
Seznam příloh

Příloha č. 1 - Dopis klientům Diabasis	1
Příloha č. 2 - Dotazy pro rozhovor s klienty	3
Příloha č. 3 - Záznamový arch k rozhovorům.....	4
Příloha č. 4 - Komentář k etice výzkumu.....	5
Příloha č. 5 - Údaje o participantech výzkumu	6
Příloha č. 6 - Srovnání psychózy a psychospirituální krize	7
Příloha č. 7 - Vybrané kasuistiky	9
Příloha č. 8 - Některá z podpůrných zařízení.....	16
Příloha č. 9 - Související internetové stránky	19

Přílohy

Příloha č. 1 - Dopis klientům Diabasis

Přeju Vám krásný dobrý den.

Jmenuji se Vendula Johanová, v lednu 2007 se chystám diplomovou prací ukončit studium Psychologie v Olomouci a tímto se na Vás obracím s velkou prosbou, která by pro Vás snad mohla být i zajímavou nabídkou.

Tématem mé diplomové práce je „Psychospirituální krize“. Ráda bych psychospirituální krizi prostřednictvím své práce více popsala, přiblížila a pokud to bude možné, i zviditelnila. Osobně je mi toto téma velmi blízké a hodně mě zajímá.

Od ledna 2006 sama docházím do centra Diabasis jako klient. Přibližně v té době se taky zrodil můj nápad psát diplomovou práci na toto téma a pokud to bude možné, zapojit do svého projektu i další klienty, kteří o to budou mít zájem. Svůj plán jsem konzultovala s M. Vančurou i A. Jarkovským. Slíbili mi dodat tento dopis přímo k Vám. Potud tedy, jak a proč jsem se obrátila zrovna na Vás.

Nechci, aby má diplomová práce byla jen nezáživným opisem knih a již napsaných prací a naopak bych radši vycházela z osobních zážitků a reálných příběhů konkrétních osob. A s tím taky souvisí moje prosba:

Bylo by pro Vás zajímavé sdílet se mnou své zážitky a zároveň by Vám nebylo proti mysli účastnit se projektu mé diplomové práce?

Ráda bych získala konkrétní popisy zážitků PK, abych je mohla srovnat s údaji z literatury a systematizovat. Chtěla bych Vás proto požádat o osobní setkání někde, kde je klid a možnost povídat si. Zajímaly by mě hlavně Vaše osobní zážitky, konkrétní prožitky a události spojené s procesem psychospirituální krize, atp. Samozřejmě Vám zaručuji anonymitu a také svou úplnou mlčenlivost. Anonymizované záznamy z našeho setkání použiji jen při zpracování diplomové práce a nikdo jiný kromě mne nebude mít možnost do nich nahlédnout.

Pokud bych se dobrala k zajímavým zjištěním a Vy byste měl(a) zájem, samozřejmě Vás budu o výsledcích celého projektu informovat.

Jestli Vás můj návrh zaujal, prosím, nechejte kontakt na sebe u pracovníků Diabasis nebo kontaktujte přímo mne. Budu moc ráda. Má e-mailová adresa je [REDACTED] a tel.č. [REDACTED].

Pokud máte nějaké další otázky ohledně průběhu výzkumu nebo etických otázek, můžete se také obrátit na vedoucího mé diplomové práce Mgr. Jaroslava Vacka, tel. [REDACTED] nebo e-mail [REDACTED].

Ještě jednou Vám přeju krásný den, a těším se na případné osobní setkání.

S pozdravem

Vendula Johanová

Příloha č. 2 - Dotazy pro rozhovor s klienty

1. Kdy sis poprvé uvědomil(a), že se něco děje? Jak to všechno začalo?
2. Jak bys své zážitky popsal(a)? Jak vypadaly, vypadají? Jak probíhaly, probíhají?
Můžeš uvést nějaké konkrétní příklady?
3. Stalo se něco, co Tvým zážitkům předcházelo?
4. Co sis o tom všem myslel(a)?
5. Co jsi cítil(a)?
6. Jak jsi na to reagovala?
7. Jak na to reagovalo Tvé okolí?
8. Jak dlouho už to prožíváš? Změnily se v průběhu doby Tvé zážitky nebo Tvé prožívání a reakce na ně?
9. Co Ti nejvíce pomohlo?
10. Víš o něčem, co jsi potřeboval(a) a v důležité chvíli se ti toho nedostávalo?
11. Co si o tom myslíš teď? Co cítíš?
12. Změnily tyto zážitky nějak Tvůj životní postoj?
13. Jak ses na zkušenosti tohoto typu díval(a) před těmito událostmi?

Příloha č. 3 – Záznamový arch k rozhovorům

Tyto informace budou použity pouze pro účely mé diplomové práce, k vyhodnocení získaných dat z rozhovoru. Samotné formuláře nebudou nikde zveřejněny v kompletní znění a údaje z nich získané budou samozřejmě vyhodnoceny v souladu s etickými pravidly výzkumu (mlčenlivost, anonymizace dat,...).

