

Integrace spirituality do psychoterapie

Výtah z kapitoly *Integrating Spirituality with Psychotherapy*, Robert N. Sollod (str. 403 – 416), in John C. Norcross, Marvin R. Goldfried: *Handbook of Psychotherapy Integration*, Oxford University Press, 24. 2. 2005 - Počet stran: 568

V minulých letech se mnoho odborníků přes duševní zdraví začalo zabývat možnostmi integrace spirituality do psychoterapie. Tento trend vychází z rostoucího povědomí důležitosti religiozity, spirituality a duchovních zkušeností pro lidský život, a také relevance spirituálních témat pro psychoterapii. Dva z nejznámějších konceptualizovaných přístupů k integraci spirituality do psychoterapie představují Richardsova a Berginova *Spirituální strategie pro psychoterapii* (1997) a Millerové (2003) *Pohledy na začlenění spirituality do psychoterapie*.

Millerové *Začlenění spirituality do poradenství a psychoterapie* (2003) krom revize stávajících přístupů přichází s jejími vlastními tezemi k integraci spirituality do psychoterapie. Jedno ohnisko zaměření se týká objevování či posuzování klientovy spirituality. Dalším centrem zájmu se jeví podpora klientova zapojení do duchovního rozvoje a posílení spirituálních zážitků. Třetím pilířem je pak terapeutická práce s klientovým duchovním či religiózním náhledem.

Millerová apeluje na terapeuty, aby respektovali klientův pohled na spiritualitu a pracovali s ní v rámci klientových oblastní kompetence. Nejvíce spirituálně orientované intervence zahrnují pomoc s rozvíjením klientovy spirituální identity a zapojováním duchovních praktik jako jsou modlitba, meditace a duchovní obraznost. Upřednostňuje také spolupráci s duchovními vůdci a hodnotami spirituální komunity.

Richardsova a Berginova *Spirituální strategie pro poradenství a psychoterapii* specifikuje jasnější spirituální přístup, který definuje jako „teistický, spirituální“. Vztahují se k religiózním a duchovním posouzením, pracují s otázkami etiky a hranic a v některých případech doporučují duchovní a náboženské praktiky coby součást psychoterapeutických procesů.

Některé z cílů vytýčených Richardsem a Berginem „pomáhají rozvoji klientovy zkušenosti a potvrzují klientovu věčnou duchovní identitu a život v souladu s duchem Pravdy“. Klient pak zakouší lepší porozumění vlivů jeho duchovních zkušeností na zvládnání současných problémů a na jeho život v obecném smyslu.

Jak Millerové, tak Richards – Berginovy přístupy indikují důležitost začleňování spirituality coby oblasti psychoterapeutické podpory a terapeutického zacílení. Uznávají užitečnost spirituálně orientované intervence, jakou například představuje „dvanáctikrokový program“ (pozn. filosofie svépomocných programů typu Anonymní alkoholici apod.), kde dochází k rozvoji a posílení klientovy spirituální identity. V psychoterapii lze pak využívat duchovních cvičení jako modlitba nebo meditace.

Ústřední otázky

Definování spirituality

Začneme s osvětlováním nejproblematictějších aspektů integrace psychoterapie a spirituality. Jedním z nich je snaha o jasné, konceptuální definování samotného pojmu *spiritualita*.

Už ze samotné psychotherapeutické zásady pracovat vždy s klientovými hodnotovými a postojeovými rámci vyplývá nejednoznačnost toho, co budeme za spiritualitu označovat. Vyjdeme-li z klientova chápání toho, co pod pojmem spiritualita vnímá, dostaneme se k nekonečnu možných výkladů. V oblasti víry a religiozity existuje nepřeborné množství překrývajících se či dokonce si odporujících světonázorů. Máme mnoho monoteistických náboženství, spoustu výkladů křesťanství, větví buddhismu či odnoží islámu. A do toho ještě zasahuje svojské vidění tématu každým jedincem, se kterým může psychoterapie pracovat.

A tak některé spirituální přístupy mohou být více intelektuální, jiné emocionální, jiné pracující s fyzickými, tělesnými koncepty. Pohybujeme se od skrytých esoterických konceptů přes mesoterismus až po exoterické rituály.

Podívejme se krátce na dvě definice spirituality; první z nich vznikla pod Asociací pro duchovní, etické a náboženské hodnoty v poradenství (ASERVIC).

„Spiritualita může být definována jako oživující životní síla, skrze takové obrazy jako je dech, vítr, energie, odvaha. Je vykreslením toho duchovního v životě každého jedince. Je zažívána jako aktivní i pasivní proces. Je to kapacita a tendence, která je vrozená a jedinečná v každé bytosti. Spirituální tendence se formují jedinečně v oblastech jako vědění, láska, smysl, mír, transcendence, propojení, soucitnost a celistvost. Spiritualita zahrnuje osobní kapacitu pro tvořivost, růst a rozvoj hodnotového systému...“ (Millerová, 2003).

Jako v jiných definicích i v této se objevuje důraz na oddělení spirituality od religiozity, ačkoli v těchto pojmech nacházíme společné jmenovatele. Tato definice vnímá spiritualitu jako ryze pozitivní aspekt života.

V definici spirituality pokračují Richards a Bergin již konkrétněji: „... Pojmy religiozita a spiritualita v některých bodech splývají, leč je možné je odlišit v několika rozměrech. Religionistické směřuje k *denominačnímu, vnějšímu, kognitivnímu, behaviorálnímu, rituálnímu a veřejnému*. Oproti tomu spirituální zkušenosti jsou *univerzalistické, niterné, pocitové, spontánní a soukromé*. Je možné být *věřícím bez spirituality a spirituálním bez religiozní víry*.“

Z této definice vyplouvají jasné atributy spirituality jako transcendence, soukromí, spontaneita a emocionalita. Wiliam James navíc zdůrazňuje v rámci spirituálního *spontánní mystičnost a transcenci zážitku*. (Sollod, Shafrancke, 2000).

Přestože zmíněné definice působí atraktivně, je třeba zohledňovat šíři osobních zážitků, zkušeností a významů, kterými definuje spiritualitu každý jedinec, navíc v měřítku svého kulturního rámce.

Osobní pomocník nebo duchovní vůdce?

Dalším potenciálním problémem pro rozvoj spirituálně orientované psychoterapie představuje hloubka spirituálního přístupu vzhledem k existujícím klientovým přesvědčením a zkušenostem. Obecně přijímané psychotherapeutické pravidlo tvrdí, že terapeut by měl normálně pracovat s existujícím klientovým hodnotovým rámcem (přičemž i toto pravidlo obsahuje jisté výjimky, jako například antisociální nebo sebedestruktivní osobnostní tendence). V tradičních formách duchovního vedení má duchovní osoba povinnost upozornit svého klienta na to, že jde po „špatné cestě“. To však znamená vysokou míru duchovní vyspělosti terapeuta/duchovního. „Vyučování“ spiritualitě zavazuje

k dlouholeté praxi v prováděných technikách, respektu a úctě k moudrosti předchůdců. Duchovní vůdce může jedině tak posoudit, zda cesta klienta obsahuje „špatný směr“.

Jak by měl někdo jako terapeut, pohybující se obecně v klientových hodnotových rámcích, posoudit a rozlišit, ve kterém bodě je potřeba cíle a hodnoty klienta opravit, uvést vstřícně duchovně ryzím hodnotám?

Existují tedy jasné rozpory v rolích psychoterapeuta a duchovního vůdce, a to v chápání rolí, závazků a kompetencí. Integrace spirituality do psychoterapie dovoluje zkušenému entusiastickému terapeutovi převzít roli duchovního vůdce. Věříme, že takový terapeut, který je nejen důkladně vycvičen, ale i orientován v duchovních hodnotách sám o sobě, může vést své klienty k duchovnímu rozvoji.

Zdraví nebo svatost?

Odpor tradiční psychologie ke spirituálním přístupům není samoúčelný. Historicky, spiritualita ne vždy korespondovala s tím, co je uznáváno jako prostředek k dosažení duševního zdraví. V životě svatých byly popisovány zjevné patologie jako deprese, mánie, hysterie či obsesivní chování.

V mnoha tradičních duchovních přístupech se objevuje důraz na hodnoty pokání a utrpení, což je těžko slučitelné s hodnotami současné psychoterapie. Mnoho tradičních spirituálních učeních dává navíc důraz na omezování, potlačení, zatímco psychoterapie učí zdravému sebeprosazování. Vnímání spirituality jako nedílné součásti duševního zdraví může vytvořit až naivní rozpor mezi spiritualitou a lidskostí. Je třeba si uvědomit, že svatost a duševní zdraví představují rozdílné cíle. Naprostá asimilace spirituality do konceptu duševního zdraví by představovala významnou překážku integrace spirituálního rozměru do psychoterapie, či by ji zcela znemožňovala.

Představme si dva překrývající se kruhy; jeden znázorňuje spirituální přístupy k životu a druhý současné koncepty duševního zdraví. Překrývající se plocha představuje shodu a „dohodu“ mezi těmito přístupy, je výzvou poctivě hledat její obsahy.

Něco o definici psychoterapie

Navzdory mnohému úsilí o integraci spirituality do psychoterapie, tradiční definice psychoterapie vylučuje spirituální přístupy ze začlenění do mnoha forem psychoterapie. Wampold (2001) definuje psychoterapii takto: „...*primárně interpersonální léčba založená na psychologických principech, zahrnující vycvičeného terapeuta a klienta s určitým typem psychických poruch a obtíží...*“ Wampold dále zdůrazňuje, že léčba založená na nepsychologických principech nemůže být nazývána psychoterapií. Píše: „*Léčba, založená na okultních přesvědčeních přírodních národů a kultur ohledně duševního zdraví a chování, ideje New Age hnutí a náboženství, může být pro duševní zdraví účinná, avšak nepředstavuje psychoterapii.*“

ŠEST CEST K INTEGRACI

Po nadnesení pozadí možných problémů v oblasti integrace spirituality do psychoterapie zvážím a ilustruji šest možných cest, jejichž prostřednictvím lze spiritualitu do psychoterapie integrovat:

- 1) Uznání existence spirituálních aspektů v psychoterapii obecně a ve zdánlivě nespirtuálních psychoterapiích
- 2) Práce způsobem, jenž je konzistentním s klientovými spirituálními a religiózními pohledy
- 3) Psychoterapeutické užití spirituálních technik pro nápravu behaviorálních poruch
- 4) Usnadnění spirituálního přístupu k životu, spirituální formování jako léčba behaviorálních poruch

- 5) Spirituální formování jako terapeutický cíl sám o sobě
- 6) Používání terapeutických metod odvozených od spirituálních tradic k usnadnění psychoterapeutické efektivity

Existující integrace

Jedním z prostředků integrace jsou existující spirituální aspekty ve zdánlivě nespirtuálních psychoterapiích. Předpoklad, že psychoterapeutické přístupy jsou odvozeny od vědeckých kořenů, byl často zpochybněn. Zakladatelé psychoterapeutických směrů často vycházeli z extravědeckých zdrojů.

Frank (1973) zdůrazňoval, že současná psychoterapie má mnoho společných faktorů s tradičními léčitelstvími. Člověk hledá pomoc, vyléčení, u kvalifikovaného a vycvičeného individua (léčitele) za účelem určitého typu útěchy a utišení problému, což se zdá být odvozeno ze samotné podstaty léčitelství, kdy lidská národa oceňuje jak léčitelství, tak současné léčebné prostředky. London (1986) objasňuje kvazi-léčitelství, kvazi-duchovní roli psychoterapeuta, který nese, v naší společnosti, jakousi roli morálního a hodnotového arbitra.

Účinnost psychoterapie je tím pádem zesilována archetypy, souvisejícími se spiritualitou a léčitelstvím. To zahrnuje prázakladní úrovně psychoterapeutické účinnosti: víru klienta v hodnoty a účinnost psychoterapie, ve specifické psychoterapeutické přístupy a schopnosti terapeuta (léčitele) usnadnit pozitivní změny.

Mnoho odborníků vědomě odmítlo spiritualitu a religiozitu jako součást psychoterapie, nicméně díky výše popsanému začleňovali do svých přístupů mnoho idejí, dokonce i metod odvozených od spirituálních tradic. V některých případech procesy obsahovaly nevědomá přenášení spirituálních aspektů ruku v ruce s jejich vědomým popíráním.

Takto skrytá spiritualita již často převládá v mnoha nespirtuálních psychoterapiích.

Příklady lze nalézt u velkých osobností psychoterapie. Např. Adler odmítl židovství a konvertoval k protestantismu. Přesto se v jeho cílech objevuje idea zodpovědnosti každého za lepší svět, což je téměř identické s hebrejskou religiozní zásadou *tikkun olum* – udělej ze světa lepší místo.

Je možné se i podívat na dílo Junga, kdy jeho archetypy kolektivního nevědomí zřetelně odráží panteon pohanských, řecko-římských božstev. Mnoho relaxačních technik, vycházející z křesťanské, buddhistické či kabalistické meditace bylo importováno do zdánlivě nespirtuálních terapeutických škol typu KBT, kde se můžeme rovněž setkat s technikami vycházejícími například z jógy.

Při používání odborných a vědecky cizelovaných technik je užitečné vnímat filosofické kontexty a obnažovat jejich spirituální kořeny pro objevení hlubších, duchovních významů v terapeutickém usilování.

Psychoterapeutický soulad s klientovou spiritualitou

Druhá cesta integrace spočívá v terapeutické práci s klientovými spirituálními a religiozními postoji. Jde o nejméně problematickou a nejšířeji přijímanou součást spirituálního přístupu v psychoterapii. Nejde o specifický spirituální přístup v psychoterapii, ale o uvědomění, že spiritualita je zahrnuta v mnoha a mnoha kulturních a kontextuálních faktorech léčebného procesu. Terapeut pracuje v běžném odborném rámci, při vědomí pacientových kulturních kontextů, jako je rasa, etnicita, společenská třída, rodinné tradice a hodnoty.

Článek uvádí příklad z praxe, kdy buddhisticky orientovaný klient vyhledal psychoterapii z důvodu zlepšení navazování vztahů s ostatními. Zároveň nechtěl, aby psychoterapie nabourala jeho duchovní orientaci. Psychoterapeutka, která nebyla buddhistkou, se nechala klientem poučit o kontextech buddhistické víry a společně prozkoumávali v rámci terapeutického působení klientovo vztahování se k druhým v kontextu buddhistického přístupu k životu. Meditaci a další buddhistická cvičení nahlédli jako příležitost k otevírání se ostatním, nikoli jako únikový mechanismus, uzavírající klienta do vnější izolace. Tak u klienta došlo simultánně jednak k prohloubení jeho spirituality (pozitivnější náhled na prováděná duchovní cvičení), jednak k úzdravě jeho vztahování se k druhým coby psychoterapeutický cíl.

Wilber (1977) rozvinul víceúrovňový model, na kterém demonstroval odlišení mezi spirituálním rozvojem a řešením problémů na psychologické úrovni. Spirituální formování a psychoterapie představují odlišné procesy s rozličnými cíli, které však spolu mohou být celistvé a komplementární.

Dalším krokem v této oblasti integrace může být terapeutické souznění, empatie a pochopení celé řady spirituálních zážitků, objevujících se ve změněných a rozšířených stavech klientova vědomí. Tyto stavy mohou v sobě obsahovat patologické obsahy, ale spirituálně citící terapeut dokáže s klientem rozšifrovat a roztřídit smysluplné, relevantní a významné prožitky od těch patologických. Terapeut by měl být schopen pacientovy zážitky akceptovat a otevřeně o nich komunikovat a tak rozvíjet rámce nad obvyklé kategorie patologie, za účelem lepšího a hlubšího pochopení.

Terapie poskytuje přístup, plný bohatých kontextů a škál rozličných pohledů na svět, jejichž prostřednictvím může klient lépe pochopit své zkušenosti a prožitky, odlišit mystické prožitky od psychotických, zbavit se strachu a postoupit k lepší integraci prožitků mimořádných stavů vědomí do běžného života.

Používání spirituálních technik a přístupů pro nápravu poruch

Třetí integrativní cesta se týká používání technik odvozených od spirituálních tradic v léčbě behaviorálních poruch. Cílem není spirituální formování samo pro sebe, ale usnadnění a zefektivnění psychoterapie.

Techniky odvozené od spirituálních tradic užívané pro facilitaci psychoterapeutických cílů mohou být zásadně měněny pro účel a kontext terapie. Například meditace, ve spirituální tradici, umožňuje člověku zažít naladění a odladění s vyššími úrovněmi bytí. V psychoterapii může mít meditace význam v rozvoji mentální jasnosti, kontrole impulsů nebo v relaxaci. Import jednoho z přístupů k usnadnění dosažení cílů v jiném terapeutickém přístupu byl popsán Messerem (1986, 1992) jako asimilativní integrace. Kontext může změnit význam a účinnost jakékoli terapeutické metody přenesené z jiného přístupu.

Jaké jsou příklady technik odvozených ze spirituální tradice a integrovaných do psychoterapie? V psychoterapii jsou aplikovány afirmace, meditace, modlitby a vizualizační techniky. Bylo zjištěno, že například meditace má výsledky v oblastech řešení disidentifikace, paniky, v oblasti dosažení vyšší relaxace, zvýšené ostražitosti, empatie, citlivosti a otevřenosti změně. Terapeut se může rovněž modlit za klienta / s klientem, jak činí malá část odborníků.

Linehanova dialektická behaviorální terapie (DBT) zahrnuje používání technik, většinou behaviorálního charakteru, k léčbě hraniční poruchy osobnosti. Však mezi techniky, importované do tohoto zdánlivě čistě behaviorálního konceptu, patří rovněž meditační tréninky, odvozený z východních duchovních cvičení. Meditace patří mezi „jádrové dovednosti“ vyučované v DBT a je využívána v posilování pacientovy schopnosti regulace stupně emoční vzrušivosti. V tomto přístupu

meditace umožňuje klientovi *objevovat, popisovat a být účasten*. Tyto výrazy označují všímavé (*mindfull*) vědomí toku událostí, emocí a dalších podnětů bez automatické reakce obvyklého vzorce. Meditace je dále užívána u klientů s impulsivním chováním. Meditace, sestávající ze soustředění na obraz nebo zvuk (mantru), zprvu začíná několikaminutovými periodami, aby přešla posléze do delších period, díky kterým klient „vypne“. Skrze rozvoj meditačních dovedností je klient schopen rozvinout určitý stupeň kontroly nad sekvencemi automatických myšlenek, pocitů a impulsivních akcí, které dříve charakterizovaly jeho chování.

Kontroverzní technikou, integrovanou v současnosti do psychoterapie některými praktiky je tzv. „převod energie“ či „léčení rukama“. Technika doteku předpokládá posílání energie od léčitele k léčenému. Tento přístup se používá ke klientovu uvolnění, energetizaci, či k řešení specifických obtíží skrze somatickou stránku. Terapeut, trénovaný v dotykové léčbě, např. metodou reiki, ji může integrovat s běžnou verbální psychoterapií.

Spirituální techniky mohou projít sítím technik tradiční psychoterapie ideálně tehdy, pokud projdou určitým stupněm empirické validizace. „Léčení rukama“ se sice ještě neprolomilo mezi tradiční psychoterapeutické metody, nicméně výsledky techniky procházejí kontrolovaným výzkumem jejich efektivity.

Podpora spirituálního formování jako léčba behaviorálních poruch

Podpora či usnadnění duchovního rozvoje či spirituálního formování coby léčba behaviorálních poruch představuje další cestu k integraci. V tomto přístupu proces duchovního rozvoje není přímo závislý na psychoterapii.

Nejnámějším příkladem tohoto přístupu jsou Anonymní Alkoholici (AA), či jiné dvanáctikrokové programy, které ve spojení s psychoterapií pomáhají v léčbě mnohých poruch, zejména pak závislostí. Záběr se rozšiřuje od látkových závislostí na závislosti procesuální, jako je gambling či kompulzivní sexuální chování. Carl Jung zaznamenal u některých svých klientů spontánní vyléčení závislosti ve vztahu k jejich duchovní konverzi, spirituálnímu probuzení. Alkoholické bažení po intoxikaci se tak mění v „duchovní žízeň“ po celistvém Bytí. Latinský název pro alkohol, *spiritus*, je používán jak pro jedovatý líh, tak pro nejvyšší duchovní zážitek. Pomocná formulka pak zní *spiritum contra spiritum* (Duchem proti „špiritusu“).

V programech AA je možné spatřovat záměrné navozování skutečné duchovní transformace coby protiklad k očekávání spontánní konverze. Spirituální přerod je spojen s životem v souladu s duchovními principy, bez uchylování se k návykové látce.

V dvanáctikrokových programech vidíme často synergii mezi spiritualitou a prováděnou psychoterapií. Program klade důraz na modlitbu, meditaci, odevzdání se Vyšší Síle, mystickému obrození, službě druhým, pokání a odpouštění, čímž se výrazně liší od racionálního individualismu, objevujícího se v jiných léčebných přístupech.

Spirituální formování jako cíl psychoterapie

Pátou cestou, na kterou se zaměřujeme, je spirituální rozvoj klienta. Tuto cestu integrace můžeme nazývat *spirituální (z)formování*. Toho může být dosaženo jak prostřednictvím individuální, tak skupinové práce a může mít více či méně psychoterapeutickou podobu. Millerová (2003) zformulovala segment psychoterapeutického působení, jehož hlavním cílem má být pomoc klientovi rozvinout jeho spirituální identitu a posílit se v duchovní zkušenosti. Rozvoj identity a zkušenosti ve spirituální oblasti patří ke klíčovým prvkům procesu spirituálního formování.

Rozdíl mezi psychoterapeutem a duchovním guru byl popisován výše; věříme, že proces spirituálního formování vedený či facