

Praktické důsledky výzkumu salutogeneze

MICHAELA GLÖCKLER

Salutogeneze je pojem, který se snaží popsat nejen původ zdraví, nýbrž i pramen naší životní radosti. Poukazuje na to, proč má vůbec smysl tento život žít. Zdravím rozumíme duchovní, duševní a tělesnou svěžest a činnost. Otázka po tom, kde nalezneme pramen zdraví v sobě, proto skrývá i otázku: Jak se dostanu ke svému nejvladnějšímu pochopení života, ke své životní jistotě? Salutogeneze se tak ve svých praktických důsledcích může stát nástrojem, který nám pomůže žít životu přiměřeným způsobem, podporovat ho a sloužit mu.

Pochopit zdraví a nemoc

Nemoc a uzdravení

Nejprve je třeba vyjasnit nedorozumění, že nemoc a zdraví jsou v rozporu. Opakem nemoci je uzdravení, a nikoli zdraví. Jsem-li nemocen, pak jsem v své životní skutečnosti tělesně a (nebo) duševně a duchovně omezen. Nejsen již s to si sám pomoci a pomoc potřebuji. Tuto pomoc pak prožiji jako podporu procesu uzdravení, který potřebuji. Je možno říci, že nemoc a uzdravení jsou dva extrémní póly: vypadnutí z proudu života a návrat do něj. Zdraví oproti tomu leží mezi těmito dvěma póly. Proto se může i člověk, který při automobilové nehodě přišel o obě nohy, cítit po uzdravení ran opět „zdravý“.

Tím je jasně řečeno, že zdraví je výsostně individuální a že o něm rozhoduje jen konkrétní člověk, a ne společenská norma či definice WHO.

Dobrym příkladem nám může být Christian Morgenstern. Byl smrtelně nemocen - mnoho let trpěl plicní tuberkulózou a byl na sklonku života upoután na lůžko a odkázán na cizí pomoc. V této situaci mu napsala dopis jedna žena, nadšená čtenářka jeho děl. Psala, jak moc je jí líto, že její milovaný básník musí tolik trpět. Morgenstern jí odpověděl: „Jsem zcela zdrav. Nedělejte si o mne prosím žádnou starost.“

Na takovém příkladu je vidět, že vůle k životu dokáže těžkou plicní tuberkulózu i jiné velké životní problémy uchopit tak, že život zůstane i přesto smysluplný, radostný a v takto vymezeném prostoru i žitelný. To je zdraví! Zdraví není nepřítomnost nemoci, zdraví není ani nepřítomnost uzdravení, zdraví je střední prostor, je každodenním zápasem a přemáháním malých a větších stresových situací, náchylností k nemocem, mrzutostí a frustrací. Každý den má své vlastní zdraví, protože každý den má své vlastní úsilí, své vlastní trápení, svůj vlastní stres - a doufejme, že také své menší i větší radosti a události, za které můžeme být vděční. Kdo se chce vyhnout nemoci, chce se - takto viděno vyhnout životu. Nemohu žít zdravě, pokud se chci mrzutostí a strachům vyhnout, protože zdraví je schopnost vypořádat se s problémy smysluplně, tak, že splní své poslání a nakonec povedou k posílení, a ne k oslabení.

Nové porozumění zdraví

Jako první praktický důsledek výzkumu salutogeneze musí být tedy vypracováno nové pochopení zdraví: nedívat se na zdraví jako na něco trvale daného, jako na stav hodný zachování, nýbrž jako na výsledek neustálé, aktivní, samostatně řízené práce, kterou překonáváme celou řadu náchylností k nemocem a jiné stresové faktory. Jde na jedné straně o nevědomou práci odehrávající se na fyziologicky-imunologické úrovni. Na druhé straně o duševně vědomou, duchovně vysoce aktivní práci na zdraví. Bez této práce, bez tohoto školení, bez této vnitřní aktivity je zdraví nemyslitelné a neudržitelné.