Kód participanta:					
Datum:					
Místo a kontext setkání:					
Pohlaví:	<input type="checkbox"/> muž	<input type="checkbox"/> žena			
Věk:					
Bydliště (poč.obyv.):	<input type="checkbox"/> do 5 tis.	<input type="checkbox"/> 5-20 tis.	<input type="checkbox"/> 20-50 tis.	<input type="checkbox"/> 50-100 tis	<input type="checkbox"/> nad 100 tis
Dosažené vzdělání:	<input type="checkbox"/> základní	<input type="checkbox"/> vyučen(a)	<input type="checkbox"/> SŠ	<input type="checkbox"/> VOŠ	<input type="checkbox"/> VŠ
Rodinný stav:	<input type="checkbox"/> svobodný(á)	<input type="checkbox"/> ženatý,vdaná	<input type="checkbox"/> rozvedený(á)	<input type="checkbox"/> vdovec(a)	
Pracovní obor, studium:					
Doba trvání PK:					
Možné „spouštěče“:					
Psychiatrické diagnózy:					
Diagnózy (jiné):					
Psychiatrická zátěž v rodině:					
Související diagnózy v rodině (jiné):					
Záliby, způsob trávení volného času:					

Příloha č. 4 - Komentář k etice výzkumu

1. Ráda bych celý náš rozhovor nahrála na diktafon a poté přepsala. Myslím, že to bude daleko příjemnější, než kdybych si všechno mechanicky zapisovala. Takhle se budu moci zcela věnovat tomu, co říkáte (říkáš) a nebude mě nic rozptylovat. Samozřejmě, jen pokud souhlasíte (souhlasíš). Je to v pořádku?
2. Informace, které mi během našeho dnešního rozhovoru poskytnete (poskytneš), použiji výhradně a jen ve své diplomové práci. Samozřejmě Vám (Ti) slibuji, že zachovám úplnou anonymitu. Znamená to, že konkrétní jména nahradím fiktivními a všechny další údaje, které by mohly vést k identifikaci (jako data, místa, osoby, atd.) budou v citacích vynechány nebo nahrazeny.
3. Ke kopiím záznamů a k jejich přepisům nebude mít nikdo jiný kromě mě přístup.
4. Veškeré Vámi (Tebou) podané informace budu zpracovávat jen po Vašem (Tvém) výslovném souhlase. Znamená to, že můžete (můžeš) kdykoliv z výzkumu odstoupit, požádat o zničení nahrávek a přepisů, a to i bez udání důvodů.

Příloha č. 5 - Údaje o participantech výzkumu

Participantů	počet	5
	muži	2
	ženy	3
	prům. věk (v letech)	28,6
Dosažené vzdělání	Vyučen(a)	1
	SŠ	1
	VOŠ	2
	VŠ	1
Velikost bydliště	5 - 20.000 obyvatel	1
	nad 100.000 obyvatel	4
Rodinný stav	Svobodný	5
Pracovní (studijní) obor (seřazeno abecedně)	medicína	
	psychologie	
	různé	
	sociální práce + historie filmu a audiovizuální kultury	
	strojírenství + telekomunikace	

Stanovené psychiatrické diagnózy:	Akutní psychotická polymorfní ataka	
	Hraniční porucha osobnosti	
	Derealizační syndrom	
	Akutní schizoafektivní psychóza	

Spouštěcí mechanismy (výskyt v kombinacích)	intenzivní meditace, duchovní cvičení, sebekoumání	3
	chaos, ztráta struktury a řádu (v jednom případě kombinaci s užitím drogy)	2
	psychospirituální cesta (mystičnost krajiny, vliv odlišné kultury, atd.)	2
	extrémní fyzická (psychická vyčerpanost)	2

Příloha č. 6 - Srovnání psychózy a psychospirituální krize

(Vančura, in Vodáčková a kol, 2002)

AKUTNÍ A PŘECHODNÉ PSYCHOTICKÉ PORUCHY VIZ ICD-10 KRÁTKÁ PSYCHOTICKÁ PORUCHA VIZ DSM-IV	SCHIZOFRENIE	PSYCHOSPIRITUÁLNÍ KRIZE
Psychotické symptomy se objevují ihned po působení rozpoznatelného psycho-sociálního stresoru.	Psychotické příznaky se objevují buď náhle nebo (častěji) po ne-specifických prodromálních potížích, které mohou trvat týdny až měsíce. Již před nástupem potíží může být snížena úroveň sociálního fungování.	Fenomény obvykle následují po působení rozpoznatelného psycho-sociálního stresoru; bezproblémové fungování před epizodou. (Lukoff)
Emoční zmatek a jeden z následujících příznaků: Inkoherence nebo rozvolnění asociací bludy halucinace hrubě desorganizované nebo katatonní chování.	Symptomatika schizofrenie se skládá z pozitivních a negativních příznaků. Pozitivní příznaky: halucinace, bludy nebo katatonie Negativní příznaky: oploštění emotivity, snížení výpravnosti řeči a myšlení, apatie a útlum vůle, sociální stažení.	Všechny následující příznaky: Extatická nálada (Lukoff) Pocit nově získaných znalostí (Lukoff) Změny vnímání (Lukoff a Grof) Bludy se tématicky týkají mytologie (Lukoff a Grof) Nenarušené konceptuální myšlení Pozitivní, explorativní zájem o probíhající zkušenost a její význam (Lukoff a Grof) Schopnost vytvořit adekvátní terapeutický vztah (Grof)

