve všech oblastech svého bytí (Fromm, 2003).

„Jedinec musí sám sobě skládat účty o sobě a o smyslu své existence, aby překonal vnitřní trhlinu; cítí, poháněn vůlí po „absolutnu“, nutnost hledat novou harmonii, která by z něj sňala prokletí, jež ho odcizuje přírodě, jeho druhům a sobě samému.“ (Fromm, 2003, str. 33)

Aby člověk dosáhl větší stability v životě, je třeba u něj prohloubit duchovní perspektivy života. Toto si již uvědomuje i širší veřejnost, a proto i každá intervence sociální práce probíhá v pěti kontextech - geografickém, politickém, socioekonomickém a kulturním, ke kterému patří také kontext spirituální. Tento postup vychází z integrálního pojetí osobnosti a jeho potřeb, kam se řadí i duchovní potřeba (Palaščíková, 2008). Duševně zdravý člověk musí znát a naplňovat smysl svého života (Říčan, 2002).

1.2 Eriksonova vývojová stádia s důrazem na spirituální aspekt

Religiozita se rozvíjí celý život. Představy o Bohu přejímáme od svého okolí z jeho zkušeností, např. náboženskou výchovou (Říčan, 2002).

Člověk vzhledem ke svému vývoji zažívá různou intenzitu jednotlivých potřeb a proto i potřeba spirituality a transcedence se u osobnosti vyvíjí. Jednotlivá stádia, ve kterých dochází k uspokojení hlavní potřeby a klíčového tématu, mají význam pro dané vývojové období, zejména ve smyslu utváření pozdější spirituality.

Eriksonova teorie osmi stádií:

1. stádium základní důvěry do 1. roku života

V tomto stádiu se náboženská víra jako samotná neutváří, ale tento proces je důležitý z hlediska utváření důvěry a schopnosti umět se na někoho spolehnout. Tato schopnost se později může uplatnit, když se setká s informací existence Boha. Důvěra je nejdůležitější složkou náboženské víry. Erikson popsal kojenecký věk jako spojení s celým vesmírem a jeho řádem, protože malé dítě se ještě nedokáže oddělit od světa a nemá vlastní identitu, pouze tu celosvětovou („cit stvořenosti“) (Říčan, 2002).

2. stádium první autonomie (1. - 3. rok)

Dítě poprvé zakouší pocity autonomie, díky rozvinuté schopnosti pohybu. Pevné vedení rodičů dítě chrání před zlem, a to i před vlastním nebezpečným chováním. Dítě najde v řádu uspokojení, protože mu dává pocit bezpečí a také ho samo vyžaduje. „*Náboženský a spirituální smysl autonomie v řádu je zřejmý, patrně zejména v judaizmu.*“ (Říčan, 2007, str. 241).

3. stádium iniciativy (3 – 6 let)

Iniciativa je důležitou složkou, která jedince rozvíjí. Jedná se např. o podnikavost, průbojnost, schopnost riskovat. V tomto období se rozvíjí i vnitřní sebekontrola, schopnost prožívat vinu, trpět výčitkami svědomí apod. Vznik těchto schopností je podpořen výchovou či autoritou. Je důležité, aby v tomto věku došlo mezi iniciativou a vinnou k upevněním etické citlivosti.

4. stádium snaživosti (mladší školní věk)

Základní problém tohoto období je vnitřní konflikt mezi snaživostí a pocity méněcennosti. V tomto období se religiozita u dětí vyvíjí plynule. Dítě nekriticky přijímá předkládané pravdy, role i rituály. Pokud jsou činnosti přizpůsobeny jeho rozumu, citovému vývoji a zájmům, jeho náboženské vyznání je plné štěstí a radosti v prosté upřímnosti. Pokud je náboženské vyznání jeho rodiny v menšině, je vystaveno vnitřnímu konfliktu. Dítě se do tohoto konfliktu může dostat i na základě vědeckých poznatků, které si osvojí ve škole. Většina dětí se s tímto rozporem dokáže dobře vyrovnat.

5. stádium identity (pubescence, adolescence)

Pubescent v tomto období nově objevuje svůj vnitřní svět, z čehož může být zmatený. Začíná oplývat touhou být samostatný, což se projevuje vzpourou vůči rodičům. Hledání totožnosti může mít náboženskou povahu, která úzce souvisí s potřebou někam patřit a potřebou porozumění. Oprošťují se od dětské mentality a hledají nový smysl. V některých kulturách je tento přechod veřejně oslavován různými rituály. Říčan (2007) vyjádřil ve své knize hypotézu, že dnešní mladí lidé trpí spontánní psychospirituální krizí, a to právě z absence překlenovacích rituálů v naší kultuře. Mystická zkušenost vyvolaná touto krizí vede jedince k vyššímu stupni zralosti.

6. stádium intimity (ranná dospělost, 20 - 30 let)

Intimitou je zde myšlena blízkost, a to především ta milostná, vrcholná psychická blízkost. Důležitá je schopnost sebeotevření, bezvýhradná důvěra, respekt, sdílení. V tomto období dochází mezi partnery k duševní intimitě, ale na druhé straně zde hrozí riziko zklamání. Zkušenost intimity, může člověku napovědět, jaký vztah může mít člověk k Bohu. Prožití tohoto období v celibátu může být zdrojem vrcholně mystických spojení s Bohem či transcendentem.

7. stádium generativity (30- 60 let)

Cílem v tomto stádiu je plodit, tvořit, pečovat. Religiozita je orientována na láskyplnou rodičovskou péči a předávání duchovních tradic.

8. stádium integrity (60 a více)

V této fázi je důležitá složka integrity. Jde o celost a smíření protikladů a rozdílů, jde o ukončení duchovní cesty. Člověk se zabývá duchovními tématy smíření, vděčnosti, odevzdáním se do vůle Boží. Zamýšlí se nad společností, světem, řádem a smyslem událostí. Řeší krizi zápasu s beznadějí a zoufalstvím. Pokud se s těmito pocity dokáže smířit, je na správné cestě stát se skutečně integračně vyzrálou moudrou osobností. Staří může být prožito meditativním způsobem, během tohoto období je jedinec více introspektivně vnímavý a proto má velmi dobrou příležitost k rozvíjení vnitřního klidu, smíření a následně možnosti dosáhnout vnitřní blaženosti. Staří se zabývají myšlenkami na smrt a snaží se smířit se svým životem (Říčan, 2007).

1.3 Víra

„Víra – postoj, přesvědčení, zpravidla silně emočně podmíněné, o existenci a pravdivosti určitého jevu, který jednoznačnými a jasnými důkazy nelze potvrdit ani vyvrátit; předmětem víry je častěji to, co přesahuje možnosti lidského poznání; častá motivace lidské činnosti, součást hodnotové orientace; R. Dawkin (1976) k víře náboženské poznamenává, že jde o lidskou potřebu mít někoho, koho lze vinit za cokoli, co je nevysvětlitelné.“ (Hartl a Hartlová, 2004, str. 671)

„*Ve slovníku spisovného jazyka českého věřící je naplněný, prostoupený, proniklý vírou, zvláště náboženskou.*“ Ovšem jako opak tohoto slova nelze brát slovo nevěřící. Jak říká (Samojský, 2008) „*Ten, kdo se prohlašuje za nevěřícího, v naprosté většině případů věří spoustě věcí, tedy je věřící, protože jinak by to byl člověk prakticky*

neschopný života.“ V. E. Frankl (1988) řekl: „Vždyť v podstatě neexistuje nevěřící člověk. Každý z nás žije z ‚víry‘, každý ‚něčemu‘ nebo ‚někomu‘ věří“ (Frankl, 1996).

Není důležité, čemu člověk věří, z čeho se raduje, v čem vidí svou naději a poslání, ale to, jak se při tom cítí, co prožívá, jak mu je (Říčan, 2007). Každý člověk je dle Fromma věřící, každý má potřebu mít předmět uctívání. Člověk může uctívat cokoli, např. zvířata, stromy, neviditelného Boha, světce, národ, politickou stranu atd. (Fromm, 2003).

Fanatizmus některých hnutí vzniká právě z nedostatku víry jednotlivých členů. Potřeba přesvědčovat okolí o své pravdě, lpění na zážitcích a poté dramatická interpretace se většinou nejvíce vyskytuje ve skupinách. Poukazuje to na skutečnost, že jednotliví členové nejsou plně věřící, ale zabývají se vnějšími znaky, které jsou vedlejší. Ram Dass radí lidem duchovně hledajícím, aby se nesnažili přesvědčovat ostatní o své víře. Podle jeho názoru je v tomto směru změna osobnosti k lepšímu mnohem účinnější a přesvědčivější (Dass, 1996).

Otec Pirea vyjádřil své přesvědčení, že není vypovídající rozdíl mezi lidmi věřícími a nevěřícími, ale mezi těmi, kdo vyjadřují starost o druhé, a těmi, kdo ji nevyjadřují (Fromm, 2003). Pro člověka, ať už je věřící či ne, je podle Fromma život problémem. Každý člověk se rodí s otázkou, na kterou má za úkol najít v průběhu svého života odpověď. A to nejen slovem, ale celým svým životem a svojí existencí (Fromm, 2003).

1.4 Osobnost a náboženství

1.4.1 Člověk bez náboženství

„Nenáboženský člověk odmítá transcendenci, přijímá relativitu ‚skutečnosti‘ a dokonce někdy pochybuje o smyslu existence. Teprve v západní společnosti se nenáboženský člověk plně rozvinul. Moderní nenáboženský člověk přijímá svou existenciální situaci. Uznává sám sebe jako subjekt a činitele dějin a odmítá jakékoliv odvolávání k transcendenci“ (Eliadne, 2006, str. 134).

Povinností velkých náboženství je hledat pravdu. V opozici tomuto cíli stojí protináboženské názory opírající se skutečnost relativity pravdy. Kdo může skutečně říci, co je pravda? Lze vůbec nalézt konečnou, objektivní pravdu? (Fromm, 2003).

1.4.2 Náboženský člověk

Homo religiosus je typ jedince, který nikdy nežije sám, žije v něm část světa. Náboženský člověk se vydal ve svém životě hledat duchovní univerzum, aby tak učinil pokrok v poznání lidstva. Víra v existenci absolutní skutečnosti (posvátno), které transcendentuje náš svět a zároveň se v něm projevuje, člověka posvěcuje a činí ho skutečným (Eliadne, 2006). Náboženský člověk vnímá hluboké existenciální otázky, které jeho život naplňují. Hledá na ně odpovědi a vše ostatní je podřízeno tomuto hledání. Tím se náboženský člověk, potažmo člověk zaměřený na etiku, liší od člověka hedonistického (Fromm, 2003).

1.5 Motivace pro členství v náboženské skupině

Lidé ve svém životě hledají pevný bod, který by nějakým způsobem dal životu smysluplný řád a systém. V chaosu se člověk cítí neuspokojený, je pro něj nevýhodný (Eliadne, 2006).

Autentická religiozita nemá pudový základ. Jde o rozhodnutí jedince, které může být ostatními pudy narušováno. Naproti tomu se H. Bänziger domnívá, že stejně jako pud agresivity existuje náboženský pud, který člověka vede k religiozitě. Člověka determinuje náboženské nevědomí, nevědomá religiozita či „transcendentální nevědomí“, podle Junga prostřednictvím archetypů a podle Freuda vlivem nevědomí (Frankl, 2005).

Nejvýraznějším motivem respondentů vědeckého výzkumu z Lékařského centra v San Francisku a Wisconsinské univerzity v Madisonu je *„motiv životního hledání, dále se projevuje tíhnutí k alternativám vůči konzumní společnosti. Akcentovány jsou transcendentální hodnoty, pochopení smyslu existence. Jako důležité je zmiňováno pomáhání druhým a práce na svém osobním rozvoji.“* (Koutný, 2007 str. 48).

Do náboženských skupin vstupují často lidé aktuálně prožívající nějakou životní krizi (úmrť, rozvod, nefunkční rodina, samota, přestěhování, změna školy, závažné onemocnění, úraz, bezdětnost, nezaměstnanost, atd.). Častými stoupenci jsou adolescenti a mladí dospělí, kteří řeší otázku své identity, lidé ve středním věku, kteří řeší syndrom „opuštěného hnízda“ a poté starší lidé po odchodu do důchodu, kteří se ztrátou práce ztrácí i dosavadní smysl života, a touto cestou hledají novou životní náplň (Porterfieldová, 1997).

K náboženství se také uchylují lidé s psychologickými nebo psychiatrickými problémy. Tito lidé sami vnímají, že chtějí svůj život nějak naplnit nebo obohatit. Jejich stav se v takové skupině lepší díky porozumění a vzájemné opoře. Tito lidé však negativně narušují celkové výsledky statistik týkající se duševního zdraví členů (Říčan, 2007a).

U některých lidí můžeme chápat obrat na náboženskou víru jako formu útěku před komerčním světem. Rozhodli se tak na základě své základní potřeby najít bezpečí a jistotu. Tomuto typu víry může chybět oddanost vyšší podstatě. Někteří lidé, kteří se přiklonili k tradičnímu náboženství, mohou zastávat názor, že existují pouze dvě roviny života člověka, dva směry jeho snažení: buď hledá uspokojení v pudových potřebách a materiálním světě nebo se stává věřícím, kdy duchovní jsou chápáni jako jediní, kteří rozumí duši, znají pravdu a spravedlnost (Dass, 1996).

2. Náboženství

Erich Fromm (2003) definuje náboženství jako „*jakýkoli systém myšlení a jednání sdílený skupinou lidí, který poskytuje jednotlivci rámec pro orientaci a předmět uctívání*“ (Fromm, 2003, str. 31).

V této souvislosti Fromm definuje rozdíl mezi autoritářským a humanistickým náboženstvím:

1. Autoritářské náboženství dává člověku pocit, že existuje vyšší neviditelná moc, která určuje jeho osud a tudíž ji musí uctívat a respektovat. Věřící musí být poslušný a musí mít respekt. Nedostatek těchto vlastností si žádá potrestání. Člověk je vnímaný jako bezmocný a bezvýznamný. Toto náboženství si klade cíle abstraktní, nejasné a vzdálené, které nemají přímou souvislost s reálným přítomným životem. U členů převažuje pocit viny a lítosti.

2. Humanistické náboženství (raný buddhismus, taoismus, Sokrata, určité proudy v židovství a křesťanství) chce, aby člověk rozvíjel své schopnosti, pochopil své sociální vazby, sám sebe i své postavení ve vesmíru. Toto náboženství člověka motivuje k rozvíjení schopnosti milovat druhé a milovat sebe sama. Důležitým je zde prožitek jednoty s celou Zemí a vesmírem. Cílem je sebeuskutečnění, odhalení a využívání své energie. Mezi jednotlivci panuje radostná nálada (Fromm, 2003).

Všechna světová náboženství prosazují důležitost náboženství a soucitu, ale každý tuto skutečnost jinak interpretuje. Lidé, kteří věří v Boha a milují ho, milují i

ostatní bytosti jako vyjádření lásky k Bohu. Pro mnoho náboženských směrů je důležitým tématem i akt odpuštění. A právě láska a soucit je podle Dalajlámy nezbytným předpokladem pro vypěstování umění odpouštět (Bastan-´Dzin-Rgya-Mtsho, 1992).

2.1 Historie náboženskosti ve společnosti

C. G. Jung se ve svých pracích zabýval také oblastí náboženství. Došel k názoru, že člověk a společnost vždy a všude rozvíjeli přirozeným způsobem náboženskou funkci. Z toho vyplývá, že způsob vnímání světa lidí, jejichž duše a životy jsou už od středověku protkány náboženskými city a představami, musí být tímto bezesporu ovlivněn a formován. Náboženská funkce je uchovávána v hlubině lidské duše, v kolektivním nevědomí, ke kterému Jung choval velkou úctu. Celá kultura je ovlivněna náboženstvím, a proto je každý člověk svým způsobem nábožensky ovlivněn (Říčan, 2002).

2.2 Současná situace náboženství a víry ve společnosti

Podle M. Webera se moderní svět náboženství redukuje na protestantismus, který náboženství ochuzuje o důležité složky, jako je zázrak, tajemství a kouzlo (Václavík, 2007).

Sociolog náboženství R. Wallis se inspiroval koncepcí racionalizace od Webera, která představuje vzrůstající tlak společnosti na jedince a na celkové uspořádání světa, ve kterém poté převládá kalkulace nad magickým myšlením. Souvisí to se snahou společnosti ovládnout svět přírody, lidí a nahradit ho technickými kalkulacemi. Následně dochází k vymanění se ze světa magického (proces nazývaný „odkouzlení“) (Lužný, 1999). Posvátné znamená skutečné a profánní znamená neskutečné nebo pseudoskutečné. Tyto způsoby existence si člověk v průběhu dějin osvojil. V poslední době začíná být vnímán více jako profánní a vesmír je vnímán jako desekralizovaný (Eliadne, 2006).

Život lidí je naplněný duchovním chaosem a zmatením, protože ztrácí kontakt se svým vnitřním světem a vnitřní zkušeností a dochází tak k tomu, že emocionální složka člověka se odděluje od rozumové. Konzumní společnost se nás snaží přesvědčit, jak jsme šťastní a spokojení, přitom když se na ulici rozhlédneme, lidé se tváří velmi

nešťastně a zlostně. Jako by v jejich vnitřním světě nebylo nic pozitivního nebo s tím nejsou spojeni. Člověk touží po štěstí, lásce, pravdě a pevných základech, protože jsou dnešní lidé zahrnuti nejistotou, úzkostí, zmatkem, strachem ze ztráty zaměstnání, ze splácení dluhů a hypoték (Fromm, 2003).

Lidé na západě jsou syceni vzděláním, které staví systém víry mimo osobu, namísto toho, aby víra vycházela zevnitř člověka (Dass, 1996). Škola by se měla nejen zaměřit na pěstování morálky, ale soustředit se také na rozvíjení duševní kultury života jednotlivců. Rozvíjení duševní stránky je zmatelně opomíjena „*a přitom výzkumy z oblasti logoterapie jasně dokazují, že vědomí smysluplnosti a probouzení vůle ke smyslu posilují celou osobnost a přispívají k její harmonizaci a ucelenosti*“ (Smékal, 2005, str.16).