Pokud člověk nechce tuto práci vykonat, pak mu víceméně nezbude nic jiného, než přenést odpovědnost za svůj život na politiky, stát, zaměstnavatele a nebo hlavu rodiny. Tím se ovšem dostává do situace, kdy o něm rozhoduje někdo jiný, a žije tak podle patogenetického, tedy nemoc způsobujícího modelu, ve kterém má člověk stále před očima toho, kdo je odpovědný za jeho problémy, tedy „viníka"! Člověk pak potřebuje někoho, kdo má odpovědnost, nebo koho je možno požádat o pomoc či podporu. To je forma života, která nepodporuje vlastní vývoj, nýbrž oslabuje a nakonec vede k závislosti a nemoci.

Možnosti vývoje

Druhý praktický důsledek koncepce salutogeneze zní: Pochopit, že člověk má možnost vývoje. Pokud Antonovsky říká, že ten, kdo do svých dvaceti pěti let nevyvinul dostatek koherentních pocitů, už je vyvinout nemůže, a proto zůstane po zbytek svého života náchylný k nemocem, pak to není žádná radostná perspektiva. Může ale intenzivně pobídnout k tomu, aby se člověk učebními a vývojovými procesy pokusil vytvořit to, co biografickými okolnostmi, výchovou a prostředím dosud nebylo možné. Dokud je člověk v nejniternějším jádru své osobnosti otevřený a dosažitelný, dokud je ještě schopen vzdorovat a sebe sama uchopit do vlastních rukou, je vývoj stále možný, jednoduše proto, protože chci, a přesto dokážu říci životu ano.

Zde se klade rozhodující otázka po smyslu vývoje, po jeho cíli. K čemu směřuje? Pro koho nebo pro co jsem ochoten se celý život namáhat a každý den zápasit o ten kousek zdraví, který je v tento den možno vydobýt? Jak často jsem při studiu medicíny na jednotce intenzivní péče zažila, že mi nějaký starší člověk řekl: „Ach, proč se se mnou tak namáháte? To už přece nemá smysl. Vždyť už tu za chvíli stejně nebudu. K čemu tedy všechna ta námaha?" Často to trvalo řadu dní, než se nám podařilo takovému staršímu člověku vysvětlit, jak je důležité prodloužit život, byť jen o jediný den. Průběh dne od rána do večera je jako malý průběh života, ve kterém se člověk ráno znovuzrodí, a má před sebou den, ve kterém se může ještě jednou pokusit stát se skutečně člověkem a snažit se vypořádat o něco vědoměji se sebou samým, se světem kolem sebe a se samotným životem.

Kdo může tvrdit, že teprve mnoho let života nebo určitý věk činí život naplněným? Jsem naprosto přesvědčena, že by se pozemský život vyplatil již tehdy, pokud by znamenal jeden jediný den žitý od rána do večera vědomě a s radostí - prodchnutý živým zájmem o svět, lidi a osobní zájmy, které v tomto kontextu dávají smysl. Každá hodina, ve které jde o vývoj lidství, má smysl. I když leží člověk v komatu - již jen v živoucí přimknutí ke světu, bez vědomí sebe sama a tím i bez sebeovládání - je to pro žitou skutečnost jeho biografie důležité. Protože nejde jen o to, co sami děláme, nýbrž také o to, co na nás a s námi ostatní prožívají a co pro nás

a s námi dělají. Bez odevzdání se a závislosti se některé ctnosti, jako je vděčnost, pokora, soucit a vůle k pomoci, nemohou vyvinout. Přitom je potřeba se dočasně vzdát některých možností sebeuskutečnění.

Myšlení - nadsmyslová síla

Proč můžeme my lidé říci, že život má smysl a cíl? Pokud tuto otázku přijmeme a zamyslíme se nad ní, pak si můžeme uvědomit, že nemáme jen pomíjivé tělo, nýbrž že skrze ně prožíváme svou duši a své já - jádro naší osobnosti, naší vyšší bytosti. Tím se ale dostáváme na pole myšlenkového sebezprožívání, které je nezávislé na smyslovém pozorování.

Jen to, co dělá člověk viditelně, je přístupno smyslům, ne však jeho vnitřní důvody, pro které jedná takto a ne jinak. Důvod jednání někoho jiného mohu zvědět jen tehdy, když mi jej sdělí, ale i pak vím jen to, co mi řekl, a pravděpodobně ne ty nejhlubší důvody, které jsou skryty v jeho myšlení, v jeho nejnítěrnější motivaci. To znamená, že pokud chceme sestoupit k nejhlubším základům své bytosti, potřebujeme své myšlení, svou sílu úsudku. Zde potřebujeme tuto čistě nadsmyslovou sílu, abychom došli k nějakému poznání. Skutečnost této oblasti se otevírá myšlením. Jen myšlením mohu uchopit podstatu myšlení - tím, že stejné rozpozná stejné. Uchopení smyslového světa potřebuje smysly. Uchopení duchovní skutečnosti vyžaduje rozvinutí spirituálních silv člověku, především myšlení, protože jen v něm je rozpoznávající člověk zcela bdělý a „přítomný“.

