

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Teologická fakulta
Katedra filozofie a religionistiky

Bakalářská práce

Srovnání Aristotelovy koncepce eudaimonia a koncepcí
zdařilého života v pozitivní psychologii.

Vedoucí práce doc. Tomáš Machula Ph.D.

Autor práce Eliška Havlová

Studijní obor Filozofie a religionistika prezenční

Ročník třetí

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované 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 elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

Datum:

Podpis studenta

Děkuji všem, kteří pomohli vzniknout této práci. Především mému vedoucímu práce doc. Tomáši Machulovi Ph.D. za vedení a mé matce Bc. Adéle Havlové za podporu

Obsah

ÚVOD.....	5
1 ARISTOTELES	7
1.1 ARISTOTELOVA ETIKA.....	7
1.2 DOBOVÉ ZAŘAZENÍ.....	8
1.3 DOBRO A DOBRO NEJVYŠŠÍ.....	9
1.4 ČINNOST DUŠE	11
1.5 CTNOST.....	13
1.5.1 Statečnost	16
1.5.2 Uměřenost	16
1.5.3 Štědrost.....	17
1.5.4 Velkorysost.....	17
1.5.5 Velkomyslnost	17
1.5.6 Smysl pro čest	17
1.5.7 Klidnost.....	18
1.5.8 Pravdivost.....	18
1.5.9 Komunikační ctnost.....	18
1.5.10 Spravedlnost.....	19
1.5.11 Vědění	20
1.5.12 Umění.....	20
1.5.13 Rozumnost	20
1.5.14 Rozumění.....	20
1.5.15 Moudrost.....	20
1.6 PŘÁTELSTVÍ	21
2 POZITIVNÍ PSYCHOLOGIE.....	23
2.1 FLOW	23
2.2 SELIGMANOVA POZITIVNÍ PSYCHOLOGIE	25
2.2.1 Character Strengths and Virtues	27
3 SROVNÁNÍ	30
ZÁVĚR	33
SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	35

ÚVOD

V mé bakalářské práci píš o konceptech zdařilého života. V souvislosti s tímto etickým tématem, které přesahuje filosofii až do psychologie, rozhodla jsem se zaměřit druhou část mé práce na pojmání zdařilého života moderní psychologií. Tato takzvaná pozitivní psychologie renovuje aristotelské ctnosti a aplikuje je v novém konceptu jako pozitivní přístup ke člověku a jeho vlastnostem, které umožňují šťastný život. Motivací pro toto téma je můj zájem o psychologii, kterému bych se chtěla věnovat i nadále.

Struktura mé práce bude sledovat následující osnovu. První část mé práce je etického zaměření. Obsáhle popisují koncepci eudaimonia filosofa Aristotela. Nejdříve představím Aristotela a jeho život. Dále se zaměřím na etiku, kterou popsal Aristoteles v jeho knize Etika Nikomachova. Představím hlavní pojmy praktické moudrosti, dobro, nejvyšší dobro, blaženost a s těmito spojené další etické termíny. V druhé části mé práce pak popíšu koncepci zdařilého života Martina E.P. Seligmana. Dále se budu zabývat konceptem flow Mihaly Csikszentmihalyiho. Ve třetí části se pak pokusím o srovnání těchto dvou konceptů. Původní cíl jsem si vytyčila srovnání Aristotelovo eudaimonia a Seligmanovo pozitivní psychologie. Cílem této vzniklé práce, kterou máte nyní před sebou, je objasnit problematiku eudaimonia, Aristotelovu koncepci blaženosti. Dále uvést do problematiky pozitivní psychologie nejen Martina Seligmana a srovnat tyto dva koncepty zabývající se zdařilým životem.

Budu vycházet především z Etiky Nikomachovy, z různých publikací pojednávající jak o antickém chápání blaženosti - eudaimonia, z knih o novodobějších koncepcích šťastného zdařilého života a z dalších článků.

Eudaimonia je řecký výraz, který se překládá nejčastěji jako blaženost nebo štěstí a vyjadřuje zdařilý život. Aristoteles přišel s tímto konceptem blaženosti ve svém spise Etika Nikomachova. Blaženost je jím chápána jako poslední cíl, ke kterému by mělo vést lidské jednání. Zdařilý život je životem ctnosti. Ctnosti jsou vlastnosti, které podle Aristotela mají středovou pozici mezi dvěma špatnými protikladnými vlastnostmi.

Pozitivní psychologie je moderní hnutí v psychologii, které kritizuje klasickou psychologii za její negativní přístup ke člověku a snaží se nastolit nový pozitivnější přístup, díky kterému se bude moci zvednout lidská kvalita života.

V celé práci pracuji s pojmem eudaimonia. Tento pojem se překládá různými výrazy, a proto se v různých částech této práce může vyskytnout také jako blaženost anebo štěstí. Není to tak, že by tyto pojmy byly libovolně zaměnitelné, ale pokud mluvíme v určitém kontextu, je třeba využít pojem, který se k tomu jakému kontextu nejvíce hodí. Chápejte tedy prosím, že všechny tyto pojmy vyjadřují zdařilý život, je ale rozdíl v pojmenování tohoto z hlediska filosofie anebo psychologie. Aristoteles dále užívá slovo krása. Krásným si dnes představujeme především krásu vnější, on však myslí i krásu vnitřní. Krása vnitřní je pak krásu charakteru, lidských vlastností. Dalším pojmovým souslovím je character strengths and virtues. Tyto Seligmanovy výrazy překládám jako charakterové silné stránky a ctnosti. Dalším pojmem je střednost, kterou Aristoteles používá k vyjádření správné vlastnosti - ctnosti, ta má pozici ve středu mezi dvěma špatnými vlastnostmi.

PRVNÍ ČÁST PRÁCE

1 ARISTOTELES

Aristoteles se narodil roku 384 př. n. l. ve Stageíře na území dnešního severního Řecka. Po dobu 20-ti let je Platónovým žákem v Athénách. Po Platónově smrti se stará o výchovu Alexandra makedonského, později Velikého. Když Alexandr přebírá vládu po svém otci Filipovi, vede se Aristotelovi dobře. Získává prostředky pro své mnohé výzkumy až do doby, kdy se jejich vztah pokazí a následně po Alexandrově smrti je v rámci proti-makedonských nálad ve společnosti obžalován proti bezbožnosti a je odsouzen k smrti. Odchází proto do exilu, kde v osamění umírá roku 322 př. n. l.¹

Aristoteles se počítá za jednoho z největších filosofů všech dob soudě podle jeho vlivu na filosofii. Jeho díla formovala naše dějiny filosofie až do současnosti. Jeho děl se počítá na 200, do dneška se jich dochovalo snad jen 31. Mezi jeho témata patří logika, metafyzika, etika, politika, estetika, rétorika, plus další nefilosofická témata jako přírodní vědy a astronomie.²

1.1 ARISTOTELOVA ETIKA

Etika obecně je teoretická věda, patřící do filosofie.³ Někdy se jí také říká praktická filosofie,⁴ protože se zabývá lidským konáním, které je hodnotitelné z hlediska správnosti a nesprávnosti – je tedy mravné nebo nemravné. Takovému konání člověka se říká jednání.⁵ „*Jako filosofická disciplína pochází věda o jednání od Aristotela.*“⁶ Přišel také s výrazem etika⁷ a jako disciplínu ji považoval za „filosofii o lidských věcech.“⁸ Aristoteles se také pokládá za vůbec prvního člověka, který se pokusil o jednotné etické pojednání, ve kterém popisuje dispozice jednání, které mají utvořit

¹ Srov. STÖRIG, H.J. *Malé dějiny filozofie*. Strana 129

² *Aristotle*. in Stanford Encyclopedia of Philosophy <Online> Dostupné na: <http://plato.stanford.edu/entries/aristotle/> <cit. 29.2.2016>

³ Srov. ŽÁČKOVÁ, D. *Etika v dějinách filozofie*. Strana 7

⁴ ANZENBACHER, A. *Úvod do filozofie*. Strana 223

⁵ SPAEMANN, R. *Šťěstí a vůle k dobru*. Strana 13

⁶ ANZENBACHER, A. *Úvod do filozofie*. Strana 223

⁷ Z řeckého ethos – znamená zvyk. Viz kapitola o ctnostech.

⁸ SPAEMANN, R. *Šťěstí a vůle k dobru*. Strana 21

život blažený - zdařilý.⁹ To učinil ve svém spise Etika Nikomachova. Napsal i další etická díla,¹⁰ ale já se v této práci budu zabývat jen tímto jedním spisem.

Aristoteles se také mimo jiné zabýval antropologií. V jeho pojetí duše chápe člověka jako rozumovou bytost. Člověka charakterizuje a od jiných forem života ho odlišuje právě pro něj specifická duševní mohutnost a tou je rozum. Tato rozumová duševní mohutnost si stojí na pomyslném žebříčku nejvýše a umožňuje člověku myslet a svobodně se rozhodovat, tj. konat záměrnou volbu pomocí rozumného úmyslu.¹¹ Aristoteles tvrdí, že každému jsoucnu náleží jemu správná činnost podle jeho esence. Jestliže je člověk bytost rozumová, správná činnost pak pro něj bude ta, která vychází z rozumu.¹² Toto chápání člověka stojí základem Aristotelově pojímání etiky. Rozum rozděluje na teoretický a praktický. Teoretický rozum podle něj hledá pravdu, praktický rozum hledá dobro. Cílem praktického jednání je dosažení dobra.¹³ Zdařilý život je výsledkem správného jednání v rámci této rozumové praxe.¹⁴

1.2 DOBOVÉ ZAŘAZENÍ

Pohlédneme-li do doby antické, zjistíme následující souvislosti vzniku Aristotelovy koncepce. Řekové v tehdejší době nepochybuji o tom, že nejvyšším lidským dobrem je blaženost.¹⁵ Mnoho tehdejších filosofů zastávalo učení o ctnostech a co více teorii o jednotě ctností. Autorem této teorie je Sókrates. Opravdová ctnost je podle něj založená na věděni. Sókrates v Platónových dialozích, v nichž vystupuje¹⁶, probírá spravedlnost, statečnost, uměřenost a moudrost. Tyto ctnosti Sókrates chápal jako jednu ctnost,¹⁷ jsou podle něj zahrnuty ve spravedlnosti.¹⁸ Řecká etika se celkově točí okolo dvou pojmů, eudaimonia a arete, nebo jak se o nich tradičně mluví, blaženost a ctnost.¹⁹ „Ústředním tématem rozpravy, která tehdy (v antice) začala a trvá dodnes, byl od

⁹ SPAEMANN, R. *Štěstí a vůle k dobru*. Strana 21

¹⁰ Další spisy jsou Etika Eudémova a Magna Moralia.