3. Formy víry

Tuto kapitolu jsem se rozhodla zařadit právě z důležitosti porozumění jednotlivým postojům k víře, kdy jednotlivé náboženské směry se od sebe navzájem významně liší a zdá se mi důležité pochopit podstatu jednotlivých přesvědčení, náboženství a víry.

3.1 Náboženská víra - největší náboženství

3.1.1 Křesťanství

Církev je náboženská skupina, která respektuje sociální prostředí, kde se realizuje a existuje (Lužný, 1999).

Je monoteistickou vírou a věří v jednoho Boha. Toto náboženství vzniklo z judaizmu a je založené na učení Ježíše Krista, který se stal mesiášem, jehož příchod byl zvěstován v Bibli. Víru šíří jeho učedníci, kteří věří v jeho vzkříšení. Křesťané věří v trojjedinost, kdy Bůh existuje současně ve třech rovnocenných formách jako Otec, Syn a Duch svatý. Uznávají, že Kristus má dvě podstaty, a to lidskou a božskou. Křesťané se modlí Otčenáš, navštěvují kostel a čtou Bibli, kterou nazývají Svatým písmem. Po schizmatech došlo k rozdělení křesťanství na několik církví: katolickou církev, pravoslavnou církev a církev reformované.

3.1.2 Buddhismus

Je filozofickou doktrínou, kterou vytvořil Siddhárta Gautama, jinak nazývaný Buddha. Toto náboženství nemá Boha, jeho základem jsou výroky, které Buddha vyslovil. Morálka je založena na soucitu, dobrotě a laskavosti. Učení se nazývá Dharma a spočívá v poznání *čtyř ušlechtilých pravd* :

1. Duhka - „*utrpení má univerzální charakter, je přítomno ve všem*“ (Boëlle a spol., 2006, str. 28).
2. Tanhu - „*příčinnou strasti je žádostivost ve všech podobách, včetně touhy po existenci. Právě tato touha poutá člověka k věčně se opakujícímu koloběhu zrození a smrti*“ (Boëlle a spol., 2006, str. 28). Cílem je vymanit se z tohoto koloběhu a dosáhnout nirvány.
3. Nirvány může docílit pouze člověk, který se odpoutá a opustí svou touhu. Lidská existence je nedokonalá.
4. Čtvrtá pravda nabízí pro ukončení utrpení osmidílnou cestu, která člověku zprostředkovává konkrétní metody vedoucí k osvícení, probuzení.
Osmidílná cesta se skládá z těchto etap: 1. Pravý názor, 2. Pravé rozhodnutí, 3. Pravá řeč, 4. Pravé jednání, 5. Pravé životobytí, 6. Pravé snažení (abychom odstraňovali nežádoucí psychické stavy), 7. Pravá bdělost, 8. Pravé soustředění.

Existuje několik forem buddhizmu: theraváda, mahájána, tantrický buddhismus, zenový buddhismus (Boëlle a spol., 2006).

3.1.3 Judaizmus

Původ tohoto názvu je ve jménu Juda, který byl Jákobův syn a vedl z Irzaele jeden z dvanácti kmenů. Věří, že první člověk, co uvěřil v Boha, byl Abraham. „*Hebrejská Svatá Bible hlásá víru v jediného Boha, původce stvoření, který vládne vesmíru a komunikuje s lidmi prostřednictvím jedinců, jež si sám vybírá, aby jim zjevil své slovo*“ (Boëlle a spol., 2006, str. 54). Mojžíš přinesl hebrejskému lidu Tóru, zákon, který nastoluje pravidla týkající se konzumaci potravin (zákaz požívání krve), dodržování šabatu, povinnost obřízky u mužů, preferování čistoty (před modlením, po pohlavním styku). Důležitá je úcta k druhému - láska k bližnímu. Judaismus je zastoupený v různých zemích, dnes má rozmanité tradice. Jako projev úcty k Bohu nosí na hlavách muži jarmulku (malou kruhovitou čepičku).

3.1.4 Islám

Pochází z arabského slova „islám“, které bylo odvozeno od slova „aslama“, jehož významem je svěřit se či poručit se do vůle Boží. Islám je monoteistické náboženství postaveno na kázání proroka Muhammada, který je považován za prostředníka, kterému se zjevil anděl Gabriel a zvěstoval mu pravdu, kterou poté Muhammad sepsal do Posvátné knihy - Koránu. Jejich zákon Šari'a řídí jak náboženskou víru, tak i vládu a život muslimů. Povinností je dodržování pěti arkán islámu:

1. Existuje pouze jediný Bůh Alláh a jediný boží prorok je Muhammad.
2. Modlitba je pro všechny muslimy povinná pětkrát denně v přesně stanoveném čase.
3. Z vlastnictví je spočítána almužna, která se dává těm nejchudším. Je to projev návratu toho, co Bohu patří, k Bohu; tímto projevují lásku k bližnímu.
4. V měsíci ramadán, kdy byl zjeven Korán, je nutné držet půst. V době mezi východem a západem slunce se muslimové zdržují konzumace jídla, pití, kouření a pohlavního styku. Těhotné ženy, nemocní a ti, kteří právě cestují, jsou od této povinnosti oprostěni.
5. Každý věřící by měl alespoň jednou za život navštívit svatá místa: Mekku a Medínu. Tato pouť má svá pravidla: např. putující je oděn do bílého plátna, které stírá sociální rozdíly, je přesně stanovená trasa pouti, která trvá několik dní, sedmkrát obejde svatyni apod. Nakonec poutník obětuje ovci a kamenuje stělu představující d'ábla. Tato pouť má očistný charakter, smívá hříchy a věřící se stává ve společnosti po návratu váženějším občanem (Boëlle a spol., 2006).

3.2 Víra vycházející ze sekty

Sekta je náboženská skupina odmítající sociální prostředí, v němž existuje (Lužný, 1999).

Většina náboženství vznikala ze sekt (křesťanství, judaismus i islám). Aby se sekta stala náboženstvím, musí být přijata společností, což vyžaduje mnoho času. O tento přerod se v dnešní době snaží Mormoni a Svědci Jehovovi, kteří již nejsou přijímáni jako radikální sekty (Porterfieldová, 1997).

Vladimír Smékal vyjádřil svou obavu, že ze společnosti se vytrácí náboženská kultura, i když potřeba spirituality je v každém z nás. Lidé spirituální potřebu uspokojují v různých sektách, nových náboženských hnutí nebo esoterici. Tyto organizace nabízejí spásu bez práce na sobě, bez kultivace ducha a tudíž nedochází k posilování morálky jednotlivců a chybí osobní víra a kultivace ducha (Smékal, 2005).

Sekta je podle Porterfieldové (1997) charakterizována:

1. žijícím, charismatickým vůdcem, který je přesvědčen o své nadlidské moudrosti,
2. autoritářskou mocenskou strukturu,
3. neměnnými zákony.

Rozdělení sekt

Typologii sekt sestavil sociolog Bryan Willson s ohledem na vznik náboženské skupiny a způsob, jakým vnímají okolní prostředí.

3.2.1 Manipulacionistické sekty - kladou důraz na esoterické učení, případně na mysticismus, jejichž cílem není odmítnutí světa, ale rekonstrukce fungování světa. Usilují spíše o skryté poznání nebo mystické splynutí s transcendentem.

3.2.2 Introversionistické sekty - věří, že okolní svět je zlý a svět již nemůže být spasen. Vytváří si vlastní svět, který představuje náboženská komunita.

3.2.3 Konversionistické sekty - věří, že okolní svět je špatný a nepřátelský. Dosáhnout spásy jde na základě změny sebe sama. Důležité je přijetí norem a hodnot náboženské skupiny.

3.2.4 Adventistické sekty – svět, ve kterém žijeme je špatný a dojde k náhlému supranaturálnímu zásahu a poté k nápravě hodnot a potrestání všech, kteří se podíleli na fungování starého světa.

3.2.5 Reformistické sekty – každý člen, respektující bohem inspirované zásady, je vzorem pro ostatních lidí a dochází tak k postupné reformě.

3.2.6. Thamaturgikální sekty – kladou důraz na osobní zkušenost s transcendentem. Jejich nejvyšším učení je komunikace s duchovními silami nebo mrtvými, kteří činí zázraky nebo předpovídají budoucnost. Netvoří organizované společenství nebo úzké sociální vztahy. Jde jim spíše o demonstrování spirituálních dovedností.

3.2.7 Utopistické sekty – nejvíce zastoupené sekty, které se striktně neoddělují od okolního světa, pomáhají jí spíše k návratu k původním hodnotám (Eliadne, 2006.)

3.3 Víra přiklánějící se k novým náboženským hnutím

Zdaleka ne všechna nová náboženská hnutí lze označit jako sekty, a to z toho důvodu, že nespĺňují základní vlastnosti sekty (viz výše). Mezi nejznámější nová náboženská hnutí patří: Církev sjednocení, Adventisté sedmého dne, Hare Krišna, buddhizmus, wikanismus a skupiny, které se zabývají spiritismem a channelingem (Porterfieldová, 1997).

R. Wallis vytvořil teorii rozdělení nových náboženských hnutí, které se na rozdíl od tradičních vyznačují tím, že se odvolávají na starobylý původ a považují se za přímé pokračovatele starých tradic (např. ISKCON známý jako hnutí Haré Kršna) (Václavík, 2007).

3.3.1 Nová náboženská hnutí odmítající svět (THE WORLD-REJECTING NEW RELIGIONS)

Fungování společnosti a světa je v rozporu s božími představami. Lidé se již nechovají podle Božích zákonů a to se projevuje negativními rysy na jejich chování např. materializmem, hédonistickým stylem. Věřící, že nepřirozený životní styl bude Bohem napraven náhlou transformací světa. Jednotlivé komunity patřící k těmto hnutím se považují za dokonalé skupiny, které mohou svým členům nabídnout úplné uspokojení všech jejich potřeb, ale vyžadují určitou míru podřízení. Toto podřízení může mít různé podoby: podřízení se v morálních zákonech, odevzdání části svého majetku, misijní činnost... Např. Svatyně lidu, Boží děti, Církev sjednocení, Ježíšova armáda, Svědkové Jehovovi se snaží se o morální rekonstrukci světa. Mají představu jediné a správné podoby společnosti a světa. Partnerské a sexuální vztahy jsou podřízeny zájmu skupin a jsou součástí božího plánu. Sexualita není vnímána jako potěšení, ale jako prostředek ke zplození potomků, služba Bohu a projev lásky k bližnímu svému.

3.3.2 Nová náboženská hnutí přijímající svět (THE WORD-AFFIRMING NEW RELIGIONS)

Tyto skupiny většinou nevytváří žádnou institucionalizovanou organizaci. Nemají rozvinutou teologii, etiku, morální pravidla, požadavky ani neudržují žádné

rituály. Svět není vnímán jako zlý nebo špatný. Zlo je chápáno jako nedostatečnost psychiky. Jedinci patřící k této skupině svět přijímají a prostřednictvím svých skrytých sil a možností dochází k jejich seberealizaci a rozvoji jejich schopností. Věří, že prostřednictvím rozvoje sebe rozvíjí i svět (např. transcendentální meditace, Silvova metoda). To, že přijímají svět však neznamená, že souhlasí se současnou situací ve společnosti. *„V důsledku jednoznačně individualistického přístupu těchto skupin je člověk - jedinec chápán jako někdo, kdo je zodpovědný nejen za svůj vlastní vývoj, ale také za situaci, v níž se současný svět nachází. Změna světa je možná pouze prostřednictvím jedince“* (Lužný, 1999, str. 77). Lidé v této skupině sami sebe chápou jako cestu, ve které se skrývá spokojenost, úspěch v životě ve všech jeho složkách. Tajemství života je poznání osobních možností a osobní cesty. Zabývají se také rozvojem lidských možností a odstraňováním předsudků, které tomu brání. Společenské konvence a omezení mají u jednotlivců projít osobním zhodnocením a následným odpoutáním, ke kterému pomůže právě „já“. Cílem je dojít ke „spontánnímu“ a „osvobozenému“ já, ve kterém se nachází podstata spokojeného žití. Osamocení člověka v dnešní společnosti řeší sebeobjevováním, které je uskutečněno prostřednictvím intimních kontaktů a autentických vztahů s druhými lidmi. Schopnost navázat a udržovat tyto vztahy je vnímána jako doklad duchovní a duševní vyspělosti. Ovšem zástupci kladou důraz spíše na učení a techniku, ne na skupinu jako takovou. S těmito technikami je zacházeno jako se zbožím, které nabízejí v rámci tržního systému. Vedoucím těchto metod je vyplácena mzda.

3.3.3 Nová náboženská hnutí obývající svět (THE WORLD-ACCOMMODATING NEW RELIGION)

Tato hnutí poskytují útěchu a stimulaci vnitřnímu životu věřícího. Jejich členové zaujmají negativní postoj proti náboženským skupinám, které jsou duchovně vyprázdněné nebo zkorumpované. Tyto skupiny se soustředí na hluboký emocionální prožitek, který je spojený s náboženským prožíváním (Hnutí Subud, Společnost Atherius aj.). Tyto skupiny jsou představiteli původní a nezkažené podoby náboženské tradice. Často operují s pojmem „dar“: např. dar prorocství, dar uzdravování. Negativně se staví vůči některým hodnotovým orientacím společnosti, např. hédonistickému individualismu, konzumnímu materialismu, které mají za důsledky politickou,

ekologickou, společenskou a mravní krizi. Jejich učení je možnost, jak tyto negativní důsledky napravit a odstranit (Lužný, 1999).

3.4 Nevěřící

3.4.1 Ateisti

„Ateista“ je složenina řeckého slova *teos*, „*bůh*“ a privátní předpony *a*. Jsou to ti, kteří neuznávají a vyvrací existenci Boha (Boëlle a spol., 2006).

Ateisté vyznávají, že člověk se tvoří sám a mimo sakrální svět. Posvátno je překážkou jeho svobody. Eliadne vyslovil myšlenku, že i ateista je potomkem nebo příbuzným náboženského předka, pouze prošel procesem desakralizace. I přes to v něm zůstává dědictví jeho předků, které třeba jen nevědomě ovlivňuje jeho život. Zcela nenáboženský člověk je spíše výjimkou. Mnoho lidí se za ateisty považuje a přitom se chovají nábožensky, aniž by si to uvědomovali. Věří na pověry, existují pro ně tabuizovaná témata a dodržují různé rituály (např. Nový rok, svatba, Vánoce atd.).

Způsob a vnímání života se dá rozdělit na dvě roviny, a to do roviny vnímání posvátného a vnímání profánního. Ateista vnímá svět jako profánní. Západní člověk pociťuje jistou averzi vůči určitým projevům zahaleným posvátnem. Často nechápe ty, kteří vycitňují posvátnost ve svém okolí - např. v kamenu, stromu apod. Pro lidi žijící profánní život je nepochopitelné, že jednotlivé hierofanie (zjevování posvátného) nejsou věcmi jako takovými, ale jde o jejich přesah (Eliadne, 2006).

Podle Lutera primitivní religiozita nebo také kryptoreligiozita dětí z ateistických rodin plní náboženskou funkci ve smyslu továrny na práci. Tito jedinci se pak chopí nějakých idolů v materialistickém světě. Petr Pilhart to vyjádřil slovy, že člověk se stejně nakonec něčemu klanět musí, protože lidé touží po životě žitém v celé jeho plnosti. Desakralizace je typická pro nenáboženského člověka, který žije bez zkušenosti sebezpřesahu, proto je pro ateisty těžké pochopit myšlení a víru našich předků, kteří byli homo religiosus (Eliadne, 2006).

Mnoho známých osobností minulosti vyjádřilo své pochybnosti o víře. Friedrich Nietzsche řekl „*Bůh, kdyby nějaký byl, by se měl už ze slušnosti ukazovati ve světě jako člověk*“ (Nietzsche, 1993, str. 13). S. Freud oplýval životní touhou a ateistickými tendencemi vyhnat Boha z duše (Říčan, 2002).

3.4.2 Agnostici

Z řeckého slova *agnostós*, „neznámý“. Lidé řadící se k této skupině zaujímají pochybovačný postoj; potřebují mít jistotu, jinak nemohou nebo nechtějí věřit v Boha (Boëlle a spol., 2006). Lidé, kteří se považují za agnostiky se nechtějí označovat jako „bezvěrci“, protože toto slovo má negativní konotaci.

Agnostici vychází z filozofického názoru - agnosticizmu. V roce 1869 tento směr vytvořil Thomas Henry Huxley, kterému šlo o myšlenku tolerance vůči jinak smýšlejícím lidem (Samojský, 2008). Agnostici nemohou přímo vyvrátit existenci Boha, ale nemohou ji ani potvrdit. Huxley to vyjádřil slovy, že agnosticizmus je víra v něco neznámého a nepoznatelného. Velmi bojoval proti křesťanské nesnášenlivosti. <http://atheism.about.com/library/FAQs/ath/blag_index.htm>.

3.4.2 Deisti

Připouštějí existenci božstva, ale bezvýhradně ji nepřijímají. Někteří ze stoupenců deismu se modlí, ale není to pravidlem. (Boëlle a spol., 2006).

3.4.3 Něcisté

Něcisté věří ve vyšší autoritu, princip, který nenazývají Bohem. Věří, že existuje něco, co člověka přesahuje. Tito lidé se považují za nevěřící a odmítají náboženství v podobě církví. Svou víru si nezdůvodňují. Žijí s pocitem, že existují věci, které nejsou vidět a jsou nad rámec našeho vnímání, že jde o něco „vyššího“. Jedná se o svobodné osobní definování svého pohledu na svět, život a vše co člověka obklopuje, na jehož základě si jedinec pěstuje vlastní spiritualitu na podkladě vlastních zkušeností a rozhodnutí, které není závislé na žádné církevní autoritě.

Něcizmus má tyto podoby:

1. Fundamentalistický něcista tvrdí: *“Je Něco vyššího, ale já to neznám, poznat to nemohu, a nikdo jiný to také nezná a poznat nemůže. A kdo tvrdí, že to poznal, tak se mýlí nebo lže.”*
2. Svobodomyslný něcista tvrdí: *“Je Něco vyššího, já to neznám, ale někdo jiný to možná zná.”*

- A. Líný něcista není otevřen pravdě a poznání, pouze opakuje své názory a na opravdové pravdě mu nezáleží.
- B. Tvůrčí něcista je otevřený novým názorům, je zvědavý, aktivně hledá pravdu a poznání (Samojský, 2008).