Vývoj a znovuvtělení

Bez toho, abychom se dostali na onu duchovní úroveň, na které se nám odhalí duchovní podstata myšlení a kde ji také můžeme prozkoumat, není možno pochopit hlubší smysl života a vývoje.

Čím blíže se myšlením a vlastním duchovním úsilím přiblížíme ke své nejnítěrnější bytosti, svému já, tím jasněji rozpoznáme nedostatečnost jeho přítomných projevů, jinými slovy, stav jeho vývoje se všemi jednostrannostmi a chybami. Již sama skutečnost, že jsme narozeni v ženském nebo v mužském těle, znamená zkušenostní jednostrannost volající po doplnění. Jednostrannost vlastní konstituce je třeba vyrovnat. Například v boji s vrozenou nemocí získáváme síly - snášenlivost, toleranci, naději a nezávislost - které bychom bez ní neměli. Jako někdo, kdo je vždy plný sil a zdraví, můžeme leccos potlačit a plně se identifikovat a věnovat se určitým úkolům. Skrze nemoc můžeme rozpoznat, jak jednostranní jsme a kolik nám chybí životních zkušeností, abychom byli skutečně v plném smyslu lidmi. Čím zřetelněji rozpoznáme nutnost vyrovnávat jednostrannosti, tím více se přiblížíme k myšlenice znovuvtělování, protože za jeden život se to všechno nedá zvládnout. J. W. Goethe řekl na sklonku svého života svému písaři Eckermannovi, že ví o leccems, co by stálo za znovuvtělení. A paní von Stein dokonce napsal, jak moc si přeje znovuvtělení spolu s ní, „aby pak jen milovat musel“.

V okamžiku, kdy je pochopena myšlenka vývoje, stává se znovuvtělení samozřejmostí. Německé a středoevropské duchovní dějiny to dokládají celou řadou příkladů. Emil Bock o tom napsal zajímavou knihu „Opětovné pozemské životy“.

Jak snadno se říká, že svět musí být pochopitelný, smysluplný, uchopitelný, nebo že já musím mít životní cíle a pak budu zdravý. Jak se to ale stane skutečně

prakticky? Jak se naučím rozumět světu, chápat sebe sama? Jak se naučím pracovat ve světě tak, aby to mělo smysl? A jak se naučím sebe sama a svou práci zvládat tak, že se stane skutečně příspěvkem pro život a pro další vývoj? To jsou obrovské výzvy, úkoly a pracovní programy.

V okamžiku, kdy před sebou spatříme tuto dalekou vývojovou perspektivu mnoha pozemských životů, vidíme, že musíme najít odvahu samostatně myslet a uchopit vlastní život jako své osobní dobrodružství, za které neseme plnou odpovědnost.

Musíme si stanovit cíle, kterých chceme dnes, zítra, v budoucnosti dosáhnout. K tomu ale potřebujeme mít schopnost o cíli vývoje přemýšlet. Teprve pak můžeme svůj život uspořádat tak, abychom tohoto cíle krok za krokem dosáhli a po cestě se naučili jedno či druhé uspořádat tak, že se nám cesta stane schůdnou.

Myšlení a víra

S následováním životních cílů, které si stanovíme, se ovšem pojí ještě něco dalšího. Výzkum salutogeneze ukazuje, že spiritualita a zbožnost jsou nejsilnějšími prameny síly a zdrojem obranyschopnosti. Proto je třeba se ptát, zda máme víru v Boha a tím dar mocného zásobníku sil? Je možné si víru vydobýt? Co je s těmi, kteří ji nemají? Jaký je vztah mezi poznáním a vírou? Smysl celé této oblasti je zřetelný poměrně rychle, mnohem těžší je porozumět jí a smysluplně ji uchopit.

V okamžiku, ve kterém pochopím, že musím myslet, abych dosáhl stanovených cílů, stojím vlastně již na prahu duchovního světa. Zde ovšem začínají hrát centrální roli síly víry a důvěry. Víra, dokonce i ve zcela nevědomém náboženském smyslu, není ničím jiným než hlubokou důvěrou, že existuje síla, která mne přivedla skrze matku a otce, skrze lidskou přirozenost, do pozemského bytí. Že je síla, která umožňuje smysluplný život a která mne doprovází životem, aby mne nakonec pronesla smrtí k nějaké formě znovuprocitnutí. Tuto nosnou, bytí darující sílu můžeme zpočátku jen myslet, bez ohledu na to, jakým Božím jménem jí chceme říkat. Je otcovská, protože má v sobě něco podpůrného a nosného. Je mateřská tím, že skrze ni můžeme svůj život rozpoznat ve smysluplné souvislosti se světem, a je i dětská, protože připouští vývoj, kterým mohou všechny omyly, všechno nepřístojné chování, všechny zápasy a učení nakonec vyústit v proměnu a růst.

Přemýšlíme-li podle otcovského, mateřského (na starých obrazech vidíme často Marii v kruhu učedníků, jak o Letnicích přijímá Ducha svatého) a synovského principu o diferencované víře v Boha, pak si můžeme překvapivě všimnout, že je tím vlastně popsána lidská konstituce. Člověk má tělesně-fyzický přirozený základ své existence, tedy podpůrnou složku, ve které převládá princip Otce. Má i svou mateřskou úroveň moudrosti, která je jako uzdravující síla přístupná našemu myšlení. Všechno uzdravování je v posledku následkem toho, že dokážeme ve svém myšlení něco doplnit a nahradit, že dokážeme vidět, co je v určité osudové situaci rozbité, neúplné a neuspokojivé, a že dokážeme hledat řešení takových problémů. A nakonec má lidská konstituce i duševně individuální sílu. a možnost rozpoznané proměnit v čin a snažit se neúplné stále více doplňovat.

J. W. Goethe to v jedné své básni formuloval takto: „pokud se člověk věčně myslí tak, Jak by bytí měl, je věčně veliký a krásný“. V myšlení můžeme všechno uzdravit, myslet do konce, dovést k dokonalosti. V životě není dokonalé vůbec nic! Jen pokud to duchovně uzdravím, doplním, uspořádám, začlením do širší smysluplné perspektivy, získám pro zpřetrhané vazby, izolované děje, malé a velké problémy a

každodenní propasti znovu určitou orientaci. Jen tak mohu věci dát opět do souvislostí, myslet je tak, jak by měly být - jE tak mohu vytvořit koherenci ve smyslu Antonovského.

Myšlení je něčím mimořádným. O jeho výzkum a jeho fyziologické vysvětlení se v současné době snaží všechna velká neurofyziologická centra. Ve Švýcarsku byl v roce 2003 založen institut, jehož vedení převzal význačný americký profesor Henry Makram. Přestože měl výhodnější nabídky, rozhodl se pro Švýcarsko. Pro své rozhodnutí uvedl dva důvody: zaprvé má smlouvu na pět let a může skutečně samostatně něco vybudovat, a za druhé v Evropě je více pochopení pro to, že funkce mozku není možno vysvětlovat jen na základě hmotně fyziologických procesů a elektrochemických dějů, nýbrž že je k tomu potřeba filosofických spirituálních přístupů a pohledů. Pro něj je největším problémem vysvětlit, proč myšlení samo nebolí, zatímco mnohé myšlenky mohou způsobovat bolest. Myšlenka bolí, ale myšlení ne. Jak tomu rozumět? Profesor Makram říká, že kdo to pochopí, ten odhalí tajemství mozku a ducha. Tím se dostal do blízkosti antroposofického přístupu, ve kterém je myšlení chápáno jako duchovní činnost, která se v mozku zrcadlí. Vědomě uchopena - jako naše myšlení - je jen tato reflexe. Pokud je zrcadlo - tedy náš mozek - pozměněn patologickými pochody a nebo zničen (ve smrti), pak pohasne pozemské, na tělo vázané vědomé myšlení, ne ovšem myšlení samo.