¹¹ Srov. ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1112a, 1 – 1112b, 14

¹² Srov. Anzenbacher, A. *Úvod do filosofie*. Strana 239-240

¹³ KENNY, A. *Aristotle on the perfect life*. Strana 1

¹⁴ SPAEMANN, R. *Štěstí a vůle k dobru*. Strana 21

¹⁵ Störig, H.J. *Malé dějiny filozofie*. Strana 137

¹⁶ Jsou to dialogy Prótagoras a Lachés.

¹⁷ DEVEREAUX, D. *Jednota ctností*. In *Rozum, ctnosti a duše*. Strana 67

¹⁸ STÖRIG, H.J. *Malé dějiny filozofie*. Strana 123

¹⁹ SINGER, P. *Blackwell Companion to Philosophy: A companion to ethics*. Strana 122

prvopočátku problém správného života.“²⁰ Jedním pokusem o vyřešení tohoto problému je hédonismus. Antičtí hédonisté jako Epikúros trvají na tom, že ctnosti jsou uplatnitelné, jen pokud přispívají k nějaké slasti. Podle Epikúra si člověk volí slast jako dobro a jako jeden racionální cíl svého života.²¹ Pro Aristotela je lepším člověkem ten, který jedná pro čest, než ten, který jedná pro svou vlastní libost – pro slast.²² Podle Aristotela, dobro a blaženost nespočívá ve slasti. Odklání se tak od hédonismu, protože vede k životu požívačnému, podobnému tomu, jaký vedou dobytčata. Lidé, kteří dobro ztotožňují se slastí, vedou podle něj otročkový život. Šťastní jsou jen tehdy, pokud je nic netrápí a pokud nezažívají žádnou strast.²³ Odklání se i od Platónovy myšlenky na ideu Dobra, na které bychom museli participovat, chtěje zdařilý život.

1.3 DOBRO A DOBRO NEJVYŠŠÍ

Aristoteles přistupoval k etickým otázkám empiricky. Nejprve zkoumal své okolí, sledoval, jak se různí lidé chovají a jak mluví v běžném životě. Často dává za příklad činnosti v rámci různých profesí, kdy lidé sledují svým konáním určité cíle. Těmto cílům říká dobro, které se mění právě s každou činností. Mimoto si ale uvědomuje, že i přes různorodost cílů a dober v lidských životech, všechny mají jeden společný cíl a tím je nejvyšší dobro - blaženost. Dobrý život je pak život blažený.²⁴

Aristoteles tvrdí, že každá jednotlivá záměrná volba a jakékoliv lidské jednání touží a vždy směřuje k nějakému dobru.²⁵ Dobro je člověku vlastní a nelze jej od něj odejmout.²⁶ Cílem všech našich činů by pak mělo být dobro nejvyšší. Nejvyšší dobro je takové, které si žádáme pro něj sám a ostatní věci pro něj.²⁷ Aby se předešlo nekonečnému regresu, je třeba, abychom dělali rozhodnutí pro ně samé a ne pro něco jiného.²⁸ A také ne všechno se dá zvolit jako prostředek k získání něčeho jiného, tedy ne všechno je dobro užitečné. Kdykoliv děláme něco pro ně samé, můžeme takový

²⁰ SPAEMANN, R. *Štěstí a vůle k dobru*. Strana 38-39

²¹ SINGER, P. *Blackwell Companion to Philosophy: A companion to ethics*. Strany 126-7

²² Srov. SPAEMANN. Tamtéž. Strana 40

²³ Srov. ARISTOTELES. *Etika Nikomachova* 1095b, 26 - 35

²⁴ Srov. ŽÁČKOVÁ, D. *Etika v dějinách filozofie*. Strana 15.

²⁵ Srov. ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1094a, 1 - 3

²⁶ Srov. Tamtéž. 1095b, 40 - 41

²⁷ Srov. Tamtéž. 1094a, 23 - 28

²⁸ KENNY, A. *Aristotle on the perfect life*. Strana 3

výsledek zařadit buď jako dobro příjemné anebo ušlechtilé. Aristoteles na tomto základě rozděluje tři druhy dobra: dobro příjemné, dobro užitečné a dobro ušlechtilé.²⁹

Nejvyšší ušlechtilé dobro je blaženost, jenž je také cílem všeho konání.³⁰ Protože člověk svým jednáním směřuje k dobru, blaženost svojí kvalitou nejvyššího dobra utváří smysl lidského života.³¹ V knize první v Etice Nikomachově pak Aristoteles dále vysvětluje, co to vlastně ona blaženost je. Argumentuje následovně. Nejenom každá část těla má nějaký svůj účel, jako například zuby mají účel kousat potravu, ale dokonce celé organismy, lidské bytosti i další zvířata, mají svůj konečný účel.³² Dále zdůrazňuje, že při hledání takového úkolu se musíme zaměřit právě na člověka a na to, co je jemu vlastní. Člověku je vlastní rozum, jak již bylo zmíněno výše, je bytostí rozumovou. Svou činnost má usměrňovat v souladu se svým rozumem jakožto svou přirozeností. Tomuto stanovisku, které sleduje cíl, se říká teleologismus. „*Teleologie či nauka o finalitě znamená usměrnění jsoucna ve struktuře a funkci na cíl, v němž jsoucno nachází své bytostné naplnění a završení, ale i konec svého vznikání.*“³³ Aristoteles tvrdí, že člověk přeci nebyl zrozen k nečinnosti a stejně tak jako různá povolání mají svůj úkol, i tedy člověk jako takový má svůj úkol.

„*Dokonalost každého živočicha spočívá v dokonalém rozvinutí činnosti, která je mu vlastní. Protože člověk je především bytostí rozumovou, je pro něj dokonalostí nejvyšší rozvinutí této bytostné povahy. V tom spočívá lidská zdatnost (ctnost).*“³⁴

„*Blažený člověk dobře žije a dobře jedná; říká se totiž téměř obecně, že blaženost jest dobré žití a dobré jednání.*“³⁵

²⁹ KENNY, A. *Aristotle on the perfect life*. Strana 3.

³⁰ Srov. ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1097a, 18 – 1097b, 25

³¹ BRÜGGER, W. *Filosofický slovník*. Heslo Blaženost. Strana 70 a 78.

³² *Aristotelian Teleology*. in Aristotle. <online> Dostupné na:

<http://plato.stanford.edu/entries/aristotle/#AriTel> <29.2.2016>

³³ BRÜGGER, W. *Filosofický slovník*. Heslo Teleologie. Strana 440.

³⁴ STÖRIG, H.J. *Malé dějiny filozofie*. Strana 137.

³⁵ ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1098b, 27

1.4 ČINNOST DUŠE

Aristoteles dále uvádí, že činnost duše je vyšší, když je skutečná a když je pak navíc činnost nejen skutečná ale i dobrého a krásného způsobu, pak je to i činnost zdatná.³⁶ Duševního dobra člověk dosahuje zdatnou činností, která má trvajících charakter.³⁷ Blaženost tkví v rozvíjení ctnosti, kdy ctností se rozumí přiměřená činnost. Ctnost je nejvyšším dobrem, pokud je činností skutečnou. To zdůvodňuje tím, že pokud něco zůstane stavem, nic dobrého se nemůže vykonat, naproti tomu skutečná činnost má charakter ctnosti právě proto, že má potenciál vykonat nějaké dobro. Dává příklad olympijských her, kdy hry nevyhraje ten muž, který je nejsilnější, ale ten, který se her zúčastní a závod skutečně vyhraje poměřením sil.

Kdo v životě jedná správně, dosáhne dobra, krásy a příjemného života. Příjemný život je takový, který je naplněn tím, co každý miluje. Milovník ctnosti bude mít příjemný život, pokud bude jednat ctnostně a setkávat se s věcmi ctnostnými.³⁸ Dále Aristoteles vysvětluje, že ctnostné jednání v sobě zahrnuje slast. Slast tedy není potřeba hledat vně jako cíle, ale jak on sám říká: „*život nikterak nepotřebuje slasti jako nějakého přívěsku,*“³⁹ protože se nachází uvnitř ctnostně jednajících člověka samotného. Navíc ctnostné jednání Aristoteles považuje jako slastné samo o sobě a nanejvýše také dobré a krásné.⁴⁰ „*Nejlepší tedy, nejkrásnější a nejslastnější jest blaženost, a nedá se to od sebe oddělit podle nápisu delského: Nejkrásnější jest spravedlnost, nejlepší zdraví; nejslastnější však to, dosíci, co kdo má rád.*“⁴¹ Neboli také jinak řečeno: „*Slast je jen echo dosažené dokonalosti.*“⁴² Blaženým je tedy ten, kdo jedná v souladu s dokonalou ctností a zároveň je zaopatřen vnějšími dobry po celý svůj život. Člověk mimo to, že skutečně jedná, potřebuje další dobra tzv. vnější. Vnější dobra jsou prostředky, které usnadňují nebo přímo umožňují krásné jednání. Některá vnější dobra jsou nástroji k dosažení jiných dober. Jsou to peníze, moc a přátelé. Další vnější dobra způsobují člověku problémy, pokud mu schází. Těmi jsou pak urozenost, plodnost a krása.⁴³ „*Neboť není zcela blažen ten, kdo jest ohyzdný, nízkého původu, osamělý nebo*

³⁶ Ctnosti je také možno pojímat jako zdatnosti.

³⁷ Srov. ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1097b, 26 – 1098, 27

³⁸ Srov. Tamtéž. 1098b, 28- 1099a, 11

³⁹ Tamtéž. 1099a, 20 - 21

⁴⁰ Srov. Tamtéž. 1099a, 10 - 30

⁴¹ Tamtéž. 1099a, 31 - 37

⁴² BRUGGER, W. *Filosofický slovník*. Heslo Aristotelismus. Strana 70.