4. Výzkumy zabývající se náboženskostí člověka

Religiozita je ve vědeckých výzkumech posuzována různými způsoby: podle příslušnosti k nějaké skupině, podle náboženských názorů, podle účasti na modlitbách nebo preferování soukromé modlitby apod. (Říčan, 2007a). Spiritualita se dá z psychologického hlediska zkoumat podle toho: jak je silná, jak je vědomá a podle toho co je jejím obsahem. Spiritualita se dá testovat např. pomocí „testu spirituální citlivosti“ (Říčan, 2007b).

Vědci zkoumali souvislost mezi hodnotou IQ v závislosti na typu náboženské víry. Tuto zprávu následně zveřejnili v časopise *Intelligence*. Zjistili, že ateisté mají průměrně o 1,95 bodu vyšší inteligenci než vyznavači agnostických náboženství, a o 3,82 vyšší než zastánci liberálního náboženského přesvědčení a dokonce 5,89 bodů vyšší než stoupanci dogmatických směrů. Moderní ateisté se snaží pracovat s problémy v oblastech emocí a kognice především racionálně. Zastánci dogmatických a liberálních proudů náboženství se odkazují ve svých zkušenostech na staré a iracionální zbožné myšlenky a postupy (Nat., 2009).

Emmons, Cheung a Tehrani se zabývali výzkumem, který prokázal souvislost mezi spiritualitou a vnímáním životní pohody („well being“). Tento výzkum byl proveden na vysokoškolských studentech. Výzkumníci zjistili, že studenti s vyšší mírou spirituality zažívají celkově více životní pohodu. Křivohlavý ve své knize píše o faktu, že v poslední době je již zjištěna korelace mezi spiritualitou a duševním zdravím (Křivohlavý, 2004).

"Američtí badatelé König a Larson (2001) nashromáždili výsledky stovek výzkumů a zjistili, že většina religiózních lidí jsou méně úzkostní, depresivní, šťastnější a častěji svůj život vidí jako smysluplný, jsou méně suicidní, méně užívají alkohol a zakázané drogy, mají šťastnější a stabilnější manželství " (Říčan, 2002, str. 302).

„Vědci z Lékařského centra v San Francisku a Wisconsinské univerzity v Madisonu našli důkazy potvrzující, že buddhisté jsou šťastnější, klidnější a vyrovnanější

než ostatní lidé. Centra v jejich mozku spojená s pozitivními emocemi (v levém prefrontálním laloku) jsou daleko aktivnější než je obvyklé, a to i když nemeditují. Meditace navíc dokáže zklidnit činnost amygdaly, jež hraje ústřední roli při vzniku a prožívání emocí včetně strachu a úzkosti. Zkušené buddhisty tedy méně často něco šokuje, rozčílí nebo překvapí, jsou méně frustrováni. Výzkum ukázal, že buddhisté se jeví emocionálně poměrně stabilní na rozdíl od skupiny, na které byl test standardizován... Další rozdíly byly nalezeny v dimenzích: otevřenost vůči zkušenosti, přívětivost a extroverze - vždy ve směru větší intenzity rysu. Na první pohled je překvapující zvýšená míra extroverze, podle všeobecných očekávání by měli být meditující zaměřeni spíše introvertně. V dimenzi svědomitosti se sledovaní buddhisté shodovali s výsledky běžné populace“ (Koutný, 2007, str. 48).

Vetter a Green (1932) se zaměřili na výzkum členů Americké asociace pro podporu ateizmu a zjistili, že nápadné procento těchto členů považovalo své dětství nebo adolescenci za nešťastné. Často tento fakt souvisel se smrtí blízkého osoby v tomto období a zároveň se špatnou zkušeností s duchovním v souvislosti s touto událostí (Říčan, 2007a).

Americká národní onkologická společnost vyjádřila názor, že „*spirituální a náboženská pohoda může být spojena se zvyšováním kvality v těchto oblastech: redukce úzkosti, depresí a pocitů osamělosti*“ (Prokop, 2006, str. 81).

Stríženec (2001) ve své práci vyjádřil hypotézu, že spiritualita souvisí se spokojeností v životě a prožíváním smysluplnosti. Podle výzkumu Ocetkové (2008) věřící studenti mají vyšší úroveň spirituality a svůj život vnímají jako smysluplnější.

5. Spirituální aktivity

Thaddeus Golas prohlásil, že není důležité, co vidíme, ale jakým způsobem se na jednotlivé věci díváme. A právě to můžeme změnit svým postojem ke světu a sami k sobě. Ke změně vnímání světa je nutné rozvíjení klidu a uvědomění prostřednictvím duchovních technik. Na základě této změny se poté život organizuje postupně spontánně a samostatně. Každou činnost nebo aktivitu můžeme chápat jako činnost pro Boha. Tyto aktivity se poté stávají meditacemi, modlitbami a přemýšlením o vztahu k vyššímu principu (Dass, 1996).

Holotropní dýchání - Grof se domnívá, že holotropní dýchání je jedním ze způsobů, jak odhalit spirituální podstatu vesmíru a bytí (Grofovi, 2006)

Meditace - jde o stav, v němž člověk ztrácí vědomí o vlastním já, o egu. Tato technika vyžaduje intenzivní sebekázeň. Meditace je prostředkem k poznání relativní povahy skutečnosti, má přispět k lepší koncentraci, vytríbenější pozornosti, vnitřní psychické pohodě, tříbí schopnost zacházet s vnitřní energií.

Koncentrace - dovednost plně se soustředit na určitý předmět, obrázek, úkol, jev, myšlenky (např. pozorování dechu, plamene svíčky apod.). Cílem této metody je uvědomění si, že se můžeme osvobodit od ztotožňování se s dojmy a myšlenkami.

Zpěv duchovních písní (např. mantry) - zpěv jednoduchých popěvků, které obsahují jména Boha, duchovní fráze. Zpěv má navodit u posluchače i zpěváka stav vnitřní odevzdanosti spolu s koncentrací mysli.

Vizualizace - vytváření mentální představy, např. představy boha, o které následně jedinec medituje. Tato metoda pomáhá nalézt meditujícím kvalitu představovaného objektu v sobě samém.

Polohy rukou (mudry) – odráží a na druhé straně navozuje různé stavy vědomí.

Polohy těla – speciální polohy uvolňují energii v těle a pomáhají k hlubšímu sebeuvědomění.

Bojová umění (např. tai-čhi, kung-fu) - mohou být pojata jako duchovní, resp. životní cesta. Pokud je tato technika dokonale zvládnuta, dochází ke stavům ztráty vědomí já – ega.

Mezi spirituální aktivity patří také kontemplace, čtení duchovních textů, návštěva duchovních či náboženských míst, setkávání se členy duchovních učitelů, modlitba atd. (Dass, 1996).

6. Spirituální zážitky

6.1 Transpersonální zážitky

Transpersonální psychologie je psychologíí spirituálních zážitků. Toto odvětví psychologie vzniklo na základě výzkumů T. Learyho, S. Grofa, Ch. Tartova. Jejich předmětem zájmu byly vyšší formy duchovního života člověka. Na rozdíl od tradiční psychologie nepovažovala tyto stavy za patologické. Tradiční psychologie podle jejich názoru potlačovala duchovní složku člověka (Nakonečný, 2002).

Klasifikace transpersonálních zkušeností dle S. Grofa:

- I. Rozšíření prostoru zkušenosti uvnitř vztažného rámce „objektivní skutečnosti“
 - A. Časové rozšíření vědomí
 1. embryonální a foetální zkušenosti,
 2. zkušenosti předků,
 3. kolektivní a rasové zkušenosti,
 4. fylogenetické a evoluční zkušenosti,
 5. zkušenosti dřívějších inkarnací,
 6. prekognice, jasnozření, jasnoslyšení a „cestování v čase“.
 - B. Prostorové rozšíření vědomí
 1. transcendentování ega v mezilidských vztazích a zážitek „jednoty ve dvojnosti“
 2. identifikace s jinými lidmi,
 3. skupinová identifikace a skupinové vědomí,
 4. identifikace se zvířaty,
 5. identifikace s rostlinami,
 6. jednota se životem a veškerým stvořením,
 7. vědomí neorganické hmoty,
 8. planetární vědomí,
 9. mimoplanetární vědomí,
 10. „out-of-body“ zkušenosti, jasnozření a jasnoslyšení při těchto cestách, „cesty v prostoru“, telepatie.
 - C. Prostorové zhuštění vědomí:
 1. vědomí orgánu, tkáně, buňky.
- II. Rozšíření prostoru vědomí za vztažný rámec „objektivní zkušenosti“
 1. spiritistické a médiumistické zkušenosti,
 2. zkušenosti ze setkání s nadlidskými spirituálními bytostmi
 3. zkušenosti z jiných vesmírů a setkání s jejich obyvateli,
 4. archetypické zkušenosti a „komplexní mytologické sekvence“,
 5. zkušenosti ze setkání s různými božstvy,
 6. intuitivní chápání univerzálních symbolů,

7. aktivizování čaker a vzbuzení „hadí síly“ (kundalini),
8. zážitek kosmického vědomí,
9. „zážitek suprakosmického a metakosmického prázdna“

(Hoskovec a kol., 2002).

6.2 Náboženské zážitky

Rudolf Otto definuje náboženskou, numinózní zkušenost, která se nepodobá ničemu pozemskému ani kosmickému, z více pozic. Je to zkušenost, kdy jednotlivec zažívá svou vlastní nicotnost, že je pouhým stvořením vyššího řádu. Otto rozděluje duchovní zážitky na 1. *mysterium tremendum*, definováno jako pocit úděsu před posvátným *maiestas*, které je nade vším mocné. 2. *Mysterium fascinans* odhaluje zbožnou fascinaci, ve které se rozvíjí dokonalost bytí (Eliadne, 2006).

Jung popsal náboženskou zkušenost jako „*podrobení se vyšším silám než jsou naše*“ (Fromm, 2003, str.27). Lidem, kteří prožili náboženskou zkušenost, se jeví příroda jako kosmicky posvátná. Už archaické společnosti a „primitivní národy“, které měli sklon žít co nejvíce v intimním spojení s přírodou, pravděpodobně tyto zkušenosti měli. Někdejší lidé zabývající se zemědělstvím, lovci, pastevci, sběrači nepatřili k žádné náboženské skupině, ale byli přirozeně spojeni s kosmickou strukturou fungování světa. Tato náboženská zkušenost spojení s přírodou chybí většině lidem (i těch pobožných) z měst; zkušenost spojení s přírodou je pro ně příliš abstraktní, neuchopitelná.

Tyto archaické společnosti nahlížely na svět jako na výtvar božů. Svět chápaly jako živý organizmus, který má svůj cíl a význam, mluví k člověku. Kdo dokáže žít s tímto vnímáním světa, je obohacen o nový rozměr; jeho život není už jen lidský, ale zároveň kosmický; má nadlidskou strukturu, jedná se o takzvanou otevřenou existenci. Tato existence dává člověku schopnost poznávat sebe skrze poznávání světa (Eliadne, 2006).

Člověk si vytváří obraz Boha či božství prostřednictvím numinózního prožitku. Tyto zážitky mohou být vyvolány různými podněty, např. pochopením vlastní smrtelnosti. Pro náboženského člověka smrt neznamena definitivní konec, pouze je pro něj jinou modalitou života. Náboženská zkušenost dovoluje člověku uchopit existenci např. kamene tak, že samotné bytí – existence kamene se stává (je chápána) jako absolutní, je ukotvena mimo čas a je nedotknutelná děním (Eliadne, 2006).

6.3 Transcendentální zážitky

Povaha transcendentálních zážitků souvisí s tzv. setem, který v sobě obsahuje veškerou informaci o jedinci (charakter, strukturu i náladu) a settingem, který má složku fyzickou, sociální a kulturní. Všechny tyto oblasti ovlivňují způsob a prožitek transcendence (Nakonečný a kol., 2002).

Už v bibli se nacházejí popisy transcendentálních zážitků. Transcendentální zážitek, při kterém zakoušíme pocity hlubinných metafyzických vhledů, je příležitost k nahlížení na přítomnou realitu s úctou, respektem ke všem živým bytostem, k samotnému bytí. Transcendentální zážitky vedou k zodpovědnému způsobu života. Grof je toho názoru, že vesmír, který nás obklopuje, je prostoupen vyšší kosmickou inteligencí. Díky cyklům, které jsme schopni vnímat (stvoření, trvání a zánik), si můžeme uvědomovat absolutní vědomí, které nám ukazuje možnost nezakoušet transcendentální nudu (Říčan, 2002).

Podle Jamese náboženské cítění samostatně neexistuje, je to pouze soubor různých citů, které náboženský prožitek různě aktivuje. Naproti tomu fenomenolog Rudolf Otto se zabýval pocity posvátnosti. Cit je abstrakcí prožívání, tudíž k náboženství musí patřit také bytostné hledání poslední pravdy a existenciální rozhodnutí se pro určitou životní cestu a z toho vyplývající jednání (Říčan, 2007).

Podle Junga se numinózní zážitek celistvosti netýká pouze šamanů a kněží, ale je to hlavní cíl každého člověka, který hledá celistvost bytostného já (tj. osobní zážitek vnitřního božství) a směřuje k procesu individualizace (Hyde, 2001).

Náboženský prožitek následně ovlivňuje mravní postoj a jednání (Říčan, 2007a). Člověk při dosažení transcendentální zkušenosti, jak uvádí Grof, přechází plynule ve snahu najít odpovědi na duchovní a filozofické otázky lidské existence. Takto se lidem naskýtá možnost pochopit svou vlastní božskou podstatu (Grofovi, 2006).

6.3.1 Transcendentno

„Transcendence je vše, co v lidském vědění přesahuje naši zkušenost“ (Hartl, Hartlová, 2004, str. 624).

Berger vyjadřuje názor, že již ve Starém zákoně se operovalo s těmito postoji:

1. Bůh je oddělen od hmotného světa - dochází tak k vyjádření motivu transcendentalizace.
2. Dochází k osvětlování lidského chování z racionálního pohledu (Václavík, 2007).

Stanislav Grof vychází ze své holotropní zkušenosti při hodnocení náboženství: v každém člověku je transcendentální impuls a to je nejdůležitější silou v člověku (Říčan, 2002).

Spiritualita a transcendence spolu úzce souvisí, jde o uvažování nad sebezpřesahujícími otázkami a principy fungování světa. K imanentní transcendenci dochází, když si člověk uvědomuje svou svobodu a propojení začátku a konce svého života. Tímto uvědoměním pak dochází k pochopení vlastního sebezpřesahu a následnému zkvalitnění života. Transcendence je způsobena spiritualitou jedince, jedná se o naladění osobnosti překračující materiální oblast (Prokop, 2006).

6.3.2 Psychologové zabývající se transcendentem

Erich Fromm, humanistický psycholog, o sobě říká, že se ve svých pracích věnuje tomu nejdůležitějšímu, tomu, co je v životě nejvyšší, absolutně závazné. Pojmu náboženství užívá jako metafory, sám se hlásí k ateistickému humanizmu. Opustil židovskou víru a začal se více zajímat o buddhismus (Říčan, 2002). Domnívá se, že nezáleží na tom, zda se člověk vrací k náboženství nebo věří v Boha, ale stěžejní je, zda přemýšlí o pravdě a zda žije v lásce (Fromm, 2003).

Ram Dass, původním jménem Richard Alpert, je vystudovaný psycholog, má praxi v psychoanalýze, v minulosti působil jako vyučující na Harvardské univerzitě a prováděl výzkumy v oblastech lidské motivace, poznání a klinické patologie. Na Harvardu poté uskutečnil výzkumný program týkající se změněných stavů vědomí, které byly indukovány psychadelickými látkami typu LSD. S Timothy Learym propagoval transcendentální zážitky plynoucí z užívání LSD. V roce 1967 odcestoval do Indie a začal se věnovat duchovní praxi. Tam našel svého duchovního učitele a duchovního vůdce Neem Karoli Babu. Po návratu do USA začal nabyté zkušenosti v oblasti lidského ducha předávat západní společnosti formou pořádání přednášek a psaní knih (Dass, 1996).

Stanislav Grof se inspiroval myšlenkami Junga, které pak dále upravuje a rozvíjí. Grof se původní Jungovo myšlenky snažil přizpůsobit své době tak, aby byly srozumitelné a snadno pochopitelné širší veřejnosti, a to způsobem „psychomarketu“ - za finanční úhradu se zájemce o transcendentální zážitek může účastnit kurzu holotropního dýchání (Říčan, 2002).

C.G. Jung je nazýván psychologem 21. století. Zajímal se o náboženství, protože sám řešil dilema mezi vírou své rodiny a východním náboženstvím. Jung celý život bojoval s křesťanskou vírou a klonil se k orientálním náboženstvím, avšak zároveň se domníval, že právě ty ho svádí od autentické duchovní cesty (Říčan, 2002). Jung se přiklání k psychologické redukci spirituality, a to tak, že duchovno odděluje od teologie. Vysvětluje, že když je náboženská funkce psychiky a Bůh archetypem bytostného Já, lze usuzovat, že Bůh řídí evoluci a zjevuje se lidem skrze kolektivní nevědomí. Všechny archetypy jsou svou povahou numinózní. Posledním cílem archetypu bytostného Já je individualizace a tomu se podřídí celé kolektivní nevědomí (Říčan, 2002).

Jung vytvořil 3 pravidla analytické psychologie, které zahrnují i duchovní složku člověka.

1. Nevěnovat příliš velkou pozornost vzpomínkám z dětství.
2. Mít stále na paměti duchovní otázky a to hlavně u klientů středního věku, které duchovní otázky nejvíce zajímají.
3. Každý pacient má tajný, skrytý příběh (Hyde, 2001)

7. Psychologie a náboženství

7.1 Psychologie náboženství

„Freud je přesvědčen, že cílem lidského vývoje je dosáhnout ideálů, jimiž jsou poznání, rozum, pravda, bratrská láska, zmenšení utrpení, nezávislost a odpovědnost. Tyto ideály vytváří etické jádro všech velkých náboženství“ (Fromm, 2003, str.28).