Kdo skutečně začne přemýšlet o podstatě myšlení sám objeví přirozenost myšlení nezávislou na těle, jak ji popsal Rudolf Steiner. To, že je každý normální proces myšlení na těle nezávislým prožitkem, máme před sebou tak říkájíc: ve velkém, když se vypráví o zážitcích blízkých smrti. Při nich se člověk na čas prožívá zcela ve své, na fyzickém těle nezávislé, světelné tělesnosti myšlení.

Druhé zrození

Pokud člověk sám sebe nemyslí a tím se duchovně a osobně nově nekoncipuje, pak není sám vědomě přítomen. Tato skutečnost se v různých ezoterických tradicích vždy označovala jako tajemství druhého zrození. První zrození se děje silami přírody nebo, řečeno nábožensky, skrze Otce. Za ně neneseme žádnou odpovědnost, za to odpovídá On. Ale druhé zrození se děje skrze Ducha Svatého, to znamená skrze duchovně proměněné myšlení. Za ně neseme odpovědnost naprosto zásadním způsobem. Mystik Mistr Eckhart to zformuloval takto: „Kdybych byl králem a nevěděl o tom, nebyl bych králem.“ Protože pokud se nemyslím, pak o sobě nevím, a proto pro své vědomí neexistuji.

To je ovšem problém identity moderního člověka. Dnešním způsobem výchovy se učíme, jak se o všem možném informovat. Učíme se ale jen málo, sami a osamoceně sami sebe myslet. Nesamostatnost myšlení se šíří stejně rychle jako různé příručky a rádce nebo konzultace po internetu. Pro všechno možné i nemožné hledáme radu, informujeme se. Pro rozhovor, ve kterém jde o skutečné poznání, pro vážné přemýšlení máme sotva čas. Přirozeně je mnohem jednodušší a rychlejší to, co nám právě v tomto okamžiku jako informace chybí, prostě někde rychle přechytit a zkonsumovat. Ani nás přitom nenapadne, že vlastně sami nemyslíme a jen se informujeme.

Tímto způsobem lidstvo zrodilo nový problém - problém identity. Stáváme se sami sobě stále větší záhadou, protože stále méně samostatně myslíme, a tím o sobě i méně víme. Tak je nejsilnější zdroj salutogeneze, totiž spiritualita, zasypána. Avšak v okamžiku, kdy máme odvahu přemýšlet o cíli svého vývoje, uchopit svou

bytosť v myšlenkách a rozpoznať, čo to znamená byť človekom - v tom okamžiku jsme také s to z této představy cíle, z této ideové koncepce čerpat sílu. Protože pak máme motivaci nasadiť každou hodinu svého života v zápase o tento cíl. Pak jsme totiž vědomě začlenění do duchovního řádu světa, který nám umožňuje zrození a vývoj.

Život jako cesta zasvěcení

Existují nesmyslné životní zkušenosti? Není každá potřeba a každá touha, kterou my lidé máme, možností něco si uvědomit, něco se naučit, přijmout nový úkol? V dnešní době najdeme především tři základní touhy:

- Moderní člověk má hlubokou vnitřní potřebu vypořádat se se skutečností zla. Odkud přichází ta velká touha zabývat se tolik ničením, vraždami, hněvem a brutalitou, které jsou každodenně ukazovány v médiích a které se projevují v kriminalitě a v provokacích mládeže? Jaký to má smysl? Co se projevuje v tom, že jako lidé naší doby hledáme konfrontaci se zlem?
- Moderní člověk touží po tom, aby byl vidět a ve své bytostné jedinečnosti respektován. Jedna má přítelkyně viděla jednou na přechodu dívku, která měla tolik piercingu a takový ohoz, že na ni skoro zůstala zírat s otevřenou pusou. Se zájmem se té dívky zeptala, proč to dělá. Ta obratem odpověděla: a oslovila byste mne jinak? Lidé hledají setkání s ostatními - i kdyby to mělo být v konfrontaci. V tomto smyslu je celý kult těla u mladých lidí svým způsobem kultem pozornosti, touhou po tom, být vidět a ve své zvláštnosti a jedinečnosti přijat.
- A pak je tu ještě bolestná touha po smyslu vývoje lidstva, po možno harmonického bratrského soužití. Lidé mají ideál globální tolerance.