(druhá část tabulky z přílohy č. 6)

AKUTNÍ A PŘECHODNÉ PSYCHOTICKÉ PORUCHY VIZ ICD-10 KRÁTKÁ PSYCHOTICKÁ PORUCHA VIZ DSM-IV	SCHIZOFRENIE	PSYCHOSPIRITUÁLNÍ KRIZE
Symptomy trvají více než několik hodin, avšak méně než 4 týdny.	Symptomy trvají déle nežli 4 týdny, většinou se jedná o onemocnění chronické.	Symptomy trvají od několika minut po několik měsíců, akutní náběh symptomů během 3 měsíců nebo méně. (Lukoff)
Konečný návrat k premorbidní úrovni fungování.	Po léčbě může dojít k návratu k premorbidní úrovni fungování, často však onemocnění zanechává defekt ve smyslu přetrvávajících negativních příznaků.	Fungování je po ukončení nejintenzivnějším období zlepšeno. (Lukoff a Grof)
Působení psycho-sociálního stresoru nepředchází zvýšená psychopatologie.	Působení psycho-sociálního stresoru často předchází zvýšená psychopatologie.	Působení psycho-sociálního stresoru nepředchází zvýšená psychopatologie. (Lukoff a Grof)
Porucha není následkem jiné duševní poruchy nebo organického poškození.	V etiologii se předpokládá mírné neurovývojové postižení, genetická zátěž, infekce matky nebo jiné komplikace v těhotenství a další vývojové abnormality.	Porucha není následkem jiné duševní poruchy nebo organického poškození. (Grof)

Příloha č. 7 - Vybrané kasuistiky

Probouzení Kundalíní

Příběh Beth, která se narodila roku 1951 v Arkansasu popisuje Bonnie Greenwellová ve své knize¹:

„Když jí bylo jednadvacet let, se v noci probudila a nemohla dýchat. ‚Měla jsem pocit, jako by mě popravovali na elektrickém křesle. Mé tělo bylo paralyzováno. Nemohla jsem dokonce ani hnout prstem či křičet o pomoc. Byla jsem úplně bdělá, ale vystrašená. Dvě obrovské ruce mačkaly mou hrud' a bránily mi dýchat. Byla jsem si jista, že jsem se stala obětí hrůzné nehody jako zabití bleskem nebo elektrickým proudem. Bez zjevné příčiny se proud najednou přesunul z horní části mého těla k oblasti míchy. Pak se současně pohnul dolů mým krkem a nahoru z chodidel a soustředil se u kostrče. Pak se více méně utišil.‘ Přestože zážitek trval jenom deset minut, Beth připadalo, jako by trval celou věčnost... Tato příhoda se opakovala o den nebo dva později, když odpoledne spala, a pak se fenomén rovnoměrně zintenzivňoval, takže brzy se objevoval během bdění i spánku.... Začal (se) obávat, že se u ní rozvíjí nějaká nervová nemoc. Brzy měla různé mentální a vizuální zážitky. Někdy spatřila ‚zářivé svatozáře a divná světla zářivých barev‘. Zvláště jedno kulaté modré světlo...(bylo) trvalou součástí jejího periferního zraku a neustále ji následovalo... Slyšela podivné zvuky, jako bzučení tisíců včel, cítila hadí pohyb stoupající páteří nebo záblesk, připomínající kulový blesk, na pravé nebo levé straně, provázený pocity horka nebo chladu, které obvykle prostupovaly její hlavou a někdy se zastavovaly v mozku... ‚Vnímala jsem to jako vyšší inteligenci. Někdy jsem byla paralyzována a opustila jsem své tělo.‘ Beth chvílemi považovala mimotělní zkušenosti za příjemné, ale měla strach, že se z nich nedostane a možná zemře. Někdy za chůze pocítila horkou energii, která se hnala vzhůru jejím tělem, vídala přenádherná světla, cítila blaženost, nezávislost na čase a prostoru a měla dojem, že její vědomí je spojeno s tělem jen tenoučkou nitkou. Asi šest týdnů jí energie zasahovala několikrát denně: ve škole, při řízení auta, při práci i chůzi. Celé tělo se jí změnilo, měla zrychlený puls a srdce jí bušilo. Měla pořád hlad. Ať snědla cokoli, nemohla se nasytit a během jednoho týdne zhubla tři a půl kilogramu. O lidech, které potkávala, získávala informace paranormálními způsoby a byla zmatená, protože ztrácela přehled o tom, co jí řekli a co již

¹ Greenwellová, B. (2002): Energie transformace, DharmaGaia, Praha, s. 241-246

věděla. Barvy jí připadaly zářivější a intenzivnější a viděla světla a slyšela zvuky, které jí připadaly jako nebeský zpěv, zvony a zvonkohry... Úzkost a trach jí znemožňovaly soustředit se, a tak ji pro špatný prospěch vyhodili ze školy... Stále jí bylo na zvracení, v ústech často mívala pachut' a pálily jí rty. Nepřetržitě trpěla závratěmi, jednou nebo dvakrát dokonce upadla... Energií pociťovala dva roky, nejintenzivněji během prvních několika měsíců... Dnes, po čtrnácti letech, i nadále mívá občasné zkušenostis energií, ačkoli jsou již jen slabé a jemné... Žije klidným životem se svým manželem a dětmi a pracuje jako zdravotní sestra.“