⁴³ Srov. ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1099a, 41 – 1099b, 10

bezdětný, a ještě snad méně, má-li někdo nezdárné děti nebo špatné přátele, anebo ač byli dobří, zemřeli.“⁴⁴

Aristoteles tvrdí, že blaženosti se dá nabýt ctnostným životem. Skutečnou činností se člověk může ctnostem naučit. Blaženost nemůže být ponechána náhodě, protože ji považuje za nejvyšší a nejkrásnější cíl. Někteří lidé jsou však pro ctnost otupělí a tak je pro ně dosahování blaženosti značně ztíženo nebo přímo znemožněno. Blaženými nejsou ani zvířata ani děti ani oběti postižené velkými nehodami, protože nemohou skutečně jednat v dokonalé ctnosti a mít dokonalý život. Zvířata nejsou schopna skutečné činnosti vycházející z rozumové mohutnosti duše, protože ji nemají. Děti jsou blažené pouze v naději. Lidé postižení nehodami nemohou být blaženi, neboť nemají dostatek dober nutných k dokonalému životu.⁴⁵ Pro blaženost jsou rozhodující činnosti ctnostné. Pokud je člověk ctnostný, pak je tato jeho vlastnost být ctnostný stálá, přímo stálejší než jeho dovednosti. Tehdy platí, že ctnostný člověk jen tak nezapomíná na svoje kvality.⁴⁶ „*Blažený člověk bude míti právě to, co hledáme, a po celý život zůstane takový, jaký jest; neboť vždy, anebo především, v jednání a v zkoumání bude hleděti k tomu, co jest ctnostné, a osudy, které ho stihnou, ponese co nejkrásněji a vždy a všude přiměřeně jako muž opravdu dobrý a pevný bez hany.*“⁴⁷ Dále pak Aristoteles vysvětluje vliv nehod. Malé nehody nemají na člověka velký dopad, naopak velká a častá úskalí člověku působí trápení, brzdí ho ve správné činnosti a kalí jeho štěstí. Na člověka pak prozradí mnoho, jak se v takových těžkých situacích zachová, protože ten, kdo těžké situace lehko snáší, se považuje za šlechetného a schopného velkomyslného smýšlení. „*Jsou-li v životě rozhodující činnosti, jak jsme dokázali, žádný šťastný člověk se nemůže státí bídým; nikdy totiž nebude konati to, co jest ošklivé a špatné.*“⁴⁸ Neznamená to ale, že když se po mnoha nehodách člověk nestane bídým, zůstane proto blaženým, ale znamená to, že takový člověk se může po určité době opět blaženým stát.⁴⁹

⁴⁴ ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1099b, 4 - 8

⁴⁵ Srov. Tamtéž. 1099b, 11 – 1100a

⁴⁶ Srov. Tamtéž. 1100a – 1100b

⁴⁷ Tamtéž. 1100b

⁴⁸ Tamtéž. 1100b, 37 - 39

⁴⁹ Srov. Tamtéž. 1100b, 21 – 1101a, 26

1.5 CTNOST

Ctnost je lidská duševní kvalita, která umožňuje člověku správně jednat. Každá ctnost by měla být v souladu se správným úsudkem - měla by být rozumná. Dále by ctnost měla představovat středovou pozici mezi nemravními krajnostmi. Statečnost příkladem je středová pozice mezi zbabělostí jakožto málo odvahy a ztřeštěností jako příliš mnoho odvahy. Ctnosti se získávají opakováním skutků, které příslušné ctnosti odpovídají.⁵⁰

Podstata blaženosti se skrývá právě ve ctnosti a Aristoteles třídí ctnosti následovně. Lidská duše má složku rozumnou a také jednu nerozumnou. Rozumná část duše má na starost rozumový úsudek, nerozumná složka duše je žádavá, touživá. Tato druhá složka nemá rozum sama v sobě, ale může rozum poslouchat, pokud je člověk zdrženlivý. Úplně pod kontrolou rozumu ji má člověk uměřený a statečný.⁵¹ Aristoteles na tomto základě rozlišuje ctnosti rozumové - dianoetické a mravní - etické. Ctnosti rozumové jsou moudrost, chápání a rozumnost. Ctnosti mravní jsou štedrost a uměřenost.⁵² „*Etické zdatnosti (ctnosti) spočívají ve vládě rozumu nad smyslovými pudy. Dianoetické zdatnosti spočívají ve vystupňování a zdokonalení samého rozumu. Tyto druhé zdatnosti jsou tedy pro Aristotela vyšší.*“⁵³

Ctnosti rozumové vznikají a rostou z učení, ctnosti mravní vznikají zvykem. Etika je odvozena ze slova *ethos* – řecky zvyk. Ctnosti se přirozeně získávají a to opakovanou činností – navyknutím. Ctnosti jsou vlastnosti naučitelné, spravedlivým jednáním se stáváme spravedlivým a podobně. Dále pokud si člověk zvyká na dobré jednání od mladého věku, je pro něj pak snazší jednat ctnostně ve věku starším.⁵⁴ Podobně jako u tělesného zdraví a síly, které člověk může snižovat přílišným cvičením nebo přejídáním, či nedostatkem jídla, stejně tak se ctnosti mají udržovat přiměřeným jednáním.⁵⁵ Jak Aristoteles říká v druhé knize Etiky Nikomachovy: „*Neboť ten, kdo se všemu vyhýbá a všeho se bojí a nic nepodniká, stává se zbabělým, naopak ten, kdo se vůbec ničeho nebojí, nýbrž směle ke všemu kráčí, smělcem, podobně ten, kdo užívá veškeré rozkoše a žádné se nezdržuje, nevázaným, ten však, kdo kolem všech rozkoší*

⁵⁰ Srov. MACHULA, T. *Filosofie za minutu – Ctnost*. <online> Dostupné na: <https://www.youtube.com/watch?v=NmaKpf2Jfno> Citováno: 23.3.2016

⁵¹ Srov. ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1102a, 6 – 1103a, 14

⁵² Srov. Tamtéž. 1103a, 6 – 14

⁵³ STÖRIG, H.J. *Malé dějiny filozofie*. Strana 137

⁵⁴ Srov. ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1103a, 15 – 1103b, 2

⁵⁵ Srov. Tamtéž. 1104a, 10 – 28

*chodí jako lidé bez zájmu, člověkem bezcílým; tudíž uměřenost a statečnost hyne nadbytkem a nedostatkem, středností se však zachovává.*⁵⁶

Aristoteles rozděluje duševní jevy do tří skupin, do citů, vrozených schopností a stavů. City jsou žádost, hněv, strach, smělost, závist, radost, láska, nenávisť, touha, žárlivost, soustrast a další s čím se pojí libost a nelibost. Vrozené schopnosti jsou ty, které nám umožňují cítit bolest, soustrast, hněv a podobně. Stavy jsou ty, které působí, že se k citům chováme správně nebo nesprávně. Správně se k citům člověk chová, pokud udržuje středovou pozici mezi dvěma krajnostmi špatného jednání. K takovému jednání v střednosti ho má vést jeho správné rozhodnutí, na základě kterého se ustanovuje, jakým je člověkem, zda dobrým či špatným.⁵⁷

Ctnosti se vztahují k pocitům libosti a nelibosti. Obecně se lidé stávají špatnými kvůli strastem a slastem a to hlavně protože se jim vyhýbají nebo je vyhledávají různými způsoby a v různých časech, které jsou pro člověka nevhodné. Ctnosti je proto možné definovat jako stav bez citového vzrušení, stav klidu. Je tedy třeba, aby člověk věděl, jakou mírou konat v rámci svých pohnutek ke krásnu, užitku a příjemnému a naopak jakou měrou jít od ošklivého, škodlivého a nepříjemného. Ctnosti navíc nestačí nabýt ale je třeba je udržovat a to opakovanou skutečnou činností.⁵⁸ Ctnost je tedy stav, je to duševní zdatnost, která činí člověka dobrým člověkem. Ctnost je také vlastnost, která umožňuje podat dobrý výkon. Ctnost je středem - středností, je středovou pozicí mezi nadbytkem a nedostatkem.⁵⁹

Statečnost je středem mezi zbabělostí a smělostí. Uměřenost je středem mezi dvěma extrémy nevázanosti. Štědrost je středem mezi marnotratností a lakomstvím. Naopak velkorysost je středem mezi okázalostí, nevkušem a malicherností. Velkomyslnost je středem mezi nadutostí a malomyslností. Klidnost je středem mezi zlostí, hněvivostí a stavem bez hněvu. Další střednosti se týkají společenského jednání. Pravdivost je středem mezi chlubností a záludností. Vtipnost je středem mezi šaškovstvím a mrzoutstvím. Přívětivost je středem mezi lichotivostí nebo pochlebnictvím a nevrlostí.

⁵⁶ ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1104a, 20 - 29

⁵⁷ Srov. Tamtéž. 1105b, 20 - 1106a, 15

⁵⁸ Srov. Tamtéž. 1104b, 5 - 64

⁵⁹ Srov. Tamtéž. 1106, 16 - 29

Dobrá míra stydlivosti je středností mezi člověkem ostýchavým až zaraženým a člověkem nestoudným. Nevole⁶⁰ je středem mezi závistí a škodolibostí.⁶¹

Vlastnosti, které člověk může mít, lze podle Aristotela rozřadit do tří druhů. Dvě vlastnosti jsou protivami, z nichž jedna je nadbytkem, druhá nedostatkem. Třetí vlastnost je středností mezi těmito dvěma protivami. Protivy jsou vlastnosti stojící naproti sobě – jedna znamená nedostatek, druhá přílišnost – obě jsou špatné. Střednost je vlastností dobrou, je ctností. Protivy si jsou v protikladu k sobě navzájem a zároveň jsou protikladné ke střednosti mezi nimi.⁶²

Každý člověk je přirozeně nakloněn a puzen k něčemu jinému a právě k tomu je třeba jednotlivě přihlédnout při hledání středu. V každém člověku vznikají pocity libosti a nelibosti. Tyto pocity by měl každý rozpoznat a přinutit se k opaku. Pokud střednosti jsou opaky protiv a protivy jsou důsledky jednání na základě pocitů, pak z toho podle Aristotela vyplývá, že vynucením si opaku našich libostí a nelibostí a to správnou měrou, dosáhneme střednosti. Platí tedy, že se člověk musí zříci rozkoší a libostí, protože člověka svádějí a není schopen je soudit nezaujatě. Zároveň je třeba rozumět tomu, že při jednání se vždy musí přihlédnout ke konkrétní situaci a nelze generalizovat o správnosti míry. Každý člověk by měl střednosti hledat jinak. Nelze říci, že by zde bylo jedno univerzální pravidlo pro to, jak dosáhnout blaženého života. Například hněvu může být v jedné situaci určitá míra moc a v některé jiné situaci ta stejná míra málo, v jedné konkrétní situaci ta přesná míra je akorát – je dobrem a je středem a to pro jednoho konkrétního člověka. Záleží na významu situace, který vyplývá z daných okolností.⁶³ „Řekne-li však někdo, že všichni lidé směřují k tomu, co se jim jeví dobrým, že však nejsou pány své obrazivosti, nýbrž jaký právě kdo jest, takovým se mu jeví i účel a cíl, tedy když každý člověk jest jaksi vinen svým stavem, bude míti také sám jaksi vinu za svou obrazivost.“⁶⁴ To, co člověk ve skutečnosti může ovlivnit, jsou prostředky. Prostředky si každý volí tak, aby ho dostaly k jeho cíli. Člověk má schopnost rozumové

⁶⁰Nevole podle Aristotela znamená vlastnost, která rozhořčuje člověka a to právě nad lidmi, kteří se neoprávněně mají dobře a nad těmi lidmi, kteří se nezaslouženě mají špatně.

⁶¹ ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1107b, 2 – 1108b, 13

⁶² Srov. Tamtéž. 1108b, 14 - 20

⁶³ Srov. Tamtéž. 1109b, 1 - 34

⁶⁴ Tamtéž. 1114a, 1 - 6

rozvahy, která vyústí v záměrnou volbu. Blaženost si člověk nevolí, volí si prostředky, které ho k ní dovedou.⁶⁵

V následujících řádcích popisují jednotlivé ctnosti tak, jak byly vysvětleny v Aristotelově Etice Nikomachově.

1.5.1 Statečnost

Statečnost je jednou z ctností. Jako střednost se nachází mezi zbabělostí neboli bázní a nerozvážnou smělostí, jinak řečeno ztřeštěností. Aristoteles tvrdí, že strach pocítujeme při očekávání zla. Zly myslí například chudobu, nemoc, smrt, samotu, atd. Tvrdí pak, že toho by se člověk neměl bát. Měl by se naopak bát například závisti. Statečný člověk se pozná nejlépe, když čelí smrti – nejstrašnější věci, kterou kdo může zažít.⁶⁶

Statečný člověk se přirozeně bojí věcí strašných, jako je například smrt, ale bojí se v rozumné míře. Obecně lze tedy říci, že člověk by se měl bát toho, čeho má, pro co, jak a kdy má. Ten, kdo nezná míru smělosti, by se dal považovat za šíleného, tvrdí Aristoteles. Kdo jiný než šílenec by se nebál zemětřesení? Naopak ten, kdo nezná míru bázně, je zbabělec. Takový člověk se bojí věcí, kterých by se bát neměl.⁶⁷

1.5.2 Uměřenost

Uměřenost je další z ctností a stejně jako statečnost i uměřenost patří k nerozumné složce duše. Jako střednost se nachází mezi dvěma extrémy nevázanosti. Vztahuje se k bolesti a rozkoši. Nevázaní lidé velkou měrou touží po rozkoších a to po rozkoších chuťových a hmatových. Nevázanost se týká hlavně požívání jídla, pití a věcí pohlavních. Každý člověk si přirozeně žádá potravu a každému je příjemné jíst jiný druh potravy. Není ale přirozené jíst a pít příliš mnoho, protože překročením míry už člověk nenaplnuje svoji potřebu. Na druhou stranu také je nevázaný ten, kdo snáší více bolesti, než by měl, a taková bolest mu působí slast.⁶⁸ „*Touha po příjemnosti totiž jest nenasytná a odevšad přichází nerozumnému člověku; ukojení žádosti pak bude stupňovati přirozenou náklonnost a jsou-li žádosti velké a silné, vytlačí i soudnost.*

⁶⁵ Srov. ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1113,a 4 - 19

⁶⁶ Srov. Tamtéž. 1115a, 11 – 1115b, 6

⁶⁷ Srov. Tamtéž. 1115b, 7 – 1116a, 13

⁶⁸ Srov. Tamtéž. 1117b, 24 – 1119a, 4

*Proto mají býti mírné a skrovné a nemají se protiviti úsudku rozumu.*⁶⁹ Člověk uměřený se drží středu mezi nadbytečnou nevázaností v rozkoších a nelibuje si ani v bolesti.⁷⁰

1.5.3 Štědrost

Další ctností je štědrost. Je středností mezi marnotratností a lakomstvím. Lakomci si schraňují majetky pro sebe neslušnou měrou. Marnotratník má opačný problém, je jím ten, kdo majetek promarnuje. Bohatství je přitom užitečné dobro, štedří lidé jsou proto užiteční ostatním. Štedrý člověk daruje bohatství správným lidem i správnou měrou a také bere kolik i odkud by měl.⁷¹

1.5.4 Velkorysost

Velkorysost se společně se štědrostí řadí ke ctnostem zabývající se statky. Velkorysý člověk přináší velkou a čestnou oběť ze svého bohatství ve prospěch obecného dobra. Přebytek nepřiměřeně velkých obětí se nazývá okázalost a vypadá nevkusně, člověk se totiž jen chlubí a nepřináší prospěch obecnému dobru. Malicherný člověk na druhou stranu nedosahuje dostatečné míry velkorysosti. Takový člověk skrblí, kde by neměl.⁷²

1.5.5 Velkomyslnost

Velkomyslnost se jako ctnost týká schopnosti dělat velké krásné věci. Je středností mezi nadutostí a malomyslností. Člověk velkomyslný je hoden velkých věcí, které se od něj očekávají. Člověk, který se považuje za schopného velkých věcí, ale není jich ve skutečnosti hoden, je člověk nadutý. Obráceně pak, kdo si o sobě myslí méně, než je ve skutečnosti schopen, je člověk malomyslný. Cílem velkomyslných lidí je dosažení cti. Velkomyslní lidé jsou také lidé dobří, zdatní v každé ctnosti. Dá se tedy říct, že velkomyslní lidé jsou dokonalí, dokonale ctnostní. Velkomyslní lidé jsou také umírnění a pravdomluvní, nejsou mstiví, nemluví příliš o sobě ani o ostatních a to vůbec ne hanlivě. Jsou klidní, nespěchají a nekřičí.⁷³

1.5.6 Smysl pro čest

Smysl pro čest je ctností a její středovou pozici určuje správná míra mezi ctižádostivostí a příliš malou měrou ctižádosti. Čest má člověk hledat správnou měrou. Člověk bez ctižádosti nechce být ctěn za krásné činy, což je podle Aristotela nesprávné. Nemá ji

⁶⁹ ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1119b, 9 - 14

⁷⁰ Srov. Tamtéž. 1119a, 17 - 23

⁷¹ Srov. Tamtéž. 1119b, 21 - 1121a, 10

⁷² Srov. Tamtéž. 1122a, 21 - 1123a, 45

⁷³ Srov. Tamtéž. 1123a, 46 - 1125b, 1

chtít více, než si zaslouží, a nemá ji chtít tam, odkud nemá, pak je totiž člověk ctižádostivý.⁷⁴ Již víme, že Aristoteles ponizuje city na úroveň pod rozumnou složku duše. Je pak zřejmé, proč ctižádostivost jako žádost po cti nechápe pozitivně.

1.5.7 Klidnost

Klidnost je další ctností. Je středností mezi přílišnou hněvivostí a nedostatkem hněvu. I v této ctnosti platí, že by člověk měl rozumně usoudit, proč a na koho se hněvá. Dále je třeba znát správnou míru nahněvanosti, jak dlouhou dobu je správné se hněvat. Klidný člověk by se neměl nechat ovládat vášněmi, ale pokud se hněvá příliš mnoho, na nesprávného člověka či v nesprávnou dobu, není to dobré. Z takových lidí se stávají lidé prchliví, kteří jsou velmi prudcí a zlostní. Dalšími, kdo se nechají ovládat hněvem, jsou lidé roztrpčení. Ti se hněvají dlouho, protože zlobu v sobě zadržují až do chvíle, kdy se mohou pomstít. Ctnostný člověk nečeká na smíření do doby, než se pomstí. Není ani dobré se vůbec nehněvat. Takový člověk se zdá zaostalý, protože bez hněvivosti se ani nebrání, vypadá to jako by necítil bolest a neměl city.⁷⁵

Další ctnosti se týkají lidské komunikace, toho, kdy se lidé setkávají, žijí spolu a nějakým způsobem mezi sebou interagují. Dobří lidé by měli udržovat láskyplné a přátelské vztahy. Ostatní, kdo tak nečiní, snaží se zalíbit, ti jsou lichotiví a další se snaží o svůj prospěch a jsou pochlebníci. Další jsou pak lidé mrzutí.⁷⁶

1.5.8 Pravdivost

Pravdivost je další ctností. Je středností mezi chlubností a záludností. Chlubný člověk je ten, který záměrně nemluví o svých kvalitách pravdivě, pyšní se těmi, které nemá. Záludný člověk naopak zatajuje nebo zmenšuje své vlastnosti. Ctnostný člověk je pravdivý v jednání i v komunikaci.⁷⁷

1.5.9 Komunikační ctnost

Další ctnost se týká přímo lidské komunikace, hovorů. Správná komunikace je středností mezi přílišnou směšností – šaškovností a mezi mrzoutstvím – neschopností žertovat. Přiměřená a způsobná žertovnost je podle Aristotela dobrou vlastností.

⁷⁴ Srov. ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1125b, 1 - 35

⁷⁵ Srov. Tamtéž. 1125b, 35 – 1126b, 13

⁷⁶ Srov. Tamtéž. 1126b, 14 – 1127a, 16

⁷⁷ Srov. Tamtéž. 1127a, 17 – 1127b, 43

Ctnostný člověk říká a poslouchá řeči hodné člověka slušného a ušlechtilého, nejsou to žádné řeči sprosté a nevzdělané.⁷⁸

1.5.10 Spravedlnost

Spravedlnost je podle Aristotela nejlepší a nejdokonalejší ctností, protože člověk spravedlivý může všech ostatních ctností využívat nejen pro sebe ale i pro ostatní lidi. Spravedlivý člověk má dbát na to, aby dodržoval zákony a rovnost.⁷⁹ „*Také ten, kdo nedbá zákonů, jest nespravedlivý. Toto totiž, protizákonnost nebo nerovnost, obsahuje veškeru nespravedlnost a jest společným znakem každé nespravedlnosti.*“⁸⁰ Aristoteles dále vysvětluje, nejenom že je pravda, že zákony popisují spravedlivé jednání, ale že také zákon ustanovuje jednání uměřené, statečné a klidné. Udává příklady: zákaz odejití z vojenského útvaru jako podpora statečnosti, zákaz cizoložství jako podpora uměřenosti a zákaz násilí jako podpora klidnosti.⁸¹

Spravedlnost je ctností celou, když v sobě zahrnuje ostatní ctnosti a dokáže jich využít i pro druhého. Dále chápe Aristoteles statečnost jako ctnost částečnou. Částečné ctnosti jsou všechny ctnosti popsané v předchozích kapitolách o jednotlivých ctnostech. Částečné ctnosti jsou stavy, kterými se člověk řídí sám pro sebe a pak je sám pro sebe ctnostným. Spravedlnost jako částečná ctnost je vlastní člověku, který jedná spravedlivě vůči ostatním, ale porušuje zákon. Nejde mu o zisk, ale o sebezáchovu. V rámci rozdělení na ctnost celou a částečnou Aristoteles rozlišuje spravedlnost a rovnost. Rovnost se týká práva a bezpráví, spravedlnost se zajímá o zákonnost a nezákonnost.⁸²

Spravedlnost je středností mezi dvěma extrémů bezpráví. Jeden extrém je působit bezpráví a druhý je bezpráví snášet. Nespravedlnost je tedy buď u člověka, který nabil zisku tím, že jednal bezprávně – například někomu ublížil, nebo u člověka, který ztratil zisk na tom, že mu bylo ublíženo.⁸³

Tolik k ctnostem mravním, které směřují k dosažení dobra. Ctnosti mravní jsou středností mezi dvěma špatnými vlastnostmi. Špatné vlastnosti jsou výsledkem jednání bez rozumového úsudku. Střednosti jakožto dobré vlastnosti jsou zvyky dosažené

⁷⁸ Srov. ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1128a, 1 – 1128b, 11

⁷⁹ Srov. Tamtéž. 1129a, 54 - 1129b, 1

⁸⁰ Tamtéž. 1129b, 15 - 18

⁸¹ Srov. Tamtéž. 1129b, 31 - 39

⁸² Srov. Tamtéž. 1131a, 1 - 1131b

⁸³ Srov. Tamtéž. 1133b, 41 – 1134a, 17

opakovanou činností správného, dobrého jednání a to na základě svobodné volby a rozumové úvahy. Nyní popíšu ctnosti rozumové, tedy ty, které rozvíjejí rozum samotný. Pomocí rozumových ctností duše nabývá pravdy.

1.5.11 Vědění

Vědění spočívá v tom, co je nutné a nutné je podle Aristotela i věčné. Předmětem vědění jsou věci, které nemohou být jinak. Vědění je procesem dokazování, na jehož konci dojdeme k soudu. Pokud by člověk znal jen soud bez počátku procesu, bude jeho vědění jen nahodilé.⁸⁴

1.5.12 Umění

Umění je tvořivým stavem, který člověk ovládá rozumem. Umění se nezabývá nutnými věci jako rozum. Umění je ale závislé spíše na náhodě, protože má počátek v osobě, která tvoří. Pokud člověk něco tvoří, není to nic přirozeného ani nutného, proto se umění nezabývá věcmi nutnými.⁸⁵

1.5.13 Rozumnost

Rozumnost je jinak řečeno schopností uvažovat. Rozumný člověk správně usuzuje, zda je jeho jednání dobré a prospěšné k tomu, aby měl dobrý život. Rozumní lidé vědí, co je dobré pro zdařilý život a podle toho se rozhodují v záměrných volbách k dobru.⁸⁶

1.5.14 Rozumění

V jiném překladu je také možné nazývat tuto ctnost chápání principů. Předmětem rozumění je dosažení pravdy ve věcech, které se mohou a nemusí měnit. Vědění ale má vždy počátek – princip. Chápání těchto principů je rozuměním. Tato forma chápání, tedy chápání principů, je nejvyšší formou, protože pro principy nejsou důvody, které by bylo třeba chápat.⁸⁷

1.5.15 Moudrost

Moudrost je jak rozuměním, tak i věděním. Zároveň se moudrost vyznačuje věděním věcí, které jsou hodnotné. Moudrý člověk je na rozdíl od rozumného objektivní. Rozumnost hledá to nejlepší pro sebe, moudrost je zde pro všechny lidi stejně.⁸⁸

⁸⁴ Srov. Aristoteles. *Etika Nikomachova*. 1139b, 19 - 44

⁸⁵ Srov. Tamtéž. 1139b, 44 – 1140a, 28

⁸⁶ Srov. Tamtéž. 1140a, 29 – 1142a, 26

⁸⁷ Srov. Tamtéž. 1142a, 27

⁸⁸ Srov. Tamtéž. 1141a, 11 – 1141b, 14

Tolik k Aristotelovým ctnostem a nyní pojednám o přátelství ve vztahu k eudaimonia.

1.6 PŘÁTELSTVÍ

Přátelé jsou podle Aristotela největšími vnějšími dobroty člověka. „*Za přítele se totiž pokládá ten, kdo chce a koná skutečné nebo zdánlivé dobro k vůli druhému, anebo ten, kdo chce, aby byl a žil kvůli němu.*“⁸⁹ Přátelé jsou velmi podobni matkám. Přátelé stojí při sobě v dobrém i ve zlém a to, i když se navzájem pohádají, stejně tak to matky mají se svými dětmi.⁹⁰

Člověk byl prý narozen pro to, aby žil ve společenství lidí. Blažený člověk tedy nemůže být samotář. O co více jsou pak nejnütnější přátelé pro člověka, který se zrovna nachází v nějakém neštěstí. Takový člověk potřebuje přátele užitečné, protože mu dokážou pomoci. Ve chvíli, kdy už člověk není nešťastný, hledá dobré lidi, s nimiž navazuje přátelství. Pokud se přítelem stane člověk dobrý, bude ho v jeho přítomnosti obklopotovat dobrým jednáním a navzájem se budou podporovat.⁹¹

*„Lidé špatní touží po společnosti a utíkají sami před sebou; neboť v osamělosti se rozpomínají na mnohé nemilé věci a zmocňuje se jich úzkost před jinými podobnými, jsou-li však ve společnosti, zapomínají na to.“*⁹² Špatný člověk je odcizen sám před sebou především, není si sám sobě přítelem. Nemůže proto ani být v přátelství s někým jiným. Pouze ten, kdo na sobě pracuje a neutápí se jen v lítosti, ten kdo se snaží jednat ctnostně, se může stát přítelem sobě i druhému.⁹³

Upřímné přátelství je možné udržovat jen s několika málo lidmi. Není tedy pravda, že čím více přátel člověk má, tím lépe se mu vede. Přátelství potřebuje čas, přátelům je třeba se věnovat a to člověk nemůže ve svém krátkém životě stihnout s mnoha lidmi. V případě, že má člověk mnoho přátel, má nejspíše přátele na povrchní úrovni. Pro to

⁸⁹ ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1166a, 4 - 6

⁹⁰ Srov. Tamtéž. 1166a, 4 - 11

⁹¹ Srov. Tamtéž. 1169b, 3 - 1170a, 6

⁹² Tamtéž. 1166b, 16 - 20

⁹³ Tamtéž. 1166b, 16 - 34

Aristoteles argumentuje tak, že člověk, který svěřuje důvěrné detaily s mnoha lidmi, není patrně pravým přítelem nikomu z nich, ale je jen přítelem „na oko.“⁹⁴

Tolik k Aristotelově etické nauce o blaženosti. V druhé části mé práce teď představím koncept pozitivní psychologie.

⁹⁴ Srov. ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 1171a, 1 - 30

DRUHÁ ČÁST PRÁCE

2 POZITIVNÍ PSYCHOLOGIE

Pozitivní psychologie je psychologické odvětví, které se věnuje, jak již název napovídá, lidskými dobrými vlastnostmi. Vznikla jako reakce na všeobecně negativisticky zaměřenou vědeckou i teoretickou situaci v psychologii, ve které šlo především o klasifikování nemocí.⁹⁵ Zdá se, že psychologie, kterou pozitivní psychologové kritizují, se snaží o odstranění defektů psychiky. Nesnaží se ale už o to, jak vést dobrý život.

Pozitivní psychologie jako psychologické hnutí se zrodilo společně s prvními představiteli. Mezi prvními byli tito lidé se svými výzkumy: „*osobní pohody* (Diener a kol., 1999), *optimismu* (Seligman, 1991; Peterson, 1991), *motivace* (Ryan, Deci, 1985), *kreativity* (Csikszentmihalyi, 1996) a *pozitivních emocí* (Isen, 1993).“⁹⁶ Oficiální vznik se datuje k roku 1999, kdy Martin Seligman jakožto prezident Americké psychologické společnosti vyzval ke zkoumání pozitivní stránky života.⁹⁷ Koncept pozitivní psychologie však není zcela nový. Jedním z prvních, kdo se zabýval otázkou štěstí a šťastného života byl právě Aristoteles.⁹⁸

2.1 FLOW

Mihaly Csikszentmihalyi je maďarský psycholog. Emigroval do USA, kde vedl katedru psychologie na Univerzitě v Chicagu. Nyní pracuje na Claremont Graduate University. Tam je také ředitelem Quality of Life Research Center.⁹⁹

Csikszentmihalyi popisuje symbolické cíle – bohatství, postavení a moc se údajně staly v naší kultuře silnými symboly. Snahou o dosažení těchto vnějších cílů se člověk vyčerpává, obětovává tomuto své úsilí a na oplátku čeká, že tyto cíle zlepší jeho život. Člověk prý očekává štěstí ve chvíli, kdy dosáhne některých z těchto společensky

⁹⁵ Srov. SLEZÁČKOVÁ, A. *Průvodce pozitivní psychologií*. Strana 11.

⁹⁶ Tamtéž. Strana 12 - 13

⁹⁷ Srov. Tamtéž. Strana 13

⁹⁸ Srov. CSIKSZENTMIHALYI, M. *Flow. O štěstí a smyslu života*. Strana 11.

⁹⁹ Mihaly Csikszentmihalyi. Ted Talks. <Online> Dostupné na: https://www.ted.com/speakers/mihaly_csikszentmihalyi. Citováno 24.3.2016.

uznávaných cílů. Csikszentmihalyi ale tvrdí, že tyto cíle jsou jen symboly, které odpoutávají pozornost od reality.¹⁰⁰ „*A realita je taková, že kvalita života nezávisí přímo na tom, co si o nás myslí jiní lidé nebo co vlastníme. Na čem nejvíce záleží, je spíš to, jaký pocit máme z vlastní osoby a z toho, co se s námi v životě děje. Aby si člověk zlepšil život, musí spíše zlepšit kvalitu svého prožívání.*“¹⁰¹ Dalšími takovými cíli jsou prožitky, které člověka uspokojují, ale nepřinášejí mu radost. Radost se dostavuje ve chvíli, kdy k nějakému prožitku vynaloží dostatečnou pozornost. Skrze prožitky neroste jeho já. To Csikszentmihalyi vysvětluje na příkladě dětí. Mnohdy má člověk pocit, že jako dítě byl šťastný a že tento pocit už je ztracený. To je dáno tím, že se vstupem do školy a dospěním do adolescence se spokojil s úzkými hranicemi jeho já. Do té doby byl jakýmsi „strojem na poznávání“ a s každým radostným prožitkem jeho já rostlo. Nyní má však člověk pocit, že učení je pro něj břemeno a od dalšího poznávání ho odrazuje snižující se míra ocenění přijímaná od okolí.¹⁰²

Csikszentmihalyi ve své knize Flow vysvětluje, jak došel k tomu, co je pro něj štěstí. Říká, že štěstí není něčím, co by člověka jen potkalo jakousi náhodou. Není to sláva, bohatství ani moc. Štěstí je prý stav, který se musí kultivovat a každý člověk ho musí chránit, pokud si ho chce udržet. Jde o to, aby se člověk naučil ovládat své prožívání, pak už je jednodušší určovat, co je pro koho štěstím. Na tomto základě vypracoval svou teorii o flow – plynutí. Flow je stav, ve kterém se člověk soustředí jen na to, co dělá a nic jiného ho netrápí, protože to v tu chvíli ztrácí jakoukoliv důležitost.¹⁰³ Flow lze definovat jako stav optimálního prožívání. Vše, co člověk dělá, se shoduje s jeho cíli. Csikszentmihalyi říká, že ve stavu flow může psychická energie proudit bez námahy. Tvrdí, že k dosažení cílů je třeba, aby člověk vyvinul určitou dávku energie. Flow je stav, který neubírá lidskou energii na zbytečné okolnosti, které jinak brzdí vývoj jedince. Jelikož je to tedy stav, který pomáhá k dosažení cílů, člověk se cítí lépe, vše mu snadno vychází a to ho dělá šťastným.¹⁰⁴

¹⁰⁰ Srov. CSIKSZENTMIHALYI, M. *Flow*. Strany 60 - 61

¹⁰¹ Tamtéž. Strana 60.

¹⁰² Srov. Tamtéž. Strany 62 - 63

¹⁰³ Srov. Tamtéž. Strany 12 -14.

¹⁰⁴ Srov. Tamtéž. Strany 54 – 55.

2.2 SELIGMANOVA POZITIVNÍ PSYCHOLOGIE

Martin E. P. Seligman je americký profesor psychologie. Narodil se roku 1942 ve státě New York. Je současným ředitelem Centra pro pozitivní psychologii na Pensylvánské univerzitě, mimo další jiné posty byl také prezidentem Americké Psychologické asociace v roce 1998. Jeho publikace se soustředí na pozitivní psychologii, naučenou bezmocnost, depresi, optimismus a pesimismus.¹⁰⁵

Seligmanova prvotní motivace k psychologii byla ulevit lidem od trápení a zvýšit kvalitu života.¹⁰⁶ Seligman v přednášce pro TED vysvětluje, jak psychologie fungovala v modelech nemocí po více než 60 let. Psychologie jako věda zjišťovala, co je s člověkem špatně a nějakým způsobem se pokouší o změnu. Před 60-ti lety žádná z odhalených poruch nebyla léčitelná, v současnosti je jich 14 léčitelných a dvě z nich skutečně vyléčitelné. Během tohoto času se nemoci začaly klasifikovat, dlouhodobě se sledovali pacienti pro účel zkoumání korelace s mateřstvím a genetikou. Na tomto základě se také v posledních 50-ti letech začaly vyvíjet léky a psychologická léčba. Závěrem tvrdí, že psychologie a také psychiatrie je ve výsledku tohoto procesu schopná udělat z utrápených lidí lidi méně utrápené. Toto Seligman považuje za ohromnou věc, existují ale podle něj tři neblahé důsledky tohoto počínání, které dobré nejsou. Prvním takovým důsledkem je důsledek morální. Ten spočívá v opomenutí zodpovědnosti jedince za své jednání, kterému předchází svobodné rozhodnutí. Na lidskou přirozenost se začalo pohlížet jako má anebo nemá problém a z toho vyplývající je s ním něco špatně nebo ne – tedy začalo se na pacienty pohlížet skrze jejich diagnózu. Druhým důsledkem je pak zaměření psychologie pouze na nemocné a na ostatní běžné lidi se opomenulo. Psychologie se začala zaměřovat jen na lidi s problémem. Problém zapadal do určité klasifikace. Šťastnost a spokojenost ostatních běžných lidí nikdo neřešil. Třetím důsledkem je pak celková negativita psychologie. Zatím se jen napravovaly škody a problémy, nebyl zde pozitivní zásah do lidského života. Tyto důsledky dobré rozhodně nejsou. Z těchto důvodů začal pracovat na konceptu pozitivní psychologie. Seligman není jediný, kdo se touto problematikou zabývá, mezi další uvádí Nancy Etcoff, Dan Gilbert, Mike Csikszentmihalyi. Pozitivní psychologie podle Seligmana má tyto následující cíle. Měla by se zabývat lidskou silou stejně jakou lidskou slabostí, tedy

¹⁰⁵ *Martin E.P. Seligman*. In: American Psychological association website. <Online> Dostupné na <http://www.apa.org/about/governance/president/bio-seligman-martin.aspx>. Citováno 28.2.2016.

¹⁰⁶ SELIGMAN, M. E. P. *Flourish*. Strana 55.

nejen napravováním problémů, ale také budováním silných vlastností. Budování síly by se mělo stavět na nejlepších věcech v jedincově životě. Také by se taková pozitivní psychologie měla zabývat tím, aby životy běžných a zdravých lidí byly naplňující, a pak by se měla zabývat génii a starat se o velké talenty.¹⁰⁷

Seligman sám definuje pozitivní psychologii jako vědu o tom, co dává životu cenu. Vytvořil klasifikaci silných stránek a dobrých vlastností a to na základě celoživotní spolupráce s nešťastnými lidmi. Zjistil, že to, čím se šťastní lidé liší od těch nešťastných, není nějaké vnější dobro, ale to, že jsou to lidé extrémně společenší. Seligman rozlišuje tři druhy šťastného života. „*První šťastný život je příjemný život. Je to život, ve kterém máte tolik pozitivních emocí, kolik jen můžete, a schopnosti k tomu je umocnit. Druhý je život v závazku - život ve vaší práci, vaše rodičovství, vaše láska, vaše volno, čas se pro vás zastavuje. To je to, o čem mluvil Aristoteles. A třetí, smysluplný život.*“¹⁰⁸ Seligman argumentuje pro smysluplný život jako o nejlepším ze šťastných životů. Pokud se člověk snaží jen o dosažení rozkoší, zůstane s rozkoší, ale jeho život tím nezíská na spokojenosti. Život v závazku je silný a život smysluplný je logicky stavěn nejvýše. Člověk, který žije v závazku a zároveň vede smysluplný život, pak rozkoše jsou jen třešničkou na dortu.¹⁰⁹

Martin Seligman pak v souvislosti s tím, co bylo výše řečeno, mluví o eudaimonním proudění. Komentuje tak Csikszentmihalyiho koncept flow. Flow prý není jen čistě radostný stav, který by člověk pociťoval při zažívání nějakých radostí. Seligman upozorňuje na fakt, že v běžné řeči přikládáme slovo štěstí a spojujeme ho většinou se zážitky, které jsou nám příjemné. Je to vidět například ve větách “Jsem tak šťastný, že už jsem doma.” “Ve své práci jsem šťastný.” “Jsem tak šťastný, že tě mám.” Takový typ štěstí je závislý na pravidelném příjmu příjemných událostí, které pociťujeme jako dobré.¹¹⁰ Naopak při flow – tedy proudění, nelze nic cítit. Pro člověka se zastavuje čas, ponoří se do proudu soustředění a plyne tak, jako plyne hudba. Tento zážitek naprostého soustředění je podle Seligmana to, co znamená dobrý život.¹¹¹

¹⁰⁷ Srov. *Martin Seligman o pozitivní psychologii*. In TED Talks. <Online> Citováno 23.3.2016. Dostupné na: https://www.ted.com/talks/martin_seligman_on_the_state_of_psychology?language=cs.

¹⁰⁸ Srov. Tamtéž.

¹⁰⁹ Srov. Tamtéž.

¹¹⁰ FRANKLIN, S. S. *The Psychology of Happiness*. Strana 2

¹¹¹ Srov. *Martin Seligman o pozitivní psychologii*. In TED Talks. <Online> Citováno 23.3.2016. Dostupné na: https://www.ted.com/talks/martin_seligman_on_the_state_of_psychology?language=cs.

K tomu, aby člověk mohl dosáhnout takového stavu proudění, musí najít své největší přednosti. Test k nalezení svých předností Seligman dává k dispozici online.¹¹² Po nalezení svých silných stránek je třeba, aby každý změnil svůj život takovým způsobem, aby své přednosti mohl co nejvíce rozvinout. Je třeba přehodnotit přístup k práci, k partnerským vztahům, prostoru, přátelstvím a podobně. Eudaimonní proud je podle Seligmána blaženost, která vzniká z dobrého jednání. Změnou přístupu k určité aktivitě, se člověku otevřou nové dveře k zaujetí pro předtím nezajímavou činnost. Nepřichází okamžité pozitivní emoce, ale spokojenost. Pokud pak člověk využije své přednosti ke službám něčeho většího, než je on sám, získává onen třetí rozměr štěstí – smysluplný šťastný život.¹¹³

2.2.1 Character Strengths and Virtues

Seligman napsal společně s Christopherem Petersonem na téma pozitivní psychologie jednu celou knihu s názvem „Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification,“ kde rozebírají jednotlivé silné stránky a ctnosti. Za základní ctnosti považují statečnost, spravedlnost, lidskost (humanita), uměřenost, moudrost a vztah k něčemu, co člověka přesahuje a udává smysl života – transcendence.¹¹⁴

2.2.1.1 Statečnost

Pozitivní psychologie ke statečnosti dodává, že se netýká jen činností, které může člověk vidět zvnějšku, ale týká se také kognitivních procesů, emocí, motivace a rozhodnutí, které je zapřičiňují. Statečnost se projevuje v jednání správným způsobem a to i přes to, že člověk má mnoho, co ztratit a to v ohledu fyzickém nebo psychickém.¹¹⁵

2.2.1.2 Spravedlnost

Spravedlnost je ctnost, která udržuje život člověka v rovnoprávnosti, v rovnosti s ostatními. Příklady spravedlnosti jsou férovost, vůdcovství, občanství a týmová práce.¹¹⁶

¹¹² Testy jsou dostupné online přes stránky Univerzity v Pensylvánii a to na adrese: <https://www.authentic happiness.sas.upenn.edu>.

¹¹³ Srov. *Martin Seligman o pozitivní psychologii*. In TED Talks. <Online> Citováno 23.3.2016. Dostupné na: https://www.ted.com/talks/martin_seligman_on_the_state_of_psychology?language=cs.

¹¹⁴ Srov. SELIGMAN, M. E. P., PETERSON, C. *Character Strengths and Virtues*. Strany 35 – 40.

¹¹⁵ Srov. Tamtéž. Strana 36.

¹¹⁶ Srov. Tamtéž. Strany 36 - 37

2.2.1.3 Lidskost

Lidskost je ctnost, která v sobě zahrnuje charakterové vlastnosti vztahující se k druhému člověku – mezilidské ctnosti. Rozdíl mezi lidskostí a spravedlností je v tom, že lidskost se neopírá jen o to, co je fair. Spravedlnosti by stačila výměna, lidskost ukazuje větší štědrost. Laskavosti a vlídnosti mnohdy nejde ani oplatit a z hlediska spravedlnosti by pak vznikla nerovná situace. Lidskost je vedená jako altruistické nebo pro-sociální chování. Bez ohledu na to, z jakých důvodů se člověk chová altruisticky, často je ochoten chovat se velkomyslně, přátelsky a štědře. Tyto vlastnosti jsou společensky ceněny vysoko a pozvedají ty, kdo je zažívají.¹¹⁷

2.2.1.4 Uměřenost

Uměřenost je ctností kontroly nad přebytečností. Obvykle je spojována s prožitky – jídlo, pití, kouření, sex. Uměřenost se v psychologických pojmech překládá jako self-efficacy (vnímání vlastní účinnosti) a self-regulation (autoregulace). Tyto pojmy sledují a řídí emoce, motivaci a chování člověka, ve chvílích bez vnější pomoci. Nejde o to, že uměřenost by byla sama skvělá, ale že neuměřenost je nezdravá. Hlavními vlastnostmi, které využívá uměřenost, jsou skromnost a prozíravost.¹¹⁸

2.2.1.5 Transcendence

Transcendence je Seligmanem a Petersonem široce definována jako spojení s něčím vyšším. Je to přesvědčení, že existuje cíl nebo smysl větší, než je člověk sám. V tomto smyslu je transcendence opačná k nihilismu, tedy nauce o tom, že život nemá žádný smysl. Transcendence musí být něco posvátného, ale nemusí to být něco božského. Je to něco, co člověka inspiruje, může to být naděje nebo vděčnost. Je to cokoliv, co sráží lidské každodenní starosti na minimální hodnotu a naše já vypadá v porovnání s tímto velmi malé.¹¹⁹

2.2.1.6 Moudrost

Moudrost není srovnatelná s inteligencí, která je měřitelná jako IQ. Není zredukovatelná na počet přečtených knih, počet navštívených přednášek nebo množství zapamatovaných faktů. Moudrost má něco společného s prožitým utrpením. Moudrý člověk vychází z těžkých situací jako lepší, než byl předtím, a zároveň je schopen sdílet

¹¹⁷ Srov. SELIGMAN, M. E. P., PETERSON, C. *Character Strengths and Virtues*. Strany 37 – 38.

¹¹⁸ Srov. Tamtéž. Strana 38.

¹¹⁹ Srov. Tamtéž. Strany 38 – 39.

s ostatními to, co se naučil. Silné stránky moudrosti se projevují jako kreativita, zvědavost, rozumový úsudek a perspektiva.¹²⁰

V poslední části mé práce shrnu to, co bylo výše řečeno a provedu komparaci těchto dvou koncepcí. Koncepci eudaimonia a koncepci dobrého neboli zdařilého života pozitivní psychologie.

¹²⁰ Srov. SELIGMAN, M. E. P., PETERSON, C. *Character Strengths and Virtues*. Strany 39 – 40.

TŘETÍ ČÁST PRÁCE

3 SROVNÁNÍ

Aristoteles se v Etice Nikomachově věnuje ctnostným jednáním. Ctnosti odlišuje od jejich protiv. Protivy jsou způsoby jednání a to nesprávné, nectnostné a protiprávní. Říká, že ctnosti jsou nezbytné k dobrému jednání a dobrému životu. Ctnost statečnost příkladem umožňuje člověku jednat ve prospěch druhého - jeho spoluobčana.¹²¹ Proto také Aristoteles pokládá spravedlnost za ctnost nejdokonalejší. Ta totiž umožňuje konat dobro v polis, kde polis je základem státního uspořádání. Aristoteles se tedy zaměřuje na správné a bezproblémové soužití lidí. Život lidí je prvotně politickou záležitostí. „*Za nejlepší jsme stanovili cíl nauky politické, ta pak nejvíce pečuje o to, aby občany učinila nějakými, a to dobrými a schopnými krásných výkonů.*“¹²² Ústava - zákony jsou systémem pravidel, podle kterého by se ctností lidé měli řídit, takto právně podložené ctnostné jednání vede k dobrému blaženému životu. „*Zákony pak mluví o všem, ježto hledí k tomu, co prospívá buď všem (nebo lidem vynikajícím) nebo předním, a to buď podle ctnosti anebo podle jiné nějaké vynikající vlastnosti; a tak v jednom smyslu nazýváme spravedlivým to, co v občanském společenství působí a zachovává blaženost a její části.*“¹²³ Aristoteles se zaměřuje na správné fungování jednotlivce ve společnosti jakožto vyšším řádu. Jelikož dává za nejvyšší ctnost spravedlnost, která je spíše tématem politickým, než psychologickým, jeho etika je, jak i on sám říká, naukou politickou. Pozitivní psychologie se nemůže řadit k politické vědě, protože se nezabývá společností, ale jedincem. Ani etika by podle mého názoru neměla být politickým tématem, protože se pak může lehko stát ideologií. Pozitivní psychologie je na rozdíl od Aristotelovy etiky pouze individuálním receptem na zdařilý život.

Je zřejmé, že neexistuje jakýsi „jednotný recept na štěstí.“ Každý člověk je jiný a tím pádem každý má odlišný potenciál. Aristoteles mluví o ctnostných vlastnostech - střednostech, které si každý člověk musí sám nalézt a to podle svého rozumového úsudku. Člověk hledá svou vlastní uměřenou cestu v rámci jeho politického života. Pozitivní psychologie zase mluví o nalezení individuálních předností, které je třeba rozvíjet, aby se člověku dobře blaženě žilo v čemkoliv, co dělá. V tom jsou si tyto dva

¹²¹ Srov. ARISTOTELES. *Etika Nikomachova* 1130a, 1 – 7.

¹²² Tamtéž. 1100a.

¹²³ Tamtéž. 1129b, 17 – 23.

koncepty podobné. Oba dva hledají cestu, jak být šťastný tam, kde člověk je, nehledají cestu z daného systému ven.

Největší rozdíl, který z těchto dvou konceptů cítím, je právě v pojetí společnosti. Aristoteles uvažoval společensky - systémově, hledal cestu, jak lidé tvoří ideální společnost. Pozitivní psychologie se mi zdá v tomto opačná. Hledá způsob, jakým se jedinec stane šťastným jedincem v moderní společnosti, která je už jakákoliv.

Aristoteles pak ale tvrdí, že člověk nebude mít zdařilý život jen v závislosti na individuálním rozumově uměřeném jednání. K blaženosti se řadí také výše zmíněná vnější dobra – šťastné okolnosti jinak řečeno. Těmi jsou například zdraví, bohatství atd. Tímto se jeho etika stává etikou elity. Tedy jen některým se „poštěstí“ mít blažený život.¹²⁴ Také proto je Aristoteles větší determinista než Seligman nebo Csikszentmihalyi. Pokud je třeba určitých podmínek a vnějších dober, aby se člověk mohl stát ctnostným člověkem, a potřebuje k tomu správnou výchovu, krásu, bohatství, přátele a tak dále, nezáleží na tom, jaký přístup pak zvolí. Například otrok se může snažit jednat sebevíc ctnostně, nikdy se však blaženým nestane, je předem determinován k nezdařilému životu.¹²⁵ Pozitivní psychologie nedělá takové rozdíly mezi lidmi a řekla bych, že se tváří jako kdyby každý měl jakýsi nárok na štěstí. Podle pozitivní psychologie, tedy alespoň tak, jak ji prezentuje Seligman a Csikszentmihalyi, má každý v něčem přednost a tu by měl objevit. Pokud tu svou danou přednost objeví a rozvine ji, jeho život bude šťastný. O to více je tento pozitivní přístup znát z následující citace: *„Život mnoha lidí je narušen tragickými nehodami a i ti nejšťastnější z nás jsou vystavováni stresům nejrůznějšího druhu. Přesto ani takové rány osudu nemusí nutně znamenat méně štěstí. To, jak lidé reagují na stres, určuje, jestli budou mít ze svého neštěstí nebo utrpení užitek.“*¹²⁶

Seligman a Peterson v první části jejich knihy *Character Strengths and Virtues* uvádějí, že jejich šest základních ctností pozitivní psychologie souhlasí s tradičními hodnotovými systémy Číny (konfucianismus, taoismus), Jižní Asie (buddhismus,

¹²⁴ Srov. SPAEMANN, R. *Štěstí a vůle k dobru*. Strana 21.

¹²⁵ Otroctví je samozřejmě již dávno přežitkem, alespoň tedy v naší západní společnosti. Myslím si ale, že jako příklad je to vhodné pro porovnání. Navíc člověk nemusí být přímo otrokem, stačí, aby se narodil například nějakým způsobem postižený nebo do velmi chudé rodiny a Aristotelův pohled na něj bude stejný, tedy že bez vnějších dober nemůže být blažený.

¹²⁶ CSIKSZENTMIHALYI, M. *Flow*. Strana 17.

hinduismus) a Západu (Athénská filosofie, judaismus a křesťanství, islám), tedy včetně ctností konceptu eudaimonia.¹²⁷ Navíc zdůrazňují, že lidskost, přestože není u Aristotela vedena jako ctnost, je obsažena v jeho pojetí přátelství a štědrosti.¹²⁸ Podle pozitivních psychologů se jejich pojetí šťastného života v ctnostech neliší od Aristotelova pojetí, nadto z něj dokonce vychází. Není tedy zřejmé, zda se pozitivní psychologie s konceptem eudaimonia shoduje, protože jsou si prostě podobné, nebo zda pozitivní psychologie čistě vychází z Aristotelových ctností a právě proto jsou si tyto koncepty podobné. Seligman a Peterson tvrdí, že jejich pojetí ctností bylo třeba patřičně upravit, aby bylo mezikulturně aplikované. Aristotela příliš nezajímala uplatnitelnost jeho nauky v jiných kulturách. Jeho zájmem bylo především fungování polis a myslím, že měl na mysli řeckou polis.

Seligman se ve své pozitivní psychologii soustředí hlavně na pozitivní stránku charakteru. Aristoteles naopak obsáhl jak správné tak špatné jednání. Seligman vypracoval projekt, díky kterému skutečně ovlivňuje reálné lidi v moderní společnosti. Jeho kniha je napsaná jako příručka, testování osobnosti je volně dostupné na internetu a dokonce existuje mobilní aplikace, která zjednodušuje přístup k přednostem z telefonu. Aristoteles je vzhledem k tomu, kolik let uběhlo od jeho smrti v mnoha věcech přežitý. Jeho úvahy nad správností ctnostného jednání se však zdají být uplatnitelné i dnes.

¹²⁷ Srov. SELIGMAN, M. E. P., PETERSON, C. *Character Strengths and Virtues*. Strany 40 – 50.

¹²⁸ Srov. Tamtéž. Strana 47.

ZÁVĚR

V této práci jsem detailně rozebrala Aristotelův koncept eudaimonia. Nejprve jsem osvětlila jeho život a jeho pojetí etiky. V rámci toho jsem popsala všechny ctnosti zmíněné v Etice Nikomachově. V druhé části práce jsem shrnula koncept flow Mihaly Csikszentmihalyiho a rozvinula pojetí zdařilého života jednoho z prvních pozitivních psychologů Martina E. P. Seligmana. Seligman mimo to, že přinesl vlastní pojetí dobrého života, kladně komentuje Csikszentmihalyiho. Dospěla jsem k tomu, že tito dva pozitivní psychologové Seligman a Csikszentmihalyi jsou ve svých předpokladech na jedné straně. Ve třetí části mé práce jsem postavila Aristotela do porovnání s takto mnou vybranými autory pozitivní psychologie.

Závěry mé práce je možné se dozvědět v její třetí části. Přišla jsem především na to, že pozitivní psychologie je konceptem více individualistickým. Aristoteles se také mimo jiné zabýval politikou a jeho myšlení mířilo více na společnost než na jedince. Jinak jsem koncepty shledala podobné. Zabývají se cestou, jak se stát blaženým člověkem.

Ve chvíli, kdy jsem se tímto tématem začala zabývat, zdálo se mi toto téma ještě málo prodiskutované. Postupem času jsem nacházela různé články na porovnání filosofické etiky a pozitivní psychologie. Necítila jsem ale, že by toto téma bylo vyčerpáno. Při vlastním psaní této práce jsem se pak musela vyrovnat s několika překážkami. Musela jsem překlenout propast vlastní neodbornosti v psychologii. Proto je také znát, že druhá a třetí část práce je značně kratší a méně odborně propracovaná. Druhou bariérou byl jazyk. Ne mnoho z pozitivní psychologie bylo zatím přeloženo do českého jazyka, texty jsem proto četla v originále. Překážkou však nebyla jazyková neznalost, ale neschopnost dát koncepty do porovnání v takové míře, v jaké jsem si původně představovala. Původně jsem chtěla vypsání ctností pozitivní psychologie Character Strengths and Virtues uvést do porovnání s Aristotelovo eudaimonií. Dále Etika Nikomachova a v ní popsané ctnosti v překladu Antonína Kříže jsou přeloženy dost archaicky. V knize Character Strengths and Virtues jsou zase ctnosti vyříděny naprosto odlišným způsobem. Mají mnoho kategorií, jsou zařazeny do jiných podkategorií a celkově je jich více. Nebyla jsem s to porovnat takto odlišné koncepty v jedné takovéto práci. Taková komparace by vydala snad na práci diplomovou.

Netvrdím tedy, že jsem téma zcela vyčerpala, ba naopak. Netvrdím ani, že toto téma je úplně nové. Myslím si však, že tato práce by mohla být startem k prohloubení této problematiky a k jejímu dalšímu studiu.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

ARISTOTELES. *Etika Nikomachova*. 4., nezměn. vyd. Přeložil Antonín Kříž. Praha: Rezek, 2013. ISBN 978-80-86207-35-3.

BRUGGER, Walter a BENYOVSZKY, Ladislav. *Filosofický slovník*. 1. vyd. Praha: Naše vojsko, 1994. ISBN 80-206-0409-X.

SPAEMANN, Robert. *Štěstí a vůle k dobru: (pokus o etiku)*. Vyd. 1. Přeložil Mario Stretti. Praha: OIKOYMENH, 1998. ISBN 80-86005-70-4.

ŽÁČKOVÁ, Dana. *Etika v dějinách filozofie*. Vyd. 1. Praha: Vysoká škola J.A. Komenského, 2004. ISBN 80-86723-06-2.

ANZENBACHER, Arno a Karel ŠPRUNK. *Úvod do filozofie*. 2. přeprac. vyd., V Portále 1. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-804-X.

STÖRIG, Hans Joachim a Petr REZEK. *Malé dějiny filozofie*. Dotisk 5. vyd. Přeložil Karel Šprunk. Praha: Zvon, 1996. ISBN 80-7113-175-X.

KENNY, Anthony John Patrick. *Aristotle on the perfect life*. Oxford: The Clarendon Press, 2002. ISBN 0-19-823603-4.

SINGER, Peter. *A companion to ethics*. 1st pub., repr. Malden, MA: Blackwell, 2004. ISBN 0-631-18785-5.

Kolektiv autorů. *Rozum, ctnosti a duše*. Vyd. 1. Praha: OIKOYMENH, 2010. ISBN 978-80-7298-457-2.

MARITAIN, Jacques a Karel ŠPRUNK. *Úvod do filozofie*. Praha: Katedra filosofie KTF UK v Praze, 1994.

SLEZÁČKOVÁ, Alena. *Průvodce pozitivní psychologií: nové přístupy, aktuální poznatky, praktické aplikace*. Vydání 1. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-3507-8.

SELIGMAN, Martin E. P. *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Atria Books, 2012. ISBN 978-1439190760.

SELIGMAN, Martin. E. P., PETERSON, C. *Character Strengths and Virtues. A Handbook and Classification*. Oxford: Oxford University Press, 2004. ISBN 0-19-516701-5.

LEE, E., CAREY, T. *Eudaimonic Well-Being as a Core Concept of Positive Functioning*. In: Note pad: Notes d'idées. Victoria: University of Victoria, 2013. Dostupné na: http://www.cpa.ca/docs/File/Students/MindPad/articles/v3.1-17_Lee.pdf.

FRANKLIN, Samuel. S. *The Psychology of Happiness. A good human life*. California State University, Fresno. Cambridge: Cambridge University Press, 2010. ISBN-13 978-0-511-63150-4.

ABSTRAKT

HAVLOVÁ, E. *Srovnání Aristotelovy koncepce eudaimonia a koncepcí zdařilého života v pozitivní psychologii*. České Budějovice. 2016. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra filozofie a religionistiky. Vedoucí práce Tomáš Machula.

Klíčová slova: filosofická etika, Aristoteles, eudaimonia, blaženost, zdařilý život, štěstí, pozitivní psychologie, flow, Seligman, Csikszentmihalyi.

Práce se zabývá koncepty zdařilého života. Zdařilý život lze také chápat jako život šťastný anebo blažený. Tato práce je rozdělena do tří částí. První část popisuje koncepci eudaimonia filosofa Aristotela, popsanou v jeho knize *Etika Nikomachova*. Druhá část popisuje koncepci zdařilého života Martina E. P. Seligmana a koncept flow Mihaly Csikszentmihalyiho. Třetí část srovnává koncepty popsané v předchozích dvou částech. Cílem této práce tedy je objasnění problematiky eudaimonia, Aristotelovo blaženosti. Dále uvedení do problematiky pozitivní psychologie Martina Seligmana, srovnání Aristotelovo konceptu eudaimonia se Seligmanovo a Csikszentmihalyiho pozitivní psychologií.

ABSTRACT

Comparison of Aristotle's eudaimonia with conceptions of good life in positive psychology.

Key words: philosophical ethics, Aristotle, eudaimonia, good life, happiness, positive psychology, flow, Seligman, Csikszentmihalyi.

This thesis deals with concepts of good life. Good life could be comprehended as happy life or eudaimonic life. It is divided into three parts. First part is about philosopher Aristotle's concept eudaimonia. I worked with his book *Nicomachean Ethics* translated to czech language by Antonín Kříž. Second part describes conception of good life of Martin E. P. Seligman and Mihaly Csikszentmihalyi's conception flow. Third part compares conceptions described in the previous parts. Goals of this thesis are to explain the concept of Aristotle's eudaimonia. Then to explain some basic points in positive psychology, then to compare Aristotle's concept of eudaimonia with Seligman's and Csikszentmihalyi's concept of positive psychology.