Koncept salutogenerie klade ve vztahu ke zpracování těchto tří tužeb úkolů důraz na to, že jde ve své podstatě o spirituální touhu a hledání cesty, které musí nalézt odpověď každý sám pro sebe. Bez spirituality ovšem člověk nemůže získat síly, které ke splnění tohoto úkolu potřebuje. Z výzkumu salutogeneze vyplývá, že není žádné zdraví bez vývoje a žádný vývoj bez úsilí. Rušivé vlivy, nemoci a postižení jsou v životě výzvami k vlastnímu hledání smyslu, jsou zcela osobními konfrontacemi se sebou samým a se světem, kterých můžeme růst a v nichž můžeme obstát.

Tento biograficky orientovaný výzkum má vlastně iniciační charakter. Initium znamená v ezoterním pojmosloví zasvěcení. Slovníkový překlad je začátek. Initiare znamená začít: jsem-li zasvěcen, začínám nový život. Objevit život sám nově, jako cestu zasvěcení, prožít vývoj jako cestu zasvěcení a přijmout nemoc jako cestu zasvěcení - to přináší zdraví. Protože jen když budeme zasvěceni do skutečných tajemství života a své vlastní existence, budeme skutečně niterně šťastní a sami se sebou a se svým osudem sjednoceni. Teprve pak dostává to, co konáme, skutečně smysl. Svět sice může být do určité míry pochopitelný a uchopitelný, ale není smysluplný, pokud my sami to neobjevíme a pro sebe nevyložíme. Je zajímavé, že Antonovského kategor pochopitelnosti a ovladatelnosti jsou dobře slučitelné s naší informační a mocenskou společností zaměřenou na hmotný úspěch. Všude je nám vnucován že je třeba se dobře informovat, protože jen tak budeme všemu rozumět, že je třeba umět dobře podvádět, abychom se dostali k penězům - protože jen tak

můžeme něco říct a o něčem rozhodovat. Pochopitelnost. a ovladatelnost je možno do určité míry zvládnout i bez zasvěcení. Na otázce po smyslu se tento materialistický blud zhroutí.

Teprve otázka po smyslu života otevírá srdce, střed člověka, jeho duši, ve které jsou doma niterné obrazy a vnitřní bohatství. Tento prostor se otevírá skrze vůli k iniciaci. Pokud si při této smysl dávající práci vydobudeme vědomí sebe sama, pak to znamená, že až zemřeme, pak pro své sebepožívání zůstaneme přítomni. Pokud jsme během života pracovali na svém vlastním duchovním „embryonálním“ vývoji a postarali se o své duchovní počety, svůj vědomý vnitřní růst, pak se po smrti nepropadneme do nevědomí. Všechna myšlenková práce, každá bolest, všechno, co nějakým způsobem podporuje naše vlastní myšlení, sebeprobuzení a sebevědomí, se sčítá, takže po „porodních bolestech umírání“ může duchovní bytost po smrti vystoupit a nepropadne druhé smrti. Život je - z tohoto úhlu pohledu - spirituálním embryonálním vývojem, který končí smrtí jako duchovním zrozením.

Náš životní úkol

Výzkum salutogeneze se vlastně zabývá plností našeho životního úkolu, když ukazuje, že nejsilnějšími prameny zdraví jsou prameny spirituální, které dokáží vydobýt nějaký smysl i ze zla, toho nejstrašnějšího a nejnižšího.

Viktor Frankl to zažil, když v koncentračním táboře mučen a v největším osamění prožil svou iniciaci. Napsal potom knihu „A přesto říci životu ano“ a vyvinul svou logoterapii - druh terapie, který pomáhá uskutečnit vlastní životní poslání za pomoci hledání smyslu života a vnitřní tvořivé práce.

Skrze tvůrčí myšlenkovou práci se neučíme nést jen sebe samotné jako individuální bytosti, nýbrž také nést v tomto myšlení i další lidi. Pečujeme-li takto o spojení s nimi, pak se můžeme navzájem posilovat. Mohu se - a tak to žije i v tradici křesťanské a jiné přímluvné modlitby - v tomto myšlení spojit se starostmi a bolestmi cizích lidí a poslat jim, pokud o jejich nouzi slyším, své dobré myšlenky. S pomocí myšlení nalézám most ze svého vlastního osudového okruhu k celku lidstva.