Šamanská krize

Eliade (1997, s. 78-79) ve své knize cituje vyprávění nanajského šamana:

„Jednoho dne jsem nemocný spal v posteli, když tu se ke mně přiblížil duch. Byla to moc hezká žena, velice útlá a ne větší než půl aršínu (71 cm). Její obličej i ozdoby se po všech stránkách podobaly obličejí a ozdobám některé z našich nanajských žen. Vlasy jí padaly na ramena v malých černých copech. Někteří šamani říkají, že měli vidění, ve kterém se jim zjevila žena s obličejem napůl černým a napůl červeným. Řekla mi: ‚Jsem *áyami* tvých předků, šamanů. Naučila jsem je šamanskému umění; teď mu naučím tebe. Staří šamani jeden po druhém zemřeli a už není nikdo, kdo by léčil nemocné. Staneš se šamanem.‘ Potom dodala: ‚Miluji tě. Budeš mým manželem, protože žádného nemám a já budu tvou ženou. Dám ti duchy, kteří ti pomohou v léčitelském umění; já tě tomu umění naučím a budu ti sama pomáhat. Lidé nám budou nosit jídlo.‘ Byl jsem vyveden z míry a chtěl jsem jí odporovat. ‚Jestli mě neposlechneš, tím hůř pro tebe. Zabiju tě.‘ Od Té doby ke mně přicházela bez ustání; spím s ní, jako by to byla má vlastní žena, ale nemáme děti. Ona bydlí úplně sama, bez rodičů, v chatě na jedné hoře. Ale často se stěhuje. Někdy na sebe bere podobu stařeny nebo vlka, takže se na ni člověk nemůže podívat a necítit přitom hrůzu. Jindy mě zas v podobě okřídleného tygra vezme s sebou, aby mi ukázala různé kraje. Viděl jsem hory, kde žijí jen starci a stařeny, a vesnice, kde jsou jen muži a ženy, kteří jsou všichni mladí: jsou podobní Nanajcům a mluví jejich jazykem; někdy se jim stává, že se promění v tygry. Teď už ke mně má *áyami* nechodí tak často jako dřív. V době, kdy mi předávala zkušenosti, přicházela každou noc. Dala mi tři pomocníky, jsou to *jarga* (panter), *doonto* (medvěd) a *amba* (tygr). Navštěvují mě ve snech a objeví se pokaždé, když je zavolám, když čaruji. Když některý z nich odmítne přijít, *áyami* ho k tomu donutí;

ale říká se, že několik jich vzdoruje i jejím příkazům. Když čaruji, jsem posedlý *áyami* a pomocnými duchy: prostoupí mě jako kouř nebo vlhkost.“

Aktivace centrálního archetypu

Jde o příběh jistého Jesse Watkinse, bývalého komodora Královského námořnictva, který popisuje R.D. Laing ve své knize *The Politics of Experience* (Taktiky prožitku) (in Campbell², 1998, s. 243-252).

Všechno začalo znepokojujícím pocitem, že tok času se obrátil. Jesse byl doma ve svém obývacím pokoji a poslouchal jedním uchem rádio. Najednou začal mít ten divný pocit. Vstal, podíval se do zrcadla, a přestože ten obličej znal, zdálo se, že je to někdo jiný, a ne on. Ještě ten večer ho odvezli do ústavu na pozorování a on měl v noci pocit, že všichni v jeho pokoji – včetně něj – zemřeli. Propad časem pokračoval a on byl najednou ve světě zvířat jako nosorožec. Vydával zvuky jako nosorožec, byl plachý, ale agresivní a stále ve střehu. Cítil také, že je malým dítětem a že jako děťátko pláče. Byl pozorovatelem a zároveň tím, co pozoroval.

Druhý den mu dali noviny. Každý titulek podněcoval nové a nové asociace. Dostal dopis od ženy, ale měl pocit, že ona je ve zcela, jiném světě a on se do něj už nikdy nepodívá. Objevil v sobě tajné síly, síly vlastní každému z nás. Ošklivé říznutí na prstě si vyléčil sám za jeden den: odmítl ošetření a jak napsal, ránu zacelil „takovou intenzivní pozorností“. Zjistil, že když se posadí na postel a upřeně hledí na hlučné pacienty kolem, přinutí je vrátit se na lůžka a být potichu. Cítil, že přesahuje vše, co si o sobě kdy myslel, a že jeho existence sahá až k samému počátku a do všech forem života. Mohl vše prožívat znovu, a to bylo úžasné, současně však tušil, že se bude muset vydat na dalekou a namáhavou cestu, a toho se děsil.