Psychologie ve svých metodách navazuje v mnohém na náboženství (např. introspektivní pozorování vychází z židovsko-křesťanské tradice). Po staletí se duchovní věnovali lidem, kteří potřebovali jejich péči. Ze zkušeností těchto lidí čerpá literatura (a psychologická literatura není výjimkou) již odpradáвна. Psychologové v dnešním světě často přejímají roli rádců, učitelů. Některé náboženské prvky, které jsou psychology používány, zůstávají zatím implicitní - proto se mluví spíše o kryptoreligiozitě – tím je míněna zdánlivá náboženská, která vzniká tím, že člověk, který je nevěřící, je potomkem věřící společnosti a tudíž je částečně ovlivněn náboženstvím. (Říčan, 2002). Jak tvrdí Freud, psychologie studuje lidskou duši a hledá vědecké podklady pro umění dosáhnout štěstí. Tak se nabízí myšlenka, že psychologie supluje v dnešní moderní společnosti ustupující teologii.

Spiritualita je časté téma humanistické psychologie, která ji vnímá jako „funkční komponentu struktury osobnosti“ (Říčan, 2007b, str. 147).

7.1.1 Názory na náboženství

Jung píše, že v duši je zakotvena náboženská část, která má jiný charakter než všechna náboženství. Jde o čistou substanci poznání absolutního vědomí bez vedlejších záměrů, které náboženství většinou mají. Proto spatřoval naději v procesu postupného odnáboženštění Evropy (Říčan, 2002).

I Grof skepticky hodnotí organizované náboženství. Pokládá za nutné rozlišit, zda jde o omezenou dogmatickou víru tradičních náboženství anebo hlubokou moudrost duchovních filozofií a mystických tradic jako je např. jóga, zen, křesťanská mystika, kabala aj. (Říčan, 2002). Grof předpokládá, že náboženská hierarchie se snaží uchránit lidi před náboženskými zkušenostmi, protože tyto přímé zážitky člověka podněcují k nezávislosti, což z něho činí obtížně manipulovatelného (Grofovi, 1999)

Richard Alpert mluví o organizovaném náboženství z dlouhodobého hlediska jako o překážce. Je dobré nějakého členství ve skupině stejně smýšlejících lidí využít ve smyslu hledání inspirace, budování vnitřní kázně apod. Ale pokud je již naše sebekázeň dostatečně silná, je obohacující se vydat hledat vlastní, originální způsob spirituálního uspokojení. Štěstí přichází pouze po dosažení vnitřní svobody (Dass, 1996).

S. Freud považuje náboženství za kolektivní neurózu, stejně jako zažívají děti, které se vlivem vlastní nejistoty spoléhají na svého otce, kterého obdivují a z kterého zároveň mají strach. Pokud se člověk vzdá náboženství a vystaví se vlastní samotě a bezvýznamnosti, překoná infantilní fixaci. Tak si uvědomí, že může spoléhat pouze sám na sebe, naučí se nakládat se svou energií, poté se může stát sám sebou. Hlavními cíli, kterých chce neurotická osoba dosáhnout, je osobní nezávislost, schopnost být tvořivý, milovat a přemýšlet (Fromm, 2003).

7.2 Náboženství v psychoterapii

Jung své pacienty, kteří byli protestantského zaměření, vedl ke „zpovědi“ a doporučil jim účast na pietistických a charismatických kroužcích, kde měli možnost sdílet své náboženské zkušenosti. Jung měl zájem o spiritualitu a prostřednictvím prožitkové terapie ji oživoval (aktivní imaginací, kreslením mandal) (Říčan, 2002).

Ve Franklovo logoterapii došlo k propojení duchovní a duševní roviny (Frankl, 2005). Transcendentální meditace je metoda psychologicko-terapeutická, pracuje s psychologickými pojmy. Pomáhá praktikujícímu zvyšovat sebevědomí, pracuje na rozvoji člověka (Dass, 1996).

Náboženství lze v psychoterapii využít např. v podobě ikonoterapie nebo biblioterapie, kterou hojně při své práci využívá Remeš. Prostřednictvím biblických příběhů může člověk poznat své nitro a vnitřní skryté motivace, kterými se řídí. V knize „Nahá žena na střeše“ jsou vylíčeny obsahy biblických příběhů v rovině psychologické, duchovní a existenciální. Rozbor jednotlivých příběhů byl inspirován nápady klientů, které byly prezentovány během skupinových terapeutických sezení. (Remeš, Halmanová, 2004)

Náboženství si klade za cíl spásu, osvícení, pokoj, přebývání v Božím království - a to souvisí s intrapsychickým cílem vnitřní pohody, harmonie, sebepoznáním, získání stability a fungování vztahů. Některé náboženské praktiky se nápadně podobají jednotlivým principům a postupům v psychoterapii. Mnohým pacientům se kupříkladu doporučuje dodržování nějakého řádu, který může napodobit právě náboženský řád, jehož dodržování je žádoucí. V terapii se také využívá skupinové interakce (skupinová terapie), kdy lidé sdílí své zážitky a poskytují objektivní náhled na svůj problém nácvičkou modelových situací. Náboženské skupiny podobným způsobem organizují pravidelná setkání a plní tak srovnatelnou funkci jako i skupinová psychoterapie. Lze se domnívat, že to byla psychologie, která se inspirovala v historii z náboženství.

Psychoanalýza pracuje s katarzí, která je vyvolána uvědoměním si jistých informací z nevědomí. Její obdobou v křesťanském světě je zpověď, která vyvolává podobné odezvy. Psychoterapie doporučuje rituály a i náboženství je s rituály neodmyslitelně spjaté. Stejně jako při psychoterapii s terapeutem dochází i s vedoucím náboženské skupiny k určitému přenosu, který je velmi účinný a může urychlit vývoj jedince.

Hlavním úkolem psychoterapie je posílit jedince v jeho pozitivním vnímání vlastního já, které je posíleno hodnotovou orientací. C. G. Jung vyslovil myšlenku, že je správné využívat „terapeutických institucí“, které nám historie nabízí. Má na mysli právě náboženské organizace. Několik jeho pacientů poté, co s Jungem absolvovali analýzu, vstoupili do katolické církve.

Existují však i náboženské směry, které mohou výrazně narušit lidské psychické zdraví jejich stoupců (Říčan, 2002). Frankl vyjádřil hypotézu, že u obsedantní

neurózy je neurotické chování zapříčiněno nedostatkem transcence či jejím potlačením. Problém mohou způsobit i vnitřní konflikty v oblasti sebezpřesahu v životě pacienta (Frankl, 2005).

8. Kvalita života

Světová zdravotnická organizace definuje kvalitu života jako *“to, jak člověk vnímá své postavení v životě v kontextu kultury, ve které žije, a ve vztahu ke svým cílům, očekáváním, životnímu stylu a zájmům“* (WHO, 1994) (Dragomirecká a kol., 2006b.)

„Kvalita života (quality of life) - vyjádření pocitu životního „štěstí“; k nejobecnějším znakům patří soběstačnost při obsluze vlastní osoby a pohyblivost; psychologicky jako míra seberealizace a duševní harmonie čili míra životní spokojenosti; sociologicky jako pocity a životní úroveň speciálních skupin, jako jsou staří lidé, příslušníci etnických a jiných minorit čili hledisko jejich možností volby“ (Hartl, Hartlová, 2004, str.284).

Veenhovenová (2000) vytvořila teorii „čtyř kvalit života“ (Dragomirecká, a kol., 2006a, str. 9).

Tabulka č. 1: Čtyři kvality

	vnější kvality	vnitřní kvality
životní šance neboli předpoklady	A. vhodnost prostředí, životní prostředí, sociální kapitál, prosperita, životní úroveň	B. životní schopnost jedince, psychologický kapitál, adaptivní potenciál, zdraví, způsobnost
životní výsledky	C. užitečnost jedince, vyšší hodnoty, transcendentální koncepce	D. vlastní hodnocení, subjektivní pohoda, spokojenost, štěstí, pocit smysluplnosti

Podle Dalajlámy je nejlepší cestou k dosažení psychické spokojenosti milovat lidskou bytost a popřípadě zvíře upřímnou láskou a to nás naplní uspokojením. Soucit, altruismus a láska je duchovní bohatství, které nám pomáhá nacházet přátele a překonávat nepříjemné situace v životě. Duševní klid a rovnováha jsou zdroje radosti a potěšení. Každý člověk má právo být šťastný a uvědomění toho nás může naplnit pocitem vlastní hodnoty. Osvojení altruizmu je podle Dalajlámy největší zdroj vnitřní síly, štěstí a budoucích úspěchů. (Bastan- Dzin-Rgya-Mtsho, 1992).

Podle Markova evangelia je klíčovým bodem na cestě za osobním štěstím a spokojeností okamžik, kdy jedinec zahajuje vnitřní uzdravovací proces tím, že získá hlubokou důvěru, že je milován i se svými negativními a stinnými stránkami (Palaščáková, 2008).

8.1 Historie kvality života

Již po 2. světové válce se začalo s pojmy „štěstí“, „well-being“ a „kvalita života“ pracovat a byly cílem některých sociálních programů. Výzkum kvality života se tak stal novým interdisciplinárním oborem, který poskytoval informace pro hodnocení účinnosti sociální politiky. Ze začátku se testování kvality života zabývalo hodnocením vzhledem k nemoci a k léčbě. Postupně se pojem „kvalita života“ začal používat i v hodnocení zdravotních a sociálních intervencí u dlouhodobě nemocných, postižených jedinců a i u jedinců v nepříznivých životních situacích (Dragomirecká, a kol., 2006a).

8.2 Oblasti kvality života

V oblastech kvality života musí být zahrnut fakt, že člověk je bio-psycho-sociálně spirituální bytost. Kvalita života proto musí zahrnovat jak stránku fyzickou a psychickou, tak i celkový pohled na psychickou kondici, postoj ke společnosti, náboženské cítění a ekonomickou situaci daného jedince. Faktory, které ovlivňují kvalitu života jsou pohlaví, věk, rodinná situace, ekonomická situace, vzdělání atd. (Slováček, 2004).

Prokop (2006) vidí složku spirituality jako komplexnější chápání kvality života.

„Na světě existuje řada organizací, které se zabývají výzkumem kvality života. Každá se však odlišuje svým zaměřením, tedy dimenzemi lidského života jako předměty svého zkoumání. Světová zdravotnická organizace (WHO) rozčlenila předměty svého zkoumání na čtyři oblasti, které vystihují dimenze lidského života bez ohledu na věk,

pohlaví, etnikum a postižení a zahrnula je do měřících nástrojů WHOQOL-BREF a WHOQOL-100.

fyzické zdraví a úroveň samostatnosti - energie a únava, bolest, odpočinek, mobilita, každodenní život, závislost na lékařské pomoci, schopnost pracovat atp.

psychické zdraví a duchovní stránka - sebepojetí, negativní a pozitivní pocity, sebehodnocení, myšlení, učení, paměť, koncentrace, víra, spiritualita, vyznání atp.

sociální vztahy - osobní vztahy, sociální podpora, sexuální aktivita atp.

prostředí - finanční zdroje, svoboda, bezpečí, dostupnost zdravotnické a sociální péče, domácí prostředí, příležitosti pro získávání nových vědomostí a dovedností, fyzikální prostředí (znečištění, hluk, provoz, klima) atp.“ (Hrabovská 2006, s. 40- 41)

Světová zdravotnická organizace ve svém projektu WHOQOL, zkoumá kvalitu života z hlediska šesti oblastí.

fyzické zdraví - energie a únava, bolest a nepohodlí, spánek a odpočinek,

psychická stránka a prožívání – psychické zdraví, nálada, negativní a pozitivní emoce, vztah k sobě, kognitivní funkce, myšlení, učení, paměť, pozornost,

fyzická samostatnost - mobilita, každodenní činnosti, závislost na lékařské péči, schopnost pracovat,

sociální vztahy - osobní vztahy, partnerství, sociální podpora, sexuální aktivita,

životní prostředí - finanční stránka, svoboda, pocit bezpečí, kvalita prostředí, možnost získání informací a kompetencí, doprava,

spiritualita - religiozita, osobní přesvědčení (Dragomirecká, 2006a).

8.3 Subjektivní stránka kvality života

Pojem „subjektivní“ definuje Hartl jako „1. závislé na jedinci, na jeho vnímání, tedy často nevěcné, podjaté, jednostranné, 2. ovlivněné osobní zkušeností, emocemi, předsudky, 3. nezjevné, vnitřní, přístupné jen sebepozorování ...“ (Hartl, Hartlová, 2004, str. 574).

Subjektivní hodnocení kvality života vyjadřuje, jak člověk sám posuzuje svou životní situaci (Dragomirecká, a kol., 2006b).

Becker sestavil model subjektivní pohody. Ta může být podle něj dvojího druhu: aktuální a habituální.

Aktuální subjektivní pohoda je relativně krátkodobá a závisí na vnějších a vnitřních faktorech působících na osobu. Aktuální pohoda zahrnuje současné prožívání osoby, jako jsou pozitivní emoce a nálada, libé tělesné pocity apod. Nevyskytují se fyzické nebo psychické těžkosti (Ocetková, 2007).

Habituální subjektivní pohoda vychází z typických výpovědích jedince, kdy hodnotí svou aktuální subjektivní pohodu. A hodnotí ji prostřednictvím kognitivních procesů (Džuka, 1994).

„Nagpal (1985) považuje za součást „well-being“ subjektivní pohodu vyjádřenou pozitivně i negativně (jako přítomnost kladných nebo nepřítomnost záporných prožitků, pocitů a hodnocení), schopnost kontroly nad sebou a svým okolím, sounáležitost se společností (ve smyslu širší sociální skupiny), strukturu a soudržnost rodiny, hustotu sociálních vztahů, jistotu a zabezpečení v krizích (socioekonomických i zdravotních) a harmonii mezi očekávanými a dosahovanými výsledky“ (Ocetková, 2007, str.75).

„Jung tvrdí, že něco objektivního je pravdivější a platnější než něco čistě subjektivního. Jeho rozlišovací kritérium mezi objektivním a subjektivním se zakládá na tom, zda má ideu pouze určitý jedinec, anebo zda jí sdílí širší společnost“ (Fromm, 2003, str.26).

8.4 Měření kvality života

„V Calmanově definici (Calman, 1984 in Zannosti, 1994) je měření kvality života zjišťování rozdílu mezi přáním a očekáváním jedince na jedné straně a jeho reálnou situací na straně druhé. A doplnili ji o to, že tento rozdíl, by měl být posuzován

v závislosti na schopnosti jedince překonávat tuto diskrepanci mezi přáním a realitou a směřovat tak ke svobodě a autonomii“ (Ocetková, 2007, str.71).

Kvalita života nejčastěji bývá měřena podle Kirbyho, a to ze tří perspektiv:

1. jako objektivní měření sociálních ukazatelů v termínech možností, bariér a zdrojů okolí (bezpečí, vzdělání, stabilita rodiny...). Měří kolektivní kvalitu života pro porovnání různých skupin, kultur aj., která je výsledkem postojů, hodnot a životního stylu skupiny,
2. jako subjektivní odhad celkové spokojenosti se životem,
3. jako subjektivní odhad spokojenosti s jednotlivými životními oblastmi.

Kvalita života se nejběžněji zjišťuje pomocí dotazníkového šetření nebo strukturovanými rozhovory. Zjišťování kvality života mohou doplnit objektivní ukazatele zdravotního stavu tím, že popisují dopad nějakého artefaktu nebo skutečnosti (nemoc, postoj, životní hodnoty, léčby, terapie) na kvalitu života jedince. Zkoumání přináší informace o jednotlivých souvislostech mezi těmito skutečnostmi a pomáhá upravovat preventivní programy, průběhy terapií a léčebných programů. Cílem je popsání rizikových skupin obyvatelstva a následné plánování prevence (Dragomirecká, 2006b).

8.5 Dotazníky měřící kvalitu života

„Zdrojem informací o instrumentech kvality je databáze ProQolid, kterou provozuje mezinárodní výzkumný ústav pro měření kvality života MAPI Research Institute. Databáze je rozšíření původní databáze QOLID (Quality of Life Instruments) o instrumenty podchycující další subjektivní indikátory zdraví“ (Dragomirecká, 2006b, str. 11-12).

Existují dva typy dotazníků:

- A. Všeobecné (generické) dotazníky – používané pro jakýkoliv druh pacientů nebo pro zdravou populaci. Umožňují vzájemné srovnání různých podmínek a souboru dotazovaných. Jsou využívány pro populační měření.
- B. Speciální dotazníky - používané pro osoby se specifickými obtížemi, zachycují klinicky významné změny. Výsledky lze těžko porovnávat nebo zobecňovat.

Dotazníky zjišťující kvalitu života:

1. Dragomirecká, E., Bartoloňová, J., WHOQOL-100.

Tento dotazník má sto sebesupozovacích položek. Skládá se ze šesti oblastí: fyzické zdraví, prožívání, fyzická nezávislost, sociální vztahy, prostředí a duchovní oblast.

2. Dragomirecká, E., Bartoloňová, J., WHOQOL-BREF (to je zkrácená verze WHOQOL 100)

3. Dotazník kvality života (Q-LES-Q) - Kvalita prožívání radosti a spokojenosti ze života (Quality of Life Enjoyment and Satisfaction).

Autorkou tohoto testu je profesorka klinické psychologie Jean Endicott, působící na Psychiatrickém oddělení Columbia Univerzity a je vedoucí Výzkumného oddělení New York State Psychiatric Institute.

Dotazník obsahuje osm skupin otázek: fyzické zdraví, pocity, pracovní aktivity, péče o domácnost, studijní aktivity, využití volného času, sociální vztahy, souhrnný pohled na kvalitu života. Dotazník byl zatím použit u těchto diagnostických skupin: panické poruchy, postraumatické stresové poruchy, premenstruační dysforické poruchy, bipolární poruchy, schizofrenie, u nemocných s AIDS a závislosti na alkoholu (Dotazník kvality života: Q-LES-Q, 2003).

4. SQUALA - Dotazník subjektivní kvality života, jehož autorkou je Dragomirecká, E., Bartoňová, J., Motlová, L. a spol.

Tento dotazník se zaměřuje na jednotlivé oblasti života jedince: zdraví, fyzickou soběstačnost, psychickou pohodu, prostředí, domov, spánek, rodinu, mezilidské vztahy, děti, lásku, sex, politiku, víru, odpočinek, záliby, bezpečí, práci, spravedlnost, svobodu, krásu, umění, pravdu, peníze a jídlo. Zjišťuje kvalitu života u nemocných lidí. Některá zařízení ho používají jako diagnostický nástroj pro dlouhodobé hodnocení léčby, který zahrnuje i pohled na hodnotovou orientaci dotyčného jedince. Na základě výsledků dotazníku, upravuje zařízení individuální terapeutický plán a výsledky také slouží k vyhodnocení aplikovaných postupů (Dragomirecká, 2006b).

II. Výzkumná část

9. Výzkum

Výzkum byl realizován kvantitativní formou dotazníkového šetření. Výzkum se snaží odpovědět na otázku, jaký vliv má víra jedince v transcendentno na subjektivní hodnocení kvality života.

9.1 Cíle výzkumu

Cílem výzkumu je nalézt o souvislosti mezi vírou v sebezpřesah a hodnocením spokojenosti v životě a jeho kvality v jednotlivých jeho oblastech. Výzkum není koncipován na přesný popis vztahů mezi proměnnými, cílem je jejich mapování, které může sloužit k formulaci nových hypotéz a být inspirací pro další zkoumání.

9.2 Výzkumná otázka:

Existuje významný rozdíl v subjektivním vnímání kvality života v jednotlivých jeho oblastech mezi respondenty věřícími v transcendentno a lidmi nevěřícími v transcendentno?

9.3 Výzkumný soubor

Výběr vzorku byl uskutečněn částečně na základě náhodnosti, kdy byl dotazník rozeslán emailem nebo předáván v tištěné podobě. Některé dotazníky byly rozdány mým přátelům, studentům teologické fakulty, studentům psychologie. Někteří respondenti distribuovali dotazník dalším lidem metodou sněhové koule. Výběr respondentů byl částečně ovlivněn mými kontakty.

Respondenti jsou rozděleni do čtyř kategorií podle způsobu víry:

- a) věřící, patřící do náboženské nebo filozofické skupiny - věřící v transcendentno
- b) nevěřící (ateisti) - nevěřící v transcendentno
- c) věřící, kteří nepatří do žádné náboženské skupiny, ale záměrně se inspirojí různými náboženskými nebo filozofickými směry a praktikují nějakou spirituální aktivitu (modlitba, meditace, čtení duchovních textů, zpěv duchovních písní, návštěva kostela či duchovního centra apod.) - věřící v transcendentno

d) věřící, kteří se záměrně neinspirují náboženstvím, nepropraktikující žádnou spirituální aktivitu. Jejich víra se vytváří na základě vlastních životních zkušeností - nevěřící v transcendentno.

9.4 Hypotézy

1. Lidé, kteří věří v transcendentno jsou spokojenější se svou současnou životní situací než lidé, kteří v sebepřesah nevěří.
2. Lidé, kteří věří v transcendentno méně zúzkostňuje myšlenka na vlastní smrtelnost.
3. Lidé, kteří patří do náboženské skupiny, mají méně uspokojené sexuální potřeby oproti lidem, kteří nepatří do žádné náboženské skupiny.
4. Lidé, kteří patří do náboženské skupiny, prožívají častěji pocity viny oproti lidem, kteří nepatří do žádné náboženské skupiny a z různých náboženských směrů čerpají inspiraci pro svůj život.

9.5 Metoda:

Jako metodu sběru dat pro výzkum jsme zvolili testovou metodu – anonymní dotazník. Nestandardizovaný anonymní dotazník vlastní konstrukce je inspirován z dotazníků WHOQOL-100, SQUALA od Dragomerecké a kol. a dotazníky z disertační práce I. Oetkové.

Žádný ze standardizovaných dotazníků však plně neodpovídal potřebám výzkumu, proto byl zařazen dotazník vlastní. Běžné složky dotazníků zjišťující kvalitu života jsou obohaceny o položky zjišťující praktikování spirituálních aktivit a o otázky zaměřené na spirituální zážitky. Existence těchto otázek v dotazníku byla nezbytná, jelikož umožnila rozčlenit respondenty do čtyř základních výzkumných skupin. Dále byly do dotazníku zařazeny otázky související s výzkumnými otázkami a hypotézami.

10 Realizace výzkumu

V úvodu dotazníku, abych vystoupila z anonymity a aby se dotazníkové šetření stalo věrohodnějším, jsem respondenty seznámila se svým jménem, univerzitou a rokem studia. Nabídla jsem též respondentům možnost získat výsledky výzkumu. Z tohoto důvodu jsem poskytla svojí emailovou adresu, na které mě mohou případní zájemci o výsledky mé práce kontaktovat.

Respondenti byli před vyplněním dotazníku seznámeni s účelem dotazníkového šetření, který jsem záměrně upravila. Namísto toho, abych respondentům přímo sdělila, že dotazník je zaměřen na zkoumání vlivu víry v transcendentno na vnímání kvality života, jsem tento záměr do informací upravila na znění: „jak realisticky je člověk schopen ohodnotit kvalitu svého života s ohledem na svou víru, náboženské vyznání nebo světonázor“. Rozhodla jsem se tak na základě faktu, že mezi nevýhody dotazníkového šetření patří právě nižší věrohodnost a to z důvodu potřeby sociální žádoucnosti respondenta, kdy respondent záměrně zkresluje informace o sobě, aby se jevil druhým lepší než ve skutečnosti je. (Kebza, Pechačová, 2001). Předpokládám, že informace toho, že práce se zabývá tématem jak realisticky je člověk schopen něco hodnotit, by mohlo tuto skutečnost částečně minimalizovat, jelikož se domnívám, že respondent má pocit větší zodpovědnosti za své odpovědi, jelikož se vztahují k jeho schopnosti realistické introspekce a dotazník může vzbuzovat pocit, že bude odhaleno nepravdivé nebo zkreslené vlastní hodnocení a tudíž by se zahalil do světla vlastní lži. Předpokládám, že odhalení vlastní lži je pro jedince více nepříjemné než přiznání jednotlivých skutečností nespokojenosti. Ukázka rozesílaného dotazníku je umístěna v příloze této práce.

10.1 Dotazníkové šetření

Dotazník obsahuje 45 otázek a 8 podotázek, z toho je 43 otázek uzavřených a 2 otázky otevřené.

Dotazník je rozdělen logicky pro přehledné vyhodnocování do pěti částí:

1. statistické údaje

2. otázky zjišťující prožívání a postoje respondenta
3. otázky zjišťující spokojenost
4. otázky, které rozčleňují respondenty do výzkumných skupin
5. otázky týkající se aplikace víry či názoru na svět do praktického života

Bylo rozdáno 230 dotazníků v tištěné formě a 50 rozesláno emailem v elektronické podobě. Vyplněných dotazníků bylo 170, to je 74 % návratnost. Domnívám se, že takto vysoká návratnost byla z důvodu, že dotazníky jsem většinou dávala svým přátelům a známým a některým z nich jsem dala větší počet dotazníků, kteří je dál distribuovali.

V tištěné formě bylo dáno 25 dotazníků do studentského klubu Teologické fakulty v Českých Budějovicích, kde byla umístěna také papírová schránka pro vhození vyplněných dotazníků.

Elektronickou formou byl dotazník rozeslán mým známým a přátelům emailem s dotazníkem v příloze. K této příležitosti byla vytvořena anonymní emailová schránka. Respondentům bylo sděleno heslo emailové schránky a tudíž mohli anonymně zasílat vyplněné dotazníky na mojí emailovou adresu. Elektronickou formou byl také osloven a požádán o vyplnění dotazníků Svaz muslimské mládeže a Židovské společenství, kdy v obou případech, vždy jeden ze zástupců skupiny kladně odpověděl se zprávou, že dotazník můžeme zaslat a že ho zprostředkují ostatním členům. Bohužel z navrácených dotazníků jsem zjistila, že odpověděli pouze dva lidé muslimského vyznání a žádný člověk židovského vyznání. Kontaktovala jsem také společenství Haré Kršny, kteří odpověděli, že většina z komunity nemá přístup k internetu a že nikomu dotazníky nevyplňují, i když jim je často studenti posílají. Dále byli osloveni také členové církve Adventistů sedmého dne, kde několik členů dotazník vyplnilo.

10.2 Výsledky dotazníkového šetření a jejich interpretace

10.2.1 Rozdělení respondentů do výzkumných skupin

Respondenti jsou rozděleni do čtyř výzkumných skupin podle vyplnění čtvrté části dotazníku podle otázek 23, 24, 25.

Otázka č. 23A mapovala, jestli respondent patří do nějaké náboženské skupiny, k duchovnímu směru nebo filozofické škole. 50 respondentů ze 170 odpovědělo kladně. Odpovědi, do jaké skupiny patří, vepisovali respondenti slovy do tabulky viz níže.

Tabulka č. 2

Víra	Počet	Víra	počet
církev římsko katolická	(15)	spol. Sri Chinmoy	(3)
křesťanská církev	(3)	Sahadža Joga	(2)
protestantská církev	(4)	existencialismus	(1)
Bratrská jednota baptistů	(1)	Islámu	(2)
Adventisté sedmého dne	(6)	Jóga	(3)
Tibetský buddhismus	(9)	Buddhismus	(1)

Otázka č. 23Aa se dotazovala, jak dlouho se k církvi, společenství či skupině řadí. 14% respondentů od narození, 6% respondentů méně než 1 rok, 22% respondentů 1-5 let, 18% 5-15let a 14% 15 a více let.

Tabulka č. 3

délka	od narození	15 a více let	5-15 let	1-5 let	1 rok a méně
počet respondentů	40% (20)	14% (7)	18% (9)	22% (11)	6% (3)

Otázka č. 23Ab zjišťovala, jestli rodinní příslušníci patří do stejné náboženské, filozofické skupiny či duchovnímu směru?. (29) odpovědělo ano, (12) odpovědělo ne, (9) jen někteří.

Tabulka č. 4

	Ano	ne	jen někteří
Počet	58 % (29)	24% (12)	18 % (9)

Otázka č. 24 na tuto otázku odpověděli respondenti, kteří se neřadí k žádné skupině a neodpověděli na otázku 23A.

Respondenti se zařadili do jedné ze 3 skupin

- a. ateisti (nevěřící).
- b. mám svojí osobní víru a záměrně se nezajímá o náboženství a neprojektuji žádnou spirituální aktivitu, která vychází z náboženství.
- c. mám svojí osobní víru a inspiruji se náboženstvím, ale aktivně do žádného
- d. nepatřím.

Rozdělení respondentů do 4 výzkumných skupin podle otázek 23A, 23B.

Tabulka č. 5

<u>SKUPINY</u>	<u>POSTOJ K VÍŘE</u>	<u>POČET</u>
1.skupina	Věřící	50
2.skupina	Nevěřící (ateisti)	37
3. skupina	Respondenti, kteří se záměrně nezajímají o náboženství a neprojektují žádnou spirituální aktivitu.	43
4.skupina	Respondenti, kteří mají svojí osobní víru, záměrně se inspirují z různých náboženství, ale aktivně do žádného nepatří. Tito respondenti pravidelně či nepravidelně praktikují některé spirituální aktivity.	40

10.2.2 Výzkumný soubor (statistické údaje)

Otázka č. 39 zjišťovala pohlaví respondentů.

Tabulka č. 6

	ženy	muži
1.s. Věřící	52% (26)	48% (24)
2.s. Ateisté	57% (21)	43% (16)
3.s. Os. víra bez spirituál. aktivity	53% (23)	47% (20)
4.s. Os. víra se spirituál. aktivitou	53% (21)	47% (19)

Zastoupení žen ve výzkumném souboru lehce přesahuje nadpoloviční většinu nad respondenty mužského pohlaví. Přibližuje se tak ke skutečnosti mírně vyššího zastoupení žen v populaci.

Otázka č. 40 zjišťovala věk respondentů.

Tabulka č. 7.

	15-20let	21-25let	26-35 let	36-49let	50-60 let	61 a více
1.skupina	6% (3)	28% (14)	28% (14)	14% (7)	16% (8)	8% (4)
2.skupina	11% (4)	19% (7)	24% (9)	14% (5)	22% (8)	11% (4)
3.skupina	14% (6)	35% (15)	21% (9)	12% (5)	14% (6)	7% (3)
4.skupina	8% (3)	38% (15)	20% (8)	8% (3)	23% (9)	8% (3)

Otázka č.41 zjišťovala ukončené vzdělání respondentů.

Tabulka č. 8

	základní	střední bez maturity	střední s maturitou	vysokoškolské
Skupina č. 1	6% (3)	12% (6)	54% (27)	28% (14)
Skupina č. 2	14% (5)	11% (4)	38% (14)	38% (14)
Skupina č. 3	14% (6)	5% (2)	79% (34)	16% (7)
Skupina č. 4	8% (3)	5% (2)	50% (20)	33% (13)

Největší procento ateistů má vysokoškolské vzdělání, dále pak skupina s osobní vírou a inspirující se z různých náboženství a praktikující nějakou spirituální aktivitu. Středoškolské vzdělání má nejvíce lidí, kteří mají osobní víru avšak neprojektují žádnou spirituální aktivitu a záměrně se z náboženství neinspirují. Nadpoloviční většina věřících má také ukončené střední vzdělání s maturitou. Dále pak stejné zastoupení věřících a ateistů má ukončené středoškolské vzdělání bez maturity. a malá část respondentů má základní vzdělání.

Otázka č. 42 zjišťovala rodinný stav.

Tabulka č. 9

	svobodný/á	ženatý/vdaná	žijí v partnerském svazku	rozvedený/á	ovdovělý/á
Skupina č.1	62% (31)	24% (12)	8% (4)	2% (1)	4% (2)
Skupina č.2	35% (13)	35% (13)	19% (7)	11% (4)	3% (1)
Skupina č.3	44% (19)	28% (12)	23% (10)	2% (1)	2%(1)
Skupina č.4	40% (16)	25% (10)	20% (8)	3% (1)	5% (2)

Otázka č. 43 zjišťovala zdravotní stav.

Tabulka č. 10

	velmi špatný	špatný	dobrý	velmi dobrý
Skupina č. 1	0% (0)	2% (1)	52% (26)	56% (23)
Skupina č. 2	0% (0)	5% (2)	51% (19)	43% (16)
Skupina č. 3	0% (0)	5% (2)	65% (28)	30% (13)
Skupina č. 4	5% (0)	5% (2)	53% (21)	30% (12)

Nadpoloviční většina respondentů hodnotí svůj zdravotní stav jako dobrý a velká část jako velmi dobrý. Jen velmi malé procento respondentů zvolilo odpověď „špatný zdravotní stav.“

V otázka č. 44 vybírali respondenti z odpovědí.

Tabulka č. 11

	student	zaměstnaný/á	v důchodu	na mateřské dovolené
Skupina č. 1	40% (20)	44% (22)	10% (5)	6% (3)
Skupina č. 2	41% (15)	46% (17)	11% (4)	3% (1)
Skupina č. 3	44% (19)	40% (17)	9% (4)	7% (3)
Skupina č. 4	45% (18)	43% (17)	10% (4)	3% (1)

Skupiny respondentů jsou v jednotlivých zastoupeních procentuálně vyrovnané. Tudíž vzorek je z tohoto hlediska porovnatelný.

Poslední 45. otázka zjišťovala, zda respondent zažil nějakou traumatickou událost v posledním půl roce, která by mohla ovlivnit jejich hodnocení.

Tabulka č. 12

	Ano	Ne
Skupina č. 1	22% (11)	78% (39)
Skupina č. 2	30% (11)	70% (26)
Skupina č. 3	26% (11)	74% (32)
Skupina č. 4	40% (16)	60% (24)

V předchozí tabulce lze vidět, že nadpoloviční většina všech respondentů nezažila v posledním půl roce traumatickou událost, která by mohla ovlivnit a zkreslit jejich současné vnímání kvality života.

10.2.3 Otázky zjišťující prožívání a postoje respondenta

Otázka č. 1 zjišťovala, jestli respondenti odpouští lidem křivdy, kterých se na nich lidé dopouští.

Tabulka č. 13

	Vždy	většinou ano	většinou ne	nikdy
Skupina č. 1	24% (12)	70% (35)	6% (2)	0% (0)
Skupina č. 2	5% (2)	62% (23)	27% (10)	3% (1)
Skupina č. 3	9% (4)	60% (26)	28% (12)	2% (1)
Skupina č. 4	15% (6)	63% (25)	15% (6)	0% (0)

Téměř všichni věřící respondenti a 78% respondentů nepatřící k náboženské skupině - pouze se inspirující odpověděli, že křivdy lidem odpouští vždy nebo většinou ano; na rozdíl od ostatních skupin, kdy ateisti tyto odpovědi volili méně častěji a to v 67% procentech, kterým se blížilo hodnocení lidí, kteří nepraktikují spirituální aktivitu a záměrně se neinspirují náboženstvím. Tyto dvě příbuzné skupiny častěji volili odpověď většinou ne.

Otázka č. 2 zjišťovala, jak často respondenti pociťují úzkost, která nemá konkrétní příčinu.

Tabulka č. 14

	nikdy	výjimečně	každý měsíc	každý týden	každý den
Skupina č. 1	20% (10)	26% (13)	36% (18)	10% (5)	8% (4)
Skupina č. 2	35% (13)	38% (14)	24% (9)	3% (1)	0% (0)
Skupina č. 3	16% (7)	23% (10)	37% (16)	16% (7)	9% (4)
Skupina č. 4	10% (4)	15% (6)	53% (21)	15% (6)	8% (3)

Největší procento ateistů pociťovalo úzkost, která nemá konkrétní příčinu, nezažívá nebo ji zažívá pouze výjimečně. Naproti tomu nadpoloviční většina respondentů

inspirujících se z různých náboženství zažívá úzkost, která nemá konkrétní příčinu, každý měsíc.

Otázka č. 3, zjišťovala, jak často respondenti zažívají stres.

Tabulka č. 15

	nikdy	výjimečně	každý měsíc	každý týden	každý den
Skupina č. 1	14% (7)	36% (18)	40% (20)	10% (5)	0% (0)
Skupina č. 2	5% (2)	46% (17)	46% (17)	3% (1)	0% (0)
Skupina č. 3	16% (7)	19% (8)	35% (15)	21% (9)	12% (5)
Skupina č. 4	0% (0)	3% (1)	13% (5)	78% (31)	8% (3)

Třičtvrtěční většina respondentů inspirujících se z různých náboženství zažívá stres každý týden; naproti tomu téměř polovina ateistů zažívá stres výjimečně nebo nikdy, kdy tato hodnota je shodná s odpověďmi věřících.

Otázka č. 4, se tázala, jak často respondenti trpí problémy se spánkem.

Tabulka č. 16

	často	většinou ano	většinou ne	nikdy
Skupina č. 1	2% (1)	6% (3)	56% (28)	36% (18)
Skupina č. 2	0% (0)	5% (2)	76% (28)	19% (7)
Skupina č. 3	14% (6)	23% (10)	42% (18)	23% (10)
Skupina č. 4	3% (1)	13% (5)	78% (31)	8% (3)

Problémy se spánkem trpí často nebo většinou ano nejvíce respondenti, kteří mají svojí osobní víru, ale záměrně se nezajímají o žádné náboženství a nepraktikují spirituální aktivity. Největší procento věřících nikdy netrpí problémy se spánkem.

Otázka č. 5 zjišťovala, zda respondenty zúzkostňuje představa vlastní smrti.

Tabulka č. 17

	Silně	nepatrně	vůbec
Skupina č. 1	10% (5)	32% (16)	58% (29)
Skupina č. 2	8% (3)	41% (15)	51% (19)
Skupina č. 3	9% (4)	63% (27)	30% (13)
Skupina č. 4	12,5 % (5)	50% (20)	37,5% (15)

Představa vlastní smrtelnosti nejméně zúzkostňuje věřící, kteří v nadpoloviční většině zvolili odpověď, že je tato představa je vůbec nezúzkostňuje. Naproti tomu respondenti, kteří se inspirojí z náboženství jsou nepatrně více než ostatní skupiny touto představou zúzkostňováni silně.

V otázce č. 6 dotázaní odpověděli na otázku, jak často trpíte nervozitou či trémou při kontaktu s druhými?

Tabulka č. 18

	často	většinou ano	většinou ne	nikdy
Skupina č. 1	0% (0)	30% (15)	68% (34)	2% (1)
Skupina č. 2	5% (2)	41% (15)	49% (18)	2% (2)
Skupina č. 3	9% (4)	40% (17)	44% (19)	7% (3)
Skupina č. 4	3% (1)	33% (13)	60% (24)	5% (2)

Největší počet věřících většinou netrpí nervozitou či trémou při kontaktu s druhými lidmi. Nejvíce trpí trémou respondenti, kteří se neinspirojí náboženstvím a ateisti, jinými slovy lidé, kteří nevěří v transcendentno.

Otázku č. 7, zjišťovala, jak často respondenti prožívají pocity viny.

Tabulka č. 19

	často	velmi často	většinou ne	nikdy
Skupina č. 1	6% (3)	30% (15)	56% (28)	8% (4)
Skupina č. 2	3% (1)	30% (11)	65% (24)	3% (1)
Skupina č. 3	5% (2)	35% (15)	58% (25)	5% (2)
Skupina č. 4	4% (1)	36% (17)	55% (22)	5% (2)

Respondenti v jednotlivých skupinách prožívají pocity viny srovnatelně často. Nejméně však respondenti, kteří se označili jako ateisti.

Otázce č. 8 zjišťovala, jak často respondent zažívá pocity osamění.

Tabulka č. 20

	často	velmi často	většinou ne	nikdy
Skupina č. 1	2% (1)	22% (11)	60% (30)	16% (8)
Skupina č. 2	0% (0)	24% (9)	57% (21)	19% (7)
Skupina č. 3	0% (0)	16% (7)	67% (29)	19% (8)
Skupina č. 4	0% (0)	20% (8)	55% (22)	23% (9)

Odpovědi skupin jednotlivých respondentů, jak často se cítí osamělí jsou vyrovnané.

Otázka č. 9, se tázala na to, zda se respondenti obávají sociální samoty.

Tabulka č. 21

	často	velmi často	většinou ne	nikdy
Skupina č. 1	4% (2)	16% (8)	60% (30)	20% (10)
Skupina č. 2	0% (0)	30% (11)	51% (19)	19% (7)
Skupina č. 3	9% (4)	30% (13)	47% (20)	16% (7)
Skupina č. 4	5% (2)	20% (8)	50% (20)	33% (13)

Největší část respondentů inspirující se z náboženství a praktikující spirituální aktivitu se nikdy neobává sociální samoty. Stejně procento ateistů a věřících záměrně se neinspirujících z náboženství se v 30% často obává sociální samoty.

Otázka č. 10, zjišťuje, jak často dotázaný zažívá pocity strachu o své blízké, aniž by k tomu měl reálný důvod.

Tabulka č. 22

	velmi často	často	většinou ne	nikdy
Skupina č. 1	4% (2)	18% (9)	46% (23)	32% (16)
Skupina č. 2	8% (3)	35% (13)	46% (17)	11% (4)
Skupina č. 3	7% (3)	33% (14)	47% (20)	15% (6)
Skupina č. 4	15% (6)	40% (16)	35% (14)	10% (4)

O své blízké se bez reálné příčiny většinou nebo nikdy nebojí většina věřících.

Často nebo velmi často se však bojí respondenti inspirující se z různých náboženství a praktikující spirituální aktivitu.

Otázku č. 11 zjišťuje, zda dotázaní mají významné přání, které se chystají v budoucnosti realizovat.

Tabulka č. 23

	Ano	Ne
Skupina č. 1	88% (44)	12% (6)
Skupina č. 2	68% (25)	32% (12)
Skupina č. 3	70% (30)	30% (14)
Skupina č. 4	78% (31)	22% (9)

Nejvíce věřících respondentů má významné přání, které chtějí v budoucnosti uskutečnit.

Otázka č. 12 zjišťuje, zda respondenti dokázali některá svá významná přání nebo cíle realizovat.

Tabulka č. 24

	Vždy	většinou ano	většinou ne	nikdy
Skupina č. 1	6% (3)	84% (42)	10% (5)	0% (0)
Skupina č. 2	3% (1)	80% (30)	14% (5)	3% (1)
Skupina č. 3	2% (1)	79% (34)	19% (8)	0% (0)
Skupina č. 4	5% (2)	90% (36)	5% (2)	0% (0)

Největší procento respondentů inspirujících se z náboženství a věřících dokázali svá významná přání nebo cíle realizovat.

Na otázku č. 13, jak často respondent zažívá pocity nudy .

Tabulka č. 25

	velmi často	často	většinou ne	nikdy
Skupina č. 1	0% (0)	8% (4)	56% (28)	36% (18)
Skupina č. 2	0% (0)	19% (7)	73% (27)	8% (3)
Skupina č. 3	2% (1)	16% (7)	66% (28)	16% (7)
Skupina č. 4	0% (0)	15% (6)	53% (21)	33% (13)

Nejvíce věřících většinou nebo nikdy nezažívají pocity nudy.

V otázce č. 14 zjišťuje, jak často prožívají respondenti obavy z budoucnosti.

Tabulka č. 26

	velmi často	často	většinou ne	nikdy
Skupina č. 1	2% (1)	22% (11)	50% (25)	26% (13)
Skupina č. 2	2% (1)	35% (13)	49% (18)	14% (5)
Skupina č. 3	3% (3)	45% (19)	45% (19)	2% (2)
Skupina č. 4	0% (0)	30% (12)	58% (23)	12% (5)

Téměř polovina respondentů, kteří se záměrně neinspirují z žádného náboženství a neprojektují žádnou spirituální aktivitu mají často obavy z budoucnosti na rozdíl od ostatních skupin.

Otázka č. 15 se ptá, zda respondenti mají konkrétní představu o své budoucnosti.

Tabulka č. 27

	Vždy	většinou ano	většinou ne	nikdy
Skupina č. 1	12% (6)	48% (24)	36% (18)	4% (2)
Skupina č. 2	0% (0)	62% (23)	38% (14)	0% (0)
Skupina č. 3	12% (5)	40% (17)	44% (19)	4% (2)
Skupina č. 4	8% (3)	62% (25)	30% (12)	0% (0)

Většinou konkrétní představu o své budoucnosti nejvíce mají respondenti inspirující se z různých náboženství a praktikující nějakou spirituální aktivitu.

Otázka č. 16 zjišťuje, zda dotazované trápí depresivní stavy.

Tabulka č. 28

	velmi často	často	většinou ne	Nikdy
Skupina č. 1	2% (1)	16% (8)	48% (24)	34% (17)
Skupina č. 2	0% (0)	19% (7)	46% (17)	35% (13)
Skupina č. 3	0% (0)	35% (15)	37% (16)	28% (12)
Skupina č. 4	0% (0)	25% (10)	52% (21)	23% (9)

Největší část respondentů, kteří se záměrně neinspirují z náboženství a nepraktikují žádnou spirituální aktivitu, zažívá depresivní stavy často.

Otázka č. 17 zjišťuje spokojenost respondentů se svým vzhledem.

Tabulka č. 29

	Vždy	většinou ano	většinou ne	Nikdy
Skupina č. 1	8% (4)	62% (31)	24% (12)	6% (3)
Skupina č. 2	5% (2)	57% (21)	35% (13)	3% (1)
Skupina č. 3	2% (1)	58% (25)	33% (14)	9% (4)
Skupina č. 4	3% (1)	63% (25)	28% (11)	8% (3)

Většina respondentů ze všech skupin je většinou spokojena se svým vzhledem.

V otázce 18. respondenti celkově hodnotí spokojenost se svou osobou.

Tabulka č. 30

	vždy	většinou ano	většinou ne	nikdy
Skupina č. 1	6% (3)	66% (33)	28% (14)	0% (0)
Skupina č. 2	5% (2)	62% (23)	32% (12)	0% (0)
Skupina č. 3	2% (1)	70% (30)	26% (11)	5% (2)
Skupina č. 4	3% (1)	50% (20)	45% (18)	3% (1)

Nejméně spokojení se svou vlastní osobou jsou respondenti inspirující se z náboženství a praktikující nějakou spirituální aktivitu.

Otázka č. 19 zjišťovala, zda se respondentům, zdá život smysluplný.

Tabulka č. 31

	vždy	většinou ano	většinou ne	nikdy
Skupina č. 1	30% (15)	60% (30)	10% (5)	0% (0)
Skupina č. 2	13% (5)	68% (25)	19% (7)	0% (0)
Skupina č. 3	9% (4)	72% (31)	19% (8)	0% (0)
Skupina č. 4	18% (7)	58% (23)	18% (7)	8% (3)

Většině všech respondentů se zdá jejich život smysluplný, nejvíce však respondentům věřícím a nejméně pak respondentům inspirující se z náboženství.

10.2.4 Otázky zjišťující spokojenost

V otázce č. 20 měli respondenti ohodnotit svojí osobní spokojenost s jednotlivými oblastmi v životě formou známkování od 1-5 (v hodnotě, jako při známkování ve škole).

V otázce č. 20a dotazovaní hodnotili spokojenost se svou minulost.

Tabulka č. 32

	známka 1	známka 2	známka 3	známka 4	známka 5	průměrná známka
Skupina č. 1	12% (6)	34% (17)	34% (17)	8% (4)	0% (0)	1,94
Skupina č. 2	24% (9)	32% (12)	35% (13)	5% (2)	3% (1)	2,00
Skupina č. 3	14% (7)	28% (12)	19% (9)	26% (12)	7% (3)	2,62
Skupina č. 4	15% (6)	38% (15)	28% (11)	13% (5)	5% (2)	2,48

Spokojenost se svou minulostí průměrně nejlépe hodnotili věřící, dále pak ateisti a nejhorší průměrnou známku mají respondenti, kteří mají svojí osobní víru a nepraktikují žádnou spirituální aktivitu.

V otázce č. 20b byla hodnocena spokojenost se současnou rodinou.

Tabulka č. 33

	známka 1	známka 2	známka 3	známka 4	známka 5	průměrná známka
Skupina č. 1	34% (17)	36% (18)	20% (10)	6% (3)	4% (2)	2,10
Skupina č. 2	41% (15)	41% (15)	11% (4)	3% (1)	3% (1)	1,78
Skupina č. 3	33% (14)	37% (16)	21% (9)	2% (1)	7% (3)	2,14
Skupina č. 4	38% (15)	35% (14)	13% (5)	10% (4)	5% (2)	2,10

Nejvíce spokojení se svou současnou rodinou jsou ateisti.

V otázce č. 20c byla hodnocena oblast spokojenosti s rodinou, ze které pochází.

Tabulka č. 34

	známka 1	známka 2	známka 3	známka 4	známka 5	průměrná známka
Skupina č. 1	30% (15)	36% (18)	22% (11)	8% (4)	4% (2)	2,20
Skupina č. 2	32% (12)	41% (15)	24% (9)	0% (0)	3% (1)	2,00
Skupina č. 3	33% (14)	28% (12)	26% (11)	12% (5)	2% (1)	2,23
Skupina č. 4	35% (14)	30% (12)	20% (8)	10% (4)	5% (2)	2,28

Nejvíce spokojení s rodinou, ze které pochází, jsou ateisti a nejméně respondenti, kteří se inspirují z náboženství.

V otázce č. 20d byla hodnocena oblast spokojenosti s přáteli.

Tabulka č. 35

	známka 1	známka 2	známka 3	známka 4	známka 5	průměrná známka
Skupina č. 1	46% (23)	42% (21)	12% (6)	0% (0)	0% (0)	1,66
Skupina č. 2	35% (13)	49% (18)	16% (6)	14% (5)	0% (0)	2,35
Skupina č. 3	60% (26)	23% (10)	14% (6)	2% (1)	0% (0)	1,58
Skupina č. 4	33% (13)	43% (17)	15% (6)	8% (3)	3% (1)	2,05

Nejvíce spokojení se svými přáteli jsou respondenti, kteří mají svojí osobní víru a nepraktikují žádnou spirituální aktivitu. Nejméně pak ateisti.

V otázce č. 20e byla hodnocena oblast spokojenosti s vystudovanou školou.

Tabulka č. 36

	známka 1	známka 2	známka 3	známka 4	známka 5	průměrná známka
Skupina č. 1	28% (14)	36% (18)	24% (12)	12% (6)	0% (0)	2,20
Skupina č. 2	27% (10)	41% (15)	27% (10)	5% (2)	0% (0)	2,10
Skupina č. 3	30% (13)	37% (16)	19% (8)	9% (4)	5% (2)	2,21
Skupina č. 4	33% (13)	28% (11)	25% (10)	13% (5)	3% (1)	2,25

Hodnocení spokojenosti s vystudovanou školou je v jednotlivých skupinách celkem vyrovnané.

V otázce č. 20f byla hodnocena oblast spokojeností s prací či studiem popř. nezaměstnaností.

Tabulka č. 37

	známka 1	známka 2	známka 3	známka 4	známka 5	průměrná známka
Skupina č. 1	34% (17)	32% (16)	24% (12)	8% (4)	2% (1)	2,12
Skupina č. 2	30% (11)	38% (14)	16% (6)	11% (4)	3% (1)	2,11
Skupina č. 3	37% (16)	35% (15)	16% (7)	2% (1)	7% (3)	2,00
Skupina č. 4	20% (8)	33% (13)	33% (13)	10% (4)	5% (2)	2,48

Nejlepší známkou hodnotili spokojenost se svou prací či studiem respondenti, kteří se záměrně neinspirují z náboženství a nepraktikují žádnou spirituální aktivitu. Nejhůře tuto oblast hodnotili respondenti záměrně se inspirující z náboženství.

V otázce č. 20g dotazovaní hodnotili spokojenost s lidmi, se kterými spolupracují.

Tabulka č. 38

	známka 1	známka 2	známka 3	známka 4	známka 5	průměrná známka
Věřící	22% (11)	40% (20)	28% (14)	8% (4)	2% (1)	2,28
Ateisti	19% (7)	46% (17)	27% (10)	5% (2)	14% (5)	2,81
Skupina č. 3	23% (10)	37% (16)	28 % (12)	7% (3)	5% (2)	2,33
Skupina č. 4	18% (7)	48% (19)	25% (10)	5% (2)	5% (2)	2,33

Nejméně spokojení s lidmi, se kterými spolupracují jsou ateisté.

V otázce č. 20h dotazovaní hodnotili spokojenost se svojí současnou životní situací.

Tabulka č. 39

	známka 1	známka 2	známka 3	známka 4	známka 5	průměrná známka
Skupina č. 1	38% (19)	32% (16)	22% (11)	6% (3)	2% (1)	2,02
Skupina č. 2	11% (4)	38% (14)	32% (12)	14% (5)	5% (2)	2,65
Skupina č. 3	37% (16)	33% (14)	26% (11)	2% (1)	2% (1)	2,00
Skupina č. 4	13% (5)	50% (20)	28% (11)	10% (4)	0% (0)	2,35

Nejméně spokojení se svou současnou životní situací jsou ateisté a nejvíce spokojení jsou lidé, kteří nepraktikují žádnou spirituální aktivitu a věřící.

Otázka č. 21 zjišťovala respondentovu spokojenost s náplní volného času.

Tabulka č. 40

	Vždy	většinou ano	většinou ne	Nikdy
Věřící	16% (8)	76% (38)	8% (4)	0% (0)
Ateisti	5% (2)	68% (25)	27% (10)	0% (0)
Skupina č. 3	9% (4)	70% (30)	21% (20)	0% (0)
Skupina č. 4	18% (7)	58% (23)	18% (7)	8% (3)

Nejvíce spokojení s náplní volného času jsou věřící respondenti.

V otázce č. 22 dotazovaní hodnotili jestli jsou uspokojeny jejich sexuální potřeby.

Tabulka č. 41

	vždy	většinou ano	většinou ne	nikdy	neodpověd ěli	nemám
Věřící	12% (6)	32% (16)	20% (10)	20% (10)	8% (4)	8% (4)
Ateisti	5% (2)	59% (22)	32% (12)	3% (1)	0% (0)	0% (0)
Skupina č. 3	7% (3)	58% (25)	33% (14)	0% (0)	0% (0)	0% (0)
Skupina č. 4	13% (5)	63% (25)	18% (7)	0% (0)	8% (3)	0% (0)

Nejvíce věřících oproti ostatním skupinám zvolilo odpověď, že jejich sexuální potřeby nejsou uspokojeny nikdy, někteří věřící na tuto otázku neodpovědělo a 4 respondenti dopsali, že tyto potřeby nemají. Naproti tomu respondenti, kteří se inspirovali z náboženství mají nejvíce uspokojené sexuální potřeby, a to vždy a většinou ano a 3 respondenti neodpověděli.

10.2.5 3. část dotazníku: otázky, které rozčleňují respondenty do výzkumných skupin

Viz. začátek výzkumné části: otázky 23A, 23B

10.2.6 4. část: otázky týkající se aplikace víry či názoru na svět do praktického života

Otázka č. 26 zjišťuje, jestli dává respondentův osobní filozofický názor na svět smysl jeho životu.

Tabulka č. 42

	Vždy	většinou ano	většinou ne	nikdy	neodpovědělo
Věřící	52% (26)	46% (23)	2% (1)	0% (0)	0% (0)
Skupina č. 2	0% (0)	49% (18)	16% (6)	22% (8)	14% (5)
Skupina č. 3	9% (4)	51% (22)	28% (12)	12% (5)	0% (0)
Skupina č. 4	25% (10)	53% (21)	20% (8)	3% (1)	0% (0)

Nadpoloviční většině věřících dává jejich víra smysl a téměř polovině dává většinou smysl. Jako druhým nejvíce dává smysl víra respondentů, kteří se inspirojí z náboženství. Největšímu procentu ateistů jejich osobní filozofický názor nedává smysl a oproti ostatním skupinám 5 respondentů na tuto otázku neodpovědělo.

Otázka č. 27 zjišťuje, jestli osobní víra pomáhá jedinci s vyrovnání se s těžkostmi v životě.

Tabulka č. 43

	Vždy	většinou ano	většinou ne	nikdy	neodpovědělo
Věřící	54% (27)	38% (19)	6% (3)	2% (1)	0% (0)
Skupina č. 2	11% (4)	27% (10)	19% (7)	30% (11)	14% (5)
Skupina č. 3	9% (4)	53% (23)	28% (12)	9% (4)	0% (0)
Skupina č. 4	20% (8)	55% (22)	20% (8)	5% (2)	0% (0)

Osobní víra nejčastěji pomáhá pochopit životní nesnáze respondentům, kteří věří v transcendentno. Nejméně pak ateistům, kdy někteří neodpověděli, možná z toho důvodu, že pojem „víra“ mají významově spojený s náboženstvím.

Otázka č. 28 se tázala na to, jestli osobní víra respondentovi pomáhá pochopit životní nesnáze.

Tabulka č. 44

	Vždy	většinou ano	většinou ne	nikdy	neodpovědělo
Věřící	38% (19)	54% (27)	6% (3)	2% (1)	0% (0)
Skupina č. 2	3% (1)	27% (10)	30% (11)	27% (10)	14% (5)
Skupina č. 3	9% (4)	47% (20)	30% (13)	40% (17)	0% (0)
Skupina č. 4	15% (6)	60% (24)	15% (6)	10% (4)	0% (0)

Téměř všem věřícím pomáhá jejich víra pochopit vlastní nesnáze, velké většině respondentů, kteří se inspirojí z náboženství, jejich víra dává také smysl. Nejméně pak ateistům, kde někteří z nich neodpověděli, možná opět v souvislosti s použitým pojmem „víra“.

Otázka č. 29 zjišťovala, jestli respondent zažívá pocity sounáležitosti s něčím, co ho přesahuje.

Tabulka č. 45

	velmi často	často	málokdy	nikdy	neodpovědělo
Skupina č. 1	30% (15)	56% (28)	12% (6)	2% (1)	0% (0)
Skupina č. 2	0% (0)	19 % (7)	24% (9)	51% (19)	3% (1)
Skupina č. 3	5% (2)	35% (15)	35% (15)	26% (11)	0% (0)
Skupina č. 4	8% (3)	45% (18)	38% (15)	10% (4)	0% (0)

Nejméně ateistů zažívá pocity sounáležitosti s něčím co je přesahuje (s transcendentnem) a většina věřících tyto pocity zažívá velmi často nebo často.

Otázka č. 30 zjišťovala, názor jestli si tazatel myslí, že i neživým částem přírody patří naše úcta.

Tabulka č. 46

	Vždy	většinou ano	většinou ne	Nikdy
Skupina č. 1	58 % (29)	24% (12)	10% (5)	8% (4)
Skupina č. 2	41% (15)	49% (18)	5% (2)	3% (1)
Skupina č. 3	33% (14)	44% (19)	9% (4)	14% (6)
Skupina č. 4	45% (18)	40 % (16)	13% (5)	3% (1)

Většina všech respondentů si myslí, že neživé části přírody patří naše úcta.

Otázka č. 31 zjišťovala, zda respondent někdy prožívá pocity hlubokého spojení s celým vesmírem a se všemi živými bytostmi.

Tabulka č. 47

	velmi často	často	většinou ne	Nikdy
Skupina č. 1	4% (2)	38% (19)	38% (19)	20% (10)
Skupina č. 2	0% (0)	14% (5)	43% (16)	43% (16)
Skupina č. 3	9% (4)	12% (5)	51% (22)	28% (12)
Skupina č. 4	3% (1)	30 % (12)	50% (20)	18% (7)

Pocity spojení s celým vesmírem nejčastěji prožívají lidé věřící v transcendentno, 2. a 3. skupina jsou respondenti, kteří nevěří v transcendentno a tyto pocity většinou neprožívají.

Otázka č. 32 zjišťovala respondentův názor, jestli si myslí, že jeho život má nějaký smysl.

Tabulka č. 48

	Vždy	většinou ano	většinou ne	Nikdy
Skupina č. 1	56% (28)	36% (18)	4% (2)	4% (2)
Skupina č. 2	19% (7)	49% (18)	24% (9)	5% (2)
Skupina č. 3	26% (11)	49% (21)	14% (6)	12% (5)
Skupina č. 4	38% (15)	43% (17)	15% (6)	5% (2)

Respondenti nevěřící v transcendentno si nejvíce ze všech skupin myslí, že jejich život většinou nebo nikdy nemá smysl.

Otázka č. 33 zjišťovala, jestli respondent někdy prožívá pocity spojení s celým vesmírem.

Tabulka č. 49

	velmi často	často	málokdy	Nikdy
Skupina č. 1	12% (6)	28% (14)	30% (15)	30% (15)
Skupina č. 2	0% (0)	8% (3)	27% (10)	65% (24)
Skupina č. 3	2% (1)	14% (6)	42% (18)	42% (18)
Skupina č. 4	3% (1)	23% (9)	48% (19)	28% (11)

Pocity spojení s celým vesmírem nejčastěji zažívají věřící a lidé inspirující se z náboženství a nejméně pak ateisti.

Otázka č. 34 zjišťovala, respondentův názor, jestli věří, že celý vesmír řídí smysluplný řád.

Tabulka č. 50

	Vždy	většinou ano	většinou ne	Nikdy
Skupina č. 1	50% (25)	40% (20)	6% (3)	4% (2)
Skupina č. 2	8% (3)	24% (9)	30 % (11)	38% (14)
Skupina č. 3	12% (5)	40% (17)	28% (12)	19% (8)
Skupina č. 4	33% (13)	43% (17)	20% (8)	5% (2)

Nejvíce ateistů nevěří, že celý vesmír řídí smysluplný řád a nejvíce věřících a také respondentů inspirující se z náboženství věří, že vesmír řídí smysluplný řád.

Otázka č. 35 se tázala, jestli respondent věří, že je možné mít osobní vztah k něčemu, co nás přesahuje (vesmírné zákony, transcendentno, boží podstata)

Tabulka č. 51

	Vždy	většinou ano	většinou ne	nikdy
Skupina č. 1	56% (28)	32% (16)	8% (4)	4% (2)
Skupina č. 2	8% (3)	24% (9)	30% (11)	38% (14)
Skupina č. 3	9% (4)	33% (14)	35% (15)	26% (11)
Skupina č. 4	25% (10)	45% (18)	25% (10)	5% (2)

Nejvíce ateistů a respondentů neinspirující se z žádného náboženství nevěří tomu, že je možné mít vztah k něčemu co nás přesahuje, na rozdíl od respondentů věřících v transcendentno, kteří věří, že je možné mít vztah k něčemu co nás přesahuje.

Otázka č. 36 zjišťovala, jestli myšlenka na to, že člověk má možnost tvořit nový život vzbuzuje v respondentovi pocit úžasu.

Tabulka č. 52

	Vždy	většinou ano	většinou ne	nikdy
Skupina č. 1	38% (19)	44% (22)	16% (8)	2% (1)
Skupina č. 2	5% (2)	19% (7)	43% (16)	32% (12)
Skupina č. 3	16% (7)	26% (11)	35% (15)	23% (10)
Skupina č. 4	25% (10)	43% (17)	25% (10)	7% (3)

Téměř ve všech věřících vzbuzuje myšlenka na to, že člověk má možnost tvořit nový život, pocit úžasu. Velmi se k tomuto hodnocení přibližuje skupina respondentů, kteří se inspirují z náboženství a tato myšlenka nejméně vzbuzuje úžas v respondentech, kteří z náboženství inspiraci nečerpají. Nejvíce ateistů toto nefascinuje.

Otázka č. 37 zjišťovala, jestli respondent pociťuje vděčnost např. v přírodě, že může být „u toho“.

Tabulka č. 53

	velmi často	často	málokdy	nikdy
Skupina č. 1	38% (19)	52% (26)	8% (4)	2% (1)
Skupina č. 2	3% (1)	41% (15)	35% (13)	22% (8)
Skupina č. 3	14% (6)	51% (22)	23% (10)	12% (5)
Skupina č. 4	25% (10)	50% (20)	23% (9)	3% (1)

Velká většina věřících zažívá pocity vděčnosti, že mohou být „u toho“ velmi často či často, respondenti inspirující se z náboženství a praktikující spirituální aktivitu zažívají v nadpoloviční většině. Oproti tomu ateisté tento pocit zažívají méně často.

Otázka č. 38 zjišťovala tazatelův vděk za to, že žije.

Tabulka č. 54

	Vždy	většinou ano	většinou ne	nikdy
Skupina č. 1	70% (35)	30% (15)	0% (0)	0% (0)
Skupina č. 2	46% (17)	32% (12)	14% (5)	8% (3)
Skupina č. 3	49% (21)	37% (16)	9% (4)	5% (2)
Skupina č. 4	45% (18)	40% (16)	15% (6)	0% (0)

Naprosto všichni věřící jsou vděční za to, že žijí; na rozdíl od ostatních skupin, kde respondenti zvolili i odpovědi většinou ne nebo nikdy.

Střeženec (2001) prezentoval myšlenku, že spiritualita má pozitivní vliv na oblast sexuality. Toto tvrzení však mohu potvrdit pouze v tom smyslu, že lidé, kteří se inspirují z náboženství mají nejvíce uspokojené sexuální potřeby. Avšak vyvstává otázka proč věřící patřící do nějaké náboženské skupiny nemají uspokojené sexuální potřeby. Zda tato skutečnost souvisí s náboženskými předpisy, povinnostmi a normami, které členy nějakým způsobem omezují a nenabízí jim alternativní možnosti využití této sexuální energie, anebo zda se jedná o vytváření negativního postoje k otázkám sexuality a následnému potlačování a omezování této potřeby. To souvisí i se skutečností, že někteří respondenti otázku týkající se tohoto tématu nevyplnili a někteří z nich dokonce dopsali, že tuto potřebu nemají. Lze z toho vyvodit druhou hypotézu, že někteří věřící sexuální potřeby nemají a je možné tuto potřebu, resp. sexuální energii, transformovat a přeměnit ku prospěchu víry a duchovnosti. Dále by podle zmiňovaného výzkumu věřící měli být spokojenější i v oblasti vztahů. To můj výzkum potvrdil také pouze částečně, jelikož rozdíly nejsou nijak markantní.

10.3 Hypotézy kvantitativního výzkumu - výsledky

Hypotéza č. 1: Lidé, kteří věří v transcendentno jsou spokojenější se svou současnou životní situací než lidé, kteří v sebepřesah nevěří.

Z odpovědí na otázku č.20h a příslušné tabulky vyplývá, že ateisté jsou oproti ostatním skupinám nejméně spokojeni, a to s průměrnou hodnotou hodnocení 2,65. Naproti tomu respondenti, kteří se záměrně neinspirují z žádného náboženství a nepraktikují žádnou spirituální aktivitu jsou nejspokojenější, a to s průměrnou známkou 2; následují věřící s hodnotou 2,02.

Hypotéza se nepotvrdila.

Hypotéza č. 2: Lidé, kteří věří v transcendentno méně zúzkostňuje myšlenka na vlastní smrtelnost.

Z odpovědí na otázku č.5 a příslušné tabulky vyplývá, že nadpoloviční většinu věřících i ateistů nezúzkostňuje představa vlastní smrti vůbec. Respondenti, kteří se záměrně neinspirují náboženstvím a nepraktikují žádnou spirituální aktivitu, myšlenka na vlastní smrtelnost zúzkostňuje nepatrně a to nejvíce ze všech respondentů.

Jelikož se zjištěné hodnoty u respondentů věřících v transcendentno a respondentů v transcendentno nevěřících liší jen nepatrně, hypotéza se nepotvrdila.

Hypotéza č. 3: Lidé, kteří patří do náboženské skupiny, mají méně uspokojené sexuální potřeby oproti lidem, kteří nepatří do žádné náboženské skupiny.

Z odpovědí na otázku č. 22 a příslušné tabulky vyplývá, že největší zastoupení věřících respondentů nemá uspokojené sexuální potřeby nikdy, a to ve 20% oproti ostatním výzkumným skupinám, kdy tuto odpověď zvolil pouze 1 respondent. Z toho 16% věřících respondentů na otázku neodpovědělo a polovina z těch, co neodpověděla dopsala, že sexuální potřeby nemá. Ostatní výzkumné skupiny mají většinou sexuální potřeby uspokojené.

Hypotéza byla potvrzena.

Hypotéza č. 4: Lidé, kteří patří do náboženské skupiny, prožívají častěji pocity viny oproti lidem, kteří nepatří do žádné náboženské skupiny a z různých náboženských směrů čerpají inspiraci pro svůj život.

Z odpovědí na otázku č.7 a příslušné tabulky vyplývá, že věřící respondenti nezažívají v porovnání s ostatními skupinami častěji pocity viny.

Hypotéza potvrzena nebyla.

Výzkumná otázka č.1: Existuje nějaký rozdíl ve vnímání subjektivní kvality života v jednotlivých jeho oblastech mezi respondenty věřícími v transcendentno a lidmi nevěřícími v transcendentno?

Z odpovědí na otázky 20 a - g a z vypočítané průměrné hodnoty z jednotlivých oblastí vyplývá, že nejvíce spokojeni jsou lidé věřící a patřící do náboženské či filozofické skupiny s průměrnou hodnotou 2,07. Další nejlepší průměrnou hodnotu spokojenosti 2,14 mají respondenti záměrně se neinspirující z náboženství a nepraktikující žádnou spirituální aktivitu. Průměrnou hodnotu spokojenosti 2,23 mají ateisti a nejhorší průměrné hodnocení spokojenosti mají respondenti inspirující se z náboženství a praktikující nějakou spirituální aktivitu a to s průměrnou známkou 2,29.

Tabulka č. 55

	20a	20b	20c	20d	20e	20f	20g	20h	průměr
1. sk.	1,94	2,10	2,20	1,66	2,20	2,12	2,28	2,02	2,07
2. sk.	2,00	1,78	2,00	2,35	2,10	2,11	2,82	2,65	2,23
3. sk.	2,62	2,14	2,23	1,58	2,21	2,00	2,33	2,00	2,14
4. sk.	2,48	2,10	2,28	2,05	2,25	2,48	2,33	2,35	2,29

10.4 Diskuze

Výzkum byl realizován formou nestandardizovaného dotazníku, který byl vytvořen pro potřeby specifického zkoumání souvislosti mezi vírou v transcendentno a subjektivním hodnocením kvality života. Tento dotazník sice nemá ověřenou validitu a reliabilitu, ale nebyl nalezen žádný standardizovaný dotazník, který by splňoval specifické požadavky a potřeby výzkumu. Tento dotazník je proto dostačující pro zmapování a nastínění této problematiky.

Ke zkreslení mohlo ve výzkumu dojít také z toho důvodu, že hodnoty jednotlivých odpovědí nebyly zpracovány podle statistického programu, nýbrž byly při vyhodnocování brány v potaz pouze ty hodnoty, které se výrazně lišily

v porovnání s ostatními skupinami. Při vyhodnocování mohlo dojít k určitému zkreslení v rozdílech v nižších výsledných hodnotách. Cílem výzkumu však bylo zjištění výrazných rozdílových hodnot, které v tak velké míře nepodléhají zkreslení z hlediska velikosti výzkumného vzorku. Jelikož u nás nebylo realizováno mnoho psychologických výzkumů, které by se zabývaly otázkou vlivu víry v transcendentno či spirituality na kvalitu života (Ocetková, 2008), realizovaný výzkum má pouze nastínit tuto problematiku a podnítit k dalšímu zkoumání a tvorbě nových hypotéz, s tím, že zjištěné výsledky mohou sloužit jako inspirace.

10.5 Závěr

Tématem bakalářské práce byl „Vliv víry v transcendentno na subjektivní vnímání kvality života“. Za cíl práce bylo stanoveno nalézt souvislost mezi vírou jedince v sebezpřesah a jeho subjektivním hodnocením spokojenosti v životě a kvality v jeho jednotlivých oblastech. Bylo zjištěno toto:

Lidé věřící v transcendentno:

(**1.skupina:** věřící a **4. skupina:** lidé záměrně se inspirující z náboženství a praktikující nějakou spirituální aktivitu)

Respondenti věřící v transcendentno častěji než respondenti, kteří nevěří v transcendentno, vyjádřili možnost víry v to, že celý vesmír řídí smysluplný řád, a že je možné mít vztah k „něčemu“, co nás přesahuje. Jedincům z této skupiny se zdá jejich život nejvíce smysluplný a jejich osobní víra jim více pomáhá pochopit životní nesnáze. V těchto lidech myšlenka na to, že člověk má možnost tvořit nový život, nejčastěji vzbuzuje pocit úžasu, nejčastěji zažívají pocity vděčnosti, že mohou „být u toho“, také častěji zažívají pocity spojení s celým vesmírem. Častěji odpouští lidem křivdy a dokáží svá významná přání nebo cíle realizovat.

Respondenti nevěřící v transcendentno:

(**2.skupina:** ateisti, **3.skupina:** respondenti, kteří mají osobní víru a záměrně se neinspirují z náboženství a nepraktikují žádnou spirituální aktivitu)

Nevěří, že celý vesmír řídí smysluplný řád. Myšlenka na to, že člověk má možnost tvořit nový život v nich nevzbuzuje pocit úžasu, méně zažívají pocity

vděčnosti, že mohou být „u toho“. Nevěří myšlence, že je možné mít vztah k „něčemu“, co nás přesahuje. Nejčastěji si myslí, že jejich život většinou nebo nikdy nemá smysl. Jejich víra jim nepomáhá pochopit životní nesnáze. Jejich osobní víra nebo filozofický pohled jim většinou nedává smysl. Více trpí trémou a méně dokážou realizovat své přání a cíle.

Věřící (1. skupina)

Nejčastěji zažívají pocity sounáležitosti s něčím, co je přesahuje (s transcendentem), všichni jsou vděční za to, že žijí. Většině z nich dává jejich víra smysl, nejméně je zúzkostňuje představa vlastní smrtelnosti. Výjimečně nebo nikdy zažívají stres a pocity nudy, netrpí problémy se spánkem ani nervozitou či trémou při kontaktu s druhými lidmi, převládající část z nich se o své blízké bez reálné příčiny většinou nebo nikdy nebojí. Téměř všichni mají významné přání, které chtějí v budoucnosti uskutečnit. Jsou nejvíce spokojeni se svou současnou životní situací a s náplní volného času. Ale mají nejméně uspokojeny sexuální potřeby.

Ateisté (2. skupina)

Nejméně zažívají pocity sounáležitosti s něčím, co je přesahuje (s transcendentem). Nejméně zažívají pocity úzkosti, která nemá konkrétní příčinu, výjimečně nebo nikdy nezažívají stres a nejméně prožívají pocity viny. Jsou nejvíce spokojeni se svou současnou rodinou a s rodinou, ze které pochází. Nejméně jsou však spokojeni se svými přáteli, s lidmi, se kterými spolupracují, a se svou současnou životní situací. Z uvedených skupin jsou to právě ateisté, kterým jejich osobní filozofický názor nejvíce nedává smysl.

Respondenti, kteří mají svojí osobní víru, ale záměrně se nezajímají o žádné náboženství a nepraktikují spirituální aktivity (3. skupina)

Trpí nejčastěji problémy se spánkem, nepatrně více než ostatní skupiny je silně zúzkostňuje představa vlastní smrtelnosti. Jsou nejvíce spokojeni se svými přáteli, mají často obavy z budoucnosti, a oproti ostatním skupinám často zažívají depresivní stavy. Jsou však nejvíce spokojeni se svou současnou životní situací a se svou prací či studiem.

Respondenti, kteří se záměrně inspirovali z náboženství a praktikují spirituální aktivitu (4. skupina)

Mají konkrétní představu o své budoucnosti, mají nejvíce uspokojené sexuální potřeby, oproti ostatním skupinám se nebojí sociální samoty. Avšak nejvíce se bojí bez reálné příčiny o své blízké, jsou nejméně spokojeni se svou vlastní osobou a nejméně se jim zdá jejich život smysluplný. Nejčastěji zažívají úzkost, která nemá konkrétní příčinu a nejčastěji prožívají stres.

Výsledky mé práce ukazují, že neexistují příliš významné rozdíly mezi subjektivním vnímáním kvality života lidí věřících v transcendentno a lidmi, co v transcendentno nevěří. Zdá se, že jsou pouze nepatrně spokojenější lidé věřící. Z výzkumu vyplývá, že rozdíl mezi jednotlivými skupinami netkví v míře jejich spokojenosti obecně, ale liší se jen mezi jednotlivými oblastmi spokojenosti. Z tohoto pohledu by bylo do budoucna zajímavé zkoumat příčiny jejich spokojenosti (resp. nespokojenosti) v těchto jednotlivých oblastech.

Ve výzkumu jsem použila jemnější rozlišení nuancí ve způsobu víry (jedinec, který není součástí náboženské nebo filozofické skupiny, ale záměrně se inspiroje a vzdělává v oblasti náboženství, víry či filozofického směru a praktikuje aktivity plynoucí z těchto směrů - modlitbu, meditaci, koncentraci, vizualizaci, čtení duchovních textů, zpěv duchovních písní atd. - a jedinec s osobní vírou záměrně se neinspirující z jednotlivých náboženství a nepraktikující žádnou spirituální aktivitu). Toto pojetí může obohatit a rozšířit pohled na lidskou víru a spiritualitu.

Tato práce může posloužit k hlubšímu pochopení problematiky víry a kvality života jedince a může být inspirací a podnětem k dalšímu zkoumání lidské spirituality. V neposlední řadě mohou výsledky mé práce posloužit k formulaci nových hypotéz.

Seznam literatury:

1. Agnosticism 101: *What is agnosticism?* [online]. c2010. Dostupný z WWW: <http://atheism.about.com/library/FAQs/ath/blag_index.htm>. [cit. 8. dubna 2010].
2. BOËLLE, C. *Klíč k náboženství: Co mají společného judaismus, křesťanství, islám a buddhismus?* Praha: Albatros, 2006. 158s. ISBN 80-00-01679-6.
3. BLATNÝ a kol., *Psychosociální souvislosti osobní pohody*. Brno: Masarykova univerzita a Nakladatelství MSD, 2005. 109s. ISBN 80-86633-35-7.
4. BSTAN-'DZIN-RGYA-MTSHO, et al. *Světy v harmonii: Dialogy o soucitných čínech*. Praha: Pragma, 1992, 176s. ISBN 80-7205-789-8.
5. DASS, R. *CESTA UVĚDOMĚNÍ: průvodce meditujícího*. Olomouc: Votobia, 1996. 180 s. ISBN 80-7198-086-2.
6. *Dotazník kvality života (Q-LES-Q): kvalita prožívání radosti a spokojenosti ze života: informace pro terapeuta*. Praha: Academia Medica Pragensis- Ampera, 2003. 23 s. ISBN 80-86694-02-X.
7. DRAGOMIRECKÁ, E., BARTOLOŇOVÁ, J. *WHOQOL-BREF; WHOQOL-100. Příručka pro uživatele české verze dotazníků kvality života: Světové zdravotnické organizace*. Praha: Psychiatrické centrum, 2006a, 88s. ISBN 80-85121-82-4.
8. DRAGOMIRECKÁ, E., BARTOLOŇOVÁ, J., MOTLOVÁ, L., a spol. *SQUALA: Příručka pro uživatele české verze Dotazníku subjektivní kvality života*. Praha: Psychiatrické centrum, 2006b. 68 s. ISBN 80-85121-82-4.
9. DŽUKA, J. PONČÁKOVÁ, K. *Subjektivná pohoda u nezaměstnaných absolventov stredných škol. Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 1994, roč. 29, č. 4, s. 334 -344.

10. ELIADE, M. Posvátné a profánní. Edice Oikúmené, 2006. 148s. ISBN 80-7298-175-7.
11. FRANKL, V. *Neuvedomený Boh: Psychoterapia a náboženstvo*. Bratislava: LÚČ, 2005. 127 s. ISBN 80-7114-469-X.
12. FRANKL, V. E. *A přesto řící životu ano*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1996. 127 s. ISBN 80-7192-095-9.
13. FROMM, E. *Psychoanalýzy a náboženství*. Praha: AURORA, 2003. 124s. ISBN 80-7299-066-7.
14. GROFOVI, S. a Ch. *Krize duchovního vývoje: když se osobní transformace promění v krizi*. Praha: Chvojko nakladatelství, 1999. 255s. ISBN 80-86183-09-2.
15. HARTL, P., a HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004, s.774 ISBN 80-7178-303-X.
16. HRABOVSKÁ, Pavla. *Kvalita života seniorů: diplomová práce*. Brno: Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, 2006. 90s. Vedoucí diplomové práce doc. PhDr. Pavel Mühlpachr, Ph.D
17. HYDE, M. *Jung*. Praha: Portál, 2001. 179s. ISBN 80-7178-454-0.
18. KOUTNÝ, Jakub. *Zvládání emocí v kontextu spirituality: Bakalářská diplomová práce*. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2007. 70s., Vedoucí bakalářské práce prof. PhDr. Vladimír Smékal, Ph.D.
19. KŘIVOHLAVÝ, J. *Pozitivní psychologie*. Praha : Portál, 2004. str. 175-178 80-7178-835-X.

20. LUŽŇNÝ, D. *Náboženství a moderní společnost: Sociologické teorie modernizace a sekundarizace*. Brno : Masarykova univerzita, 1999. 183s. ISBN 80-210-2224-8.
21. NAT. Souvisí náboženství s hodnotou IQ?. *Psychologie dnes*, 2009, roč.15, č.4, s. 9.
22. NAKONEČNÝ,M. Transpersonální psychologie. In HOSKOVEC,J., NAKONEČNÝ,M., SEDLÁKOVÁ, M. *Psychologie XX.století*. Praha : Karolinum, 2002, str.180-209 ISBN 80-246-0300-4.
23. NIETZSCHE, F. *Duševní aristokratizmus*. Olomouc: VOTOBIA, 1993. 127s. ISBN 80-85619-87-3.
24. OCETKOVÁ, Irena. *Úloha spirituality v životní pohodě a kvalitě života u mladých lidí: disertační práce*. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2007. 212 s., 14 l.příl.Vedoucí disertační práce prof. PhDr . Vladimír Smékal,CSc.
25. PALAŠČÁKOVÁ, D. *Spravedlnost a služba III: Sborník odborných příspěvků a studijních textů*. Olomouc: CARITAS-VOŠ sociální Olomouc, 2008. 127s. ISBN 978-80-254-3383-6.
26. PECHAČOVÁ, Zdeňka. *Úvod do psychologické metodologie*. Vyd. 1. Praha : Credit, 2001. 60 s. ISBN 80-213-0792-7.
27. PORTERFIELDOVÁ, K., M. *O sektách*. Havlíčkův Brod: Nakladatelství Lidové noviny, 1997, str.10-20 ISBN 80-7106-223-2
28. PROKOP, J. *Spiritualita umírajících pacientů*. Brno: Masarykova Univerzita, 2006, 140 s. ISBN: 80-210-4131-5.
29. REMEŠ, P., HALAMOVÁ, A. *Nahá žena na střeše: psychoterapeutické aspekty biblických příběhů*. Praha: Portál, 2004, 200s. ISBN 80-7178-921-6.

30. ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti: obor v pohybu*. 5.vyd. Havlíčkov Brod: Grada, 2007b. 189s. ISBN 987-80-247-1174-4
31. ŘÍČAN, P. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007a. 326s. ISBN 978-80-7367-312-3.
32. ŘÍČAN, P. *Psychologie náboženství*. Praha: Portál, 2002, 325s. ISBN 80-7178-547-3.
33. SAMOJSKÝ, P. „Nécismus“ - *Nové světové náboženství* [online]. c2000, poslední revize 16. 3. 2008 [cit. 8. dubna 2010]. Dostupný z WWW: <http://www.unitaria.cz/praha/Archiv/200708/Mar16.08.Necismus_nove_svetove_nabozenstvi.htm>.
34. SMÉKAL, V. *O lidské povaze: Krátká zamyšlení nad psychickou a duchovní kulturou osobnosti*. Brno: Cesta, 2005. 203s. ISBN 80-7295-069-X
35. SMÉKAL, V. *Pozvání do psychologie osobnosti- člověk v zrcadle vědomí a jednání*. 2.vyd. Brno: Barriester a Principal, 2004. 523s. ISBN 80-86598-65-9.
36. STRÍŽENEC, M. *Súčasná psychológia náboženstva*. Bratislava: Iris, 2001. ISBN 80-88778-33-6.
37. SLOVÁČEK, L. *Kvalita života nemocných- jeden z důležitých parametrů komplexního hodnocení léčby*. *Vojenské zdravotnické listy*. 2004, roč. 73, číslo 1, s. 6-9.
38. VÁCLAVÍK, D. *Sociologie nových náboženských hnutí: Proměny náboženství*. Brno: Masarykova univerzita, Marven, 2007. 150s. 1. vyd. ISBN 987-80-86702-22-3.
39. VAĎUROVÁ, H., MÜHLPACHR, P. *Kvalita života*. Brno: Masarykova univerzita 2005, ISBN 80-210-3754-7.

Klíčová slova

Transcendentno

Kvalita života

Víra

Ateizmus

Přílohy

Příloha č. 1 – Dotazník

III. Přílohy

Příloha č. 1 – Dotazník

Dotazník

Dobrý den,

jmenuji se Zlata Michňová, jsem studentkou 3. ročníku Jihočeské univerzity a v rámci své bakalářské práce sbírám informace týkající se tématu, jak realisticky je člověk schopen ohodnotit kvalitu svého života s ohledem na svou víru, náboženské vyznání nebo světonázor. Pokud máte zájem o výsledky mého výzkumu, kontaktujte mě na emailu z.eve@seznam.cz a já Vám po vyhodnocení sebraných informací poskytnu výsledky.

Tento dotazník je anonymní a údaje budou sloužit pouze k vědeckým účelům.

Předem děkuji za Váš čas a trpělivost při vyplňování tohoto dotazníku.

Odpovězte prosím upřímně a pravdivě na všechny otázky. Pokud si nejste jist/a, jak odpovědět, vyberte tu, která Vás napadne jako první, ta bývá zpravidla nejuvěstivější. Vybranou odpověď zaškrtněte (u elektronické verze dotazníku označte např. tučně).

1. Odpouštíte lidem křivdy, kterých se na Vás lidé dopouští nebo dopustili?
vždy většinou ano většinou ne nikdy
2. Jak často pociťujete úzkost, která nemá konkrétní příčinu?
nikdy výjimečně každý měsíc každý týden každý den
3. Jak často prožíváte stres? nikdy každý měsíc každý týden každý den
4. Máte problémy se spánkem? často většinou ano většinou ne nikdy
5. Zúzkostňuje Vás představa vlastní smrti (ne průběhu)? silně nepatrně
vůbec

6. Trpíte často trémou či nervozitou (např. při kontaktu s druhými lidmi)?
velmi často často většinou ne výjimečně nikdy
7. Prožíváte pocity viny? velmi často často většinou ne nikdy
8. Cítíte osamocení? velmi často často většinou ne nikdy
9. Máte strach ze samoty (sociální)? velmi často často většinou ne nikdy
10. Míváte pocity strachu o své blízké bez reálné příčiny?
velmi často často většinou ne nikdy
11. Máte významné přání, které plánujete v budoucnosti realizovat?
ano ne
12. Dokázali jste některá svá důležitá přání nebo cíle naplnit?
vždy většinou ano většinou ne nikdy
13. Jak často zažíváte pocity nudy? vždy často většinou ne nikdy
14. Máte obavy z budoucnosti? velmi často často většinou ne nikdy
15. Máte konkrétní představu o své budoucnosti?
vždy většinou ano většinou ne nikdy
16. Trápí Vás depresivní stavy? vždy často většinou ne nikdy
17. Jste spokojen/a se svým vzhledem?
vždy výjimečně většinou ano většinou ne nikdy
18. Jste se sebou celkově spokojen/a ? vždy většinou ano většinou ne
nikdy

24. **Pokud ne, tak jste** (vyberte jednu možnost)

a. ateista (nevěřící)

b. mám svojí osobní víru a záměrně se nezajímám o náboženství a neprojektuji žádnou spirituální aktivitu, která vychází z náboženství.

c. mám svojí osobní víru a inspiroji se náboženstvím, ale aktivně do žádného nepatřím.

25. Jaká je Vaše spirituální aktivita

modlitba	
meditace	
setkávání skupiny	
návštěva kostela nebo centra	
čtení duchovních textů	
zpěv duchovních písní	
jiné....	

26. Nakolik dává Váš osobní filozofický názor na svět smysl Vašemu životu?

vždy většinou ano většinou ne nikdy

27. Pomáhá Vám Vaše osobní víra s vyrovnáváním se s těžkostmi života?

vždy většinou ano většinou ne nikdy

28. Pomáhá Vaše osobní víra pochopit životní nesnáze?

vždy většinou ano většinou ne nikdy

29. Míváte někdy pocit sounáležitosti s něčím, co Vás přesahuje?

velmi často často málokdy nikdy

30. Myslíte si, že i neživým částem přírody patří naše úcta?
vždy většinou ano většinou ne nikdy
31. Prožíváte někdy hluboké spojení s celým světem a se všemi živými bytostmi na světě?
velmi často často málokdy nikdy
32. Věříte tomu, že vše, co v životě prožíváte, má nějaký smysl?
vždy většinou ano většinou ne nikdy
33. Máte pocity spojení s celým vesmírem
velmi často často málokdy nikdy
34. Věříte, že celý svět řídí nějaký smysluplný řád?
vždy většinou ano většinou ne nikdy
35. Věříte, že je možné mít osobní vztah k něčemu, co nás přesahuje? (vesmírné zákony, transcendentno, boží podstata...)
vždy většinou ano většinou ne nikdy
36. Vzbuzuje ve Vás myšlenka na to, že člověk má možnost tvořit nový život pocity úžasu?
vždy většinou ano většinou ne nikdy
37. Pociťujete vděčnost např. v přírodě, že můžete být „u toho“?
vždy často většinou ne nikdy
38. Jste vděčný za to, že žijete?
vždy většinou ano většinou ne nikdy

Údaje potřebné ke zpracování

39. Pohlaví muž žena

40. Věk 15-20let 21-25let 26 -35 36-49 50-60let 60 a více

41. Nejvyšší ukončené vzdělání

základní střední bez maturity střední s maturitou vysokoškolské

42. Rodinný stav:

svobodný/á ženatý/vdaná žiji v partnerském svazku rozvedený/á
ovdovělý/á

43. Jaký je Váš zdravotní stav? velmi špatný špatný dobrý velmi dobrý

44. Jste student zaměstnaný/á nezaměstnaný/á v důchodu na mateřské
dovolené

45. Zažil/a jste nějakou z těchto traumatických událostí poslední půl rok?

(smrt blízkého člověka, rozvod, ztráta zaměstnání, velmi těžká nemoc)

ano ne

Děkuji Vám za Vaši upřímnost, čas strávený s vyplněním dotazníku a za Vaši
pomoc v mém studiu.