Proč je to tak důležité? Protože otázka po smyslu je zároveň otázkou po kontextu a souvislostech. Jako jednotlivý člověk nebo jako příslušník nějakého národa či skupiny nikdy nezjistím plný smysl svého života, pokud se zcela individuálně a osobně neprožiji ve vztahu k celému vývoji lidstva.

V naší době se jednatelce poprvé osvobozuje od rodinných a národních vazeb a identifikuje se primárně se svými vlastními cíli a záměry. Tím je ovšem také konfrontován se všemi destruktivními sklony své vlastní přirozenosti, odporujícími vývoji. Jak dosáhnout toho, aby se toto zlo neprojevovalo a neodžívalo? Každý jednatelce má toto zlo v sobě, je s to konat zlo. Pokud bychom nebyli schopni absolutního ne, nebyla by svoboda jako samostatné rozhodnutí mezi ano a ne možná. Pokud jsme ochotni na své vlastní slabosti, agresivitu a problémy pohlédnout, přijmout je a pracovat na nich, pak je nemusíme odžívat. Pokud jsme se naučili, jak v sobě samotných svádět boj a uzavírat mír, pak už není třeba válek. Stejně tak ztrácí smysl vnější vedení a autorita. Každý člověk se musí „stát králem“, převzít za sebe plnou odpovědnost. Pokud tak bude činit stále více lidí ztratí destruktivní síly v politice a v hospodářství svou moc. Moc působí jen tak dlouho, dokud tu jsou lidé, kteří se nechají ovládat a sami nemyslí a ani za sebe nepřebírají odpovědnost. Tváří v tvář všemu tomu mnohotvárnému zlu a destrukcím, které nás obklopují a zatěžují, může pomoci, když se na svou současnost podíváme v širším

kontextu a pochopíme a rozpoznáme, že jednotlivý člověk má úkol stát se individuální; autonomní a autentickou bytostí.

Přítom osobní vývoj není důležitý jen pro každého osobně, nýbrž je základním předpokladem toho, abychom mohli podporovat vývoj ostatních. Jak velký je náš vliv na kvalitu života lidí kolem nás! Pokud si tento vliv uvědomíme, můžeme se cítit spoluodpovědní za zdraví svých bližních. To může otevřít obrovské sociální zdroje pro salutogenezi. Vlastní vnitřní konflikty budou nadále zpracovávány s otázkou: Co musím udělat, aby mé vnitřní zpracování konfliktu působilo léčivě a vedlo k vývoji i v mém okolí?

Pokud si na otázku po své osobní cestě duchovního vývoje, otázku po svém zasvěcení nezodpovíme pozitivně, pak mineme smysl naší epochy a nepochopíme a nedokážeme konstruktivně uchopit ani otázku zla v naší době a s tím spojené problémy.

O co se dnes musíme také snažit, je utváření společenství, která jsou založena v duchu a ze kterých vyvěrá nový pramen síly pro sociální život. Každý, kdo chce vykonat něco důležitého, ví, že nemůže udělat v podstatě nic - pokud nenajde lidi, kteří mu pomohou, kteří jsou spolu s ním naplněni stejným duchem: „jednotlivec nepomůže, jen ten, kdo se v pravý čas spojí s mnohými“, píše o tom Goethe ve své „Pohádce“.

Závěrem nechť zazní báseň od básníka Friedricha Hebbela, která se jmenuje „Nejvyšší příkázání“. Tato báseň vyjadřuje krásným způsobem všelidský úkol naší doby:

Měj úctu k lidství, které zříš!
A věz - ač zatím roste vskrytu –
že jednoho dne za úsvitu
z něj poupě nebes probudíš.

Měj úctu k lidství, které zříš!
A věz, že v hloubi duše síla
jež proudž by se probudila
a otevřela jeho skryš.

Měj úctu k lidství, které zříš!
Vždyť ve věčnosti dřímá chvíle,
kdy vše tě vrací ke tvé síle,
a ne-li, pak tě vede výš.

V první sloce jde o vlastní vývoj, ve druhé o probuzení a spoluodpovědnost a ve třetí o souvislost s celkem lidstva, ve které má každý svůj úkol, svou hodinu, v nichž najde cestu k sobě i ke světu.

Z němčiny přeložil Tomáš Boněk