Měl pronikavý pocit, že jeho svět sestává ze tří rovin, přičemž uprostřed je on, nad ním je rovina vyššího uvědomění a dole jakási čekárna. Většina z nás podle něj dlí v těch nejspodnějších podlažích a čeká. On sám však došel na své cestě o něco výše, do prostředních pater, kde člověk za každým rohem tuší přítomnost neviditelných bohů pověřených správou budovy a vidí i schody vedoucí dál, výš, do nebe, k Nejvyššímu z bohů.

² Joseph Campbell tento příběh ve své knize *Mýty* (1998) v kapitole *X. Schizofrenie aneb vnitřní cesta* detailněji rozebírá a vztahuje k různým mytologickým tématům a příběhům.

Nejstrašnější v této fázi bylo pro Jesse vědomí, že nám nezbyvá nic než bez ustání jít, čekat, čekat, jít, a tak na onen nejvyšší vrchol jednou přece jen dorazit. Všichni, kdo té noci zemřeli a byli s ním v prostředních komnatách očiště, všichni ti – jeho slovy – „nějak procítali“. Všichni v ústavu procítali, byli na cestě vzhůru a přibližovali se schůdek po schůdku každý svým tempem k nebeskému trůnu, aby na něm spočinuli místo Boha. *Bůh byl blázen*. Byl tím, na němž ležela všechna tíha, „to obrovské břímě povinnosti všechno vědět, řídit a spravovat“, jak to Jesse vyjádřil. „Cesta tam je, projít jí musíme všichni do posledního a nemůžeš si ji zkrátit. Smyslem toho všeho a celé existence je připravit tě na další krok, a na další krok, a na další krok, a tak dál...“

On sám však cítil, že ještě nemá na to, aby převzal po šíleném a nesmírně strádajícím bohu jeho roli na střeše světa. Šlo vlastně o jakousi závěrečnou zkoušku schopnosti bezmezného soucitu: způsobilosti přijmout tento svět bez jediné výhrady tak jak je, zdatnosti nést na svých bedrech všechnu jeho úděsnou radost a připravenosti rozsít ji do všech bytostí tohoto světa! Tak jako tak, Jesse Watkins ve svém šílenství ucítil, že toho již bylo dost...

„Chvillemi to bylo tak zničující,“ řekl o celé své pouti, „že jsem jen toužil, aby se to již neopakovalo...Najednou jsem stál proti něčemu, co bylo mnohonásobně větší a hlubší než jsem já sám, s tolika zkušenostmi a s takovým vědomím, že to nešlo snést...Byla to záležitost chvilky, ale tomu náhlému náporu světla nebo větru nebo cokoli to bylo se jednoduše nedalo odolat: jako by na to byl člověk příliš ostrý a osamocený.“

Jednoho rána se rozhodl, že si nenechá píchnout sedativa a vrátí se ke smyslům. Posadil se na kraj postele, pevně sepal ruce a začal opakovat své jméno. Znovu a znovu vyslovoval své jméno a najednou si uvědomil, že je všemu konec. Prožitky ustoupily a on byl opět komodorem Královského námořnictva. V rozhodující chvíli dokázal rozeznat sebe ve své světské roli od blázna v ústavní cele. Poznal, že není jen vystrašeným šilencem plovoucím vstříc záhubě, ale i zdravým člověkem, který kdysi poslouchal doma rádio a pak se z vůle vyšší moci jedním skokem od svého světa psychicky odloučil. Proto si sedl na své nemocniční lůžko, sepal ruce, opakoval jméno svého těla z jevového světa a pak se do něj vrátil jako se vrací potápěč k hladině moře. Sám o tom řekl: „Když jsem vyšel, ucítil jsem, že všechno je najednou mnohem skutečnější než předtím. Tráva byla zelenější, slunce svítilo jasněji, lidé byli živější a já je viděl v jiných barvách. Viděl jsem špatné věci, dobré věci, viděl jsem i to kolem. Má mysl byla otevřenější.“

Posedlost

Tuto krátkou a přesto velmi důležitou životní epizodu mladé japonské dívky jménem Katsuma popisuje David Lukoff ve svém článku z roku 1993³.

Narodila se v Japonsku, ale ve 23 letech, po svatbě s člověkem ve vojenských službách se přestěhovala do U.S.A. Pár let po imigraci zažila zvláštní setkání. Vešla do restaurace, a muž, kterého nikdy před tím neviděla, jí řekl: „Nikdy jsem kolem nikoho neviděl tak silnou oranžovou auru. Praktikujete nějaká duchovní cvičení?“ Myslela si, že jí dělá sexuální návrhy, a tak jej ignorovala. Ale on znovu promluvil: „Jste z Fukushima Prefecture a jste nejstarší ze dvou...“ Dost překvapená přesností jeho informací, rozhodla se poslouchat. Muž jí vyprávěl, že provozuje „dojo“ (studio bojových umění) v Los Angeles s Erikem, učitelem Ninjutsu. Jeho kolega Erik je sice v Ninjutsu dobře vycvičený, ale rád by odjel do Japonska, učit se toto tajné učení přímo od svých předků. Překvapené Katsumo nabídl, zda by nechtěla jet s Erikem, který k sobě potřebuje průvodce, jenž by uměl Anglicky i Japonsky.

Katsumo se rozhodla brát celý incident jen jako bláznivé setkání. Ale o několik měsíců později se v noci probudila ze snu, ve kterém viděla svou adresu a telefonní číslo napsané krví. Rozhodla se setkat s Erikem. Během následujících tří dnů provedla v Erikově dojo spolu se studenty bojových umění sérii tří obřadů. Takto popisuje svůj prožitek:

„Když jsem procházela jednotlivými obřady, měla jsem dojem, že se dívám na své vlastní tělo jako na nějaký film. Nejdivnější zážitek, který jsem v průběhu obřadů měla, byl pocit, že ta osoba, kterou jsem v té chvíli měla být, určitě nejsem já, ale spíše někdo kdo má tělo i hlas jako já. Jako by si nějaká starodávná bytost vzala mé tělo a přišla k životu v průběhu ceremonie, aby ostatním studentům přinesla důležité zprávy a dary. Cítila jsem, jako by má slova byla sledována, pečlivě kontrolována jakousi oddělenou entitou ve mně. Nebyla jsem si vůbec jistá, kdo v tu chvíli s Erikem vlastně mluví.“

Katsumo se cítila být posedlá mladou ženou, jež žila v malé vesnici Aizuwakamatsu (rodné místo Katsumo a rovněž Erikových předků) před 300 lety. Podle Katsumo „měla tato entita tajemnou léčebnou sílu a vyléčila mnoho vesničanů. Byla to krásná žena s velmi hladkou

³ Lukoff, D. Case Study of the Emergence of a Contemporary Shaman. In: Heinze, R. I. (Ed.), *Proceedings of the Ninth International Conference on Shamanism and Alternate Healing*. Berkeley, CA: Asian Scholars Press, 1993.

a bledou pletí. Vesniční obyvatelé jí říkal „Aodaisho Onna (a snake woman). Aodaisho je velmi vzácný druh hada, který, jak mnoho lidí věří, je služebníkem Boha. Říká se o něm, že má krásné, jemné, bledé dlouhé tělo a v noci září.“

Jedna z ceremonií, kterou tehdy provedla, byla prakticky identická s formou šamanského léčení známého v Japonsku jako terapie Seiki. Ta spočívá ve spontánním vytváření neočekávaných hlasitých zvuků: tlucením do zdí, tleskáním a hlasitými kiai. Katsumo předvedla hlasité kiai každému z přítomných studentů bojových umění, ačkoliv nikdy nebyla svědkem této terapie. Provedla také čajový obřad a rituál, který zahrnoval psaní kaligrafie vlastní krví, ceremonie spojované s asijskými šamany.

Po této epizodě posedlosti, která trvala tři dny, se dostala Katsumo do krize. Zážitek, který jí rozvrátil život, nakonec vyústil v rozvod, změnu životního stylu a životních hodnot. Ptala se sama sebe, zda se nezbláznila a vyhledala terapeuta, aby mohla zážitek sjednotit a zpracovat. O několik let později začala studovat, aby následovala své nové poslání jako psycholog.

Mystický zážitek (Zážitek sjednocující vědomí)

Tento zážitek se mnou sdílela jedna z účastnic mého výzkumu:

Stalo se to po týdnu cesty na Svatojakubské pouti do Santiaga de Compostella, kterou jsem pěšky absolvovala spolu s dalšími dvěma holkami. Terén tam byl hodně specifický. Bylo tam horko, krajina plochá a rovná, plná náhorních plošin. Vylezly jsme na jednu z nich. Hlavu jsem v tu chvíli měla úplně čistou, všechno jsem vnímala, ale nahoře ke mně najednou začaly přicházet pocity ohromné radosti.

Měl jsem dojem, že ta radost okupuje ne jenom mě ale celý pozemský svět a taky celý vesmír. Cítila jsem splynutí s vesmírem, absolutní štěstí. Krajina i obloha, to všechno ke mně promlouvalo. Pamatuju si, že v dálce byly větrné mlýny a mě přišlo, jako by těmi rameny rozjížděly, rozdmýchávaly život a nekonečno a i v tom nekonečném pohybu jsem viděla splynutí sebe, světa a veškerenstva v jednotu. Zpětně jsem si to nazvala jako takovou „dobrou vesmírnou soulož“. Bylo to fakt neskutečné. Vnímala jsem mraky na obloze, které plynuly a viděla jsem v těch shlucích určitý řád. Pozorovala jsem přírodu kolem a celé její uskupení se mi zdálo úžasné a úplně dokonalé.

Jako by ke mně promlouval celý vesmír a říkal, že všechno je v pořádku a že všechno, co se děje, je O.K. Úplně jsem cítila, jak se mi otevřela čtvrtá čakra. Dýchala jsem srdcem

a přijímala jsem sílu a energii. (I teď, když chci, můžu si sama čtvrtou čakru otevřít. Jako by se mi tím celým otevřel nějaký kanál, který tam do té doby nebyl.) Dokonce jsem v tu chvíli věděla, že bych mohla i létat. Byla jsem natolik šťastná, že jsem si říkala, že kdybych tam teď zemřela, tak by mi to nevadilo a bylo by to krásné. Smířila jsem se s určitými věcmi ve svém životě a odpustila jsem hodně věcí.

Když jsme potkali nějaký jiné poutníky, tak já jsem k nim cítila ohromnou lásku. Taky jsem cítila ohromnou lásku vůči těm holkám, co tam se mnou byly a vůči rodině. Všechny jsem je milovala.

Byla to úžasná zkušenost a myslím si, že jsem mohla zajít i trošičku dál, kdybych chtěla. Jen jsem věděla, že nechci, že by to bylo možná moc. Jako bych to celou dobu trochu korigovala. Nechala jsem to k sobě přijít, dovolila jsem si to prožít, ale jen v omezeném množství.

Trvalo to asi dvě nebo tři hodiny a celou dobu jsem brečela. Připadala jsem si kvůli tomu i docela blbě, protože ostatní moc nevěděli, co se mnou. Taky jsem se bála to někomu říct. Měla jsem dojem, že by mě nepochopili.

Zážitek blízkosti smrti

Jako příklad zážitku blízkosti smrti uvádím jednu z výpovědí z Moodyho knihy (1991, s.113-114): Úvahy o životě po životě.

„Nastalo nejprve něco jako povívání. Obklopilo mne ze všech stran a moje tělo se začalo též chvět, až jsem se od sebe oddělila. Potom jsem uviděla své vlastní tělo...chvilku jsem se dívala, jak se lékař a sestry okolo něj snaží, a čekala s napětím, co se bude dít dál. V tom jedna sestra natáhla ruku ke kyslíkové masce na stěně nad hlavou mé postele a sáhla při tom skrze mě. Potom jsem se vznesla do výšky a tmavým tunelem prošla do zářícího jasu. A po chvíli mě obklopili otec s bratrem a prarodiče, kteří zemřeli přede mnou. Všude svítilo čarokrásné zářící světlo, ne takové jako na zemi, ale nepopsatelně intenzivní. I okolí bylo krásné. A lidé, šťastní lidé byli blízko, někteří tvořili malé skupinky, jiní se zaměstnávali studiem. V dálce jsem uviděla město s jednotlivými budovami, které se jasně leskly. Stejně jako voda ve vodotryscích...Světelné město, tak by se to dalo nejlépe nazvat. Bylo to divuplné. Nádherná hudba, šťastní lidé a všude okolo úchvatná zář. Ale kdybych byla přešla tam – do světelného města, nebyla bych se už vrátila. Bylo mi řečeno, že už bych nemohla zpět. Sama jsem se musela rozhodnout.“

Příloha č. 8 - Některá z podpůrných zařízení

Zvlášť v posledních deseti letech vzniklo ve světě nesčetně organizací zabývajících se prací s psychiatrickými pacienty a podporujících alternativní přístup k psychiatrickým onemocněním. Některé z nich se zastřešují přímo termínem psychospirituální krize, jiné ne, ale jejich výsledná činnost je v podstatě stejná. Uvádím jen několik z nich. Informace o dalších zařízeních tohoto typu jsou lehce dostupné na internetu. Jednotlivé organizace se zpravidla podporují, takže je možné na jejich webových stránkách objevit odkazy i na jiné instituce podobného typu.

Diabasis (San Francisco, Kalifornie)

Jedno z prvních pobytových zařízení pro klienty v psychospirituální krizi, bylo založeno na konci 60.let psychiatrem **John W. Perrym**. V rámci tříměsíčního pobytu klientů v podpůrném prostředí úspěšně pracoval s mladými lidmi s diagnózou psychóza, a to bez použití jakékoli medikace (Vančura in Benda, 2005) nebo elektrošoků. Měli možnost malovat, tančit, chodit na masáže, meditovat, mluvit o svých zážitcích., atp. Po tříměsíčním pobytu byli schopni „projít skrz ztrátu ega (ego-death) a znovu se vynořit.“ (O’Callaghan, 1982, s. 2) Další tři měsíce poté strávili v domě na půli cesty a pak se „vrátili zpět do světa, jen s několika málo relapsy, jestli vůbec.“ (tamtéž, s. 2)

Soteria House (San Jose, Kalifornie)

Alternativní zařízení pro léčbu psychóz podobné Diabasis (Vančura in Benda, 2005), které založil na počátku 70.let Dr. **Loren Mosher**. Centrum stále ještě funguje a poskytuje své služby. Více informací na <http://www.soterianetwork.org>

Pocket Ranch Institute(San Francisco, Kalifornie)

Toto místo v roce 1992 vedla **Barbara Findeisen**. Sídlilo v horách a klienti zde měli možnost projít intenzivní práci na sobě. Program zahrnoval holotropní dýchání, skupinovou a individuální terapii, symbolickou práci s různými materiály a aktivity v přírodě. (Vančura in Benda, 2005) Centrum bylo nedávno zrušeno. V rámci něj vznikl program jménem STAR zaměřený na osobní transformaci a růst účastníků, v jehož realizaci Barbara Findeisen a její spolupracovníci dále pokračují. (Findeisen, 2006) Více informací na <http://www.starfound.org>

Runaway-House (Berlín, Německo)

Toto místo bylo založeno v roce 1996. Údajně jde o první antipsychiatrickou instituci, která je oficiálně financována jako krizové centrum pro ty, kteří, doslova přeloženo, přežili psychiatrickou péči a nyní jsou bez domova (homeless survivors of psychiatry). Tato organizace se vyvinula z původní svépomocné skupiny s názvem **Sdružení pro ochranu proti psychiatrickému násilí** (Verein zum Schutz vor Psychiatrischer Gewalt), která vznikla v roce 1989 jako směsice klientů a zastánců antipsychiatrického hnutí. Sdružení v roce 1990 zakoupilo vilu, ve které později vzniklo krizové centrum, které funguje dodnes. Více informací na <http://www.weglaufhaus.de>

CPSH (Center for Psychological & Spiritual Health) (Kalifornie)

Nejdůležitější organizace pracující s klienty v psychospirituální krizi, byla založena v roce 1980 v Esalen institutu v kalifornském Big Sur **Christinou a Stanislavem Grofovými** pod názvem **SEN** (Spiritual Emergence Network, Společnost pro spirituální rozvoj). Její ústředí sídlilo v Ústavu transpersonální psychologie v Manlo Parku v Kalifornii. V roce 1998 bylo původní místo uzavřeno a organizace se přestěhovala do Kalifornského institutu celostních studií (California Institute of Integral Studies, CIIS). V roce 2002 bylo jméno organizace změněno na nynější CPSH (Center for Psychological and Spiritual Health, **Centrum pro psychologické a spirituální zdraví**).

Jde o neziskovou mezinárodní organizaci, jejímž hlavním posláním bylo vybudovat zvláštní síť, která by poskytla lidem v psychospirituální krizi podporu a potřebné informace. Vedle poradenských služeb nabízela a nabízí i teoretické informace, bibliografie, výcvikové kursy a semináře. Ve svém působení propojuje mnoho psychologických, spirituálních a náboženských organizací, jež se zabývají výzkumem lidského potenciálu, a to jak v U.S.A, tak i po celém světě. V rámci organizace funguje telefonická krizová linka, jejíž pracovníci se podle klientem popisovaných prožitků pokoušejí každému volajícímu vyhledat alespoň 3 vhodné pomocníky, kteří žijí v dostatečné blízkosti. Ti potom při osobním setkání posuzují o jaký typ krize jde a navrhnou další postupy. Navíc v rámci celé organizace působí ještě 43 oblastních koordinátorů, kteří klientům zajišťují doplňkové služby a pomocníky.

S klienty pracují převážně dobrovolníci z řad přátel, psychoterapeutů, lékařů, cvičitelů, duchovních vůdců a dalších, kdo jsou ochotni pomáhat lidem v hluboké krizi.

V rámci organizace vznikla široká databáze klientů, která shromažďuje informace o demografickém profilu klienta, poskytnutých službách, prožívaných jevech, jeho terapeutické i spirituální orientaci a jemu poskytnutých radách. Tento zdroj slouží pomocníkům a pomocným skupinám, které poskytují vlastní poradenské služby v terénu. Na jeho základě byl sestaven i adresář, který je využíván k šíření informací a vyřizování různých žádostí.

Kolem roku 1999 registrovala okolo 10 000 zájemců o poskytované služby a vyřizovala cca 150 žádostí o pomoc měsíčně.

V roce 2003 byla organizace nucena z důvodu nedostatku finančních zdrojů uzavřít svou kliniku. V omezené míře dále pokračovala v provozu telefonní krizové linky, kterou v únoru 2005 rozšířila o on-line sebeobslužnou databázi (online self-referral database). Více informací na <http://www.cpsch.org/>

Další

- a) **SEN Australia, Inc.** (<http://www.nor.com.au/community/spiritualemergence>)
- b) **SPIRITUAL EMERGENCE NETWORK**, Germany (<http://www.senev.de>)
- c) **DIABASIS**, Česká Republika (www.diabasis.cz)
- d) **SPIRITUAL CRISIS NETWORK**, UK
(<http://www.SpiritualCrisisNetwork.org.uk>)
- e) **THE SPIRITUAL COMPETENCY RESOURCE CENTER**, USA
(<http://www.spiritualcompetency.com>)
- f) **NET INTERNATIONAL NETWORK OF EXPERIENTIAL THERAPISTS**, USA
(<http://www.livingdirectory.net/INET>)
- g) a další.

Příloha č. 9 - Související internetové stránky

1. **Diabasis Praha:** <http://www.diabasis.cz>
2. **Intuition Network:** <http://www.intuition.org/idxtran.htm> (databáze rozhovorů)
3. **Jyoti:** <http://www.mothersgrace.com> (internetové stránky Jyoti – J. Prevatte)
4. **Klub psychotroniky a UFO:** <http://www.kpufo.cz>
5. **K-list (Kundaliní):** <http://www.kundalini-gateway.org>
6. **Kundaliníguide:** <http://kundaliniguide.com/> (internetové stránky B. Greenwellové)
7. **Kundaliní Research Network:** <http://www.kundalininet.org/html/about.html>
8. **Near death experience:** <http://www.near-death.com>
9. **Spiritual Competency Resource Center:** <http://www.spiritualcompetency.com>
(internetové stránky D. Lukoffa)
10. **A mnohé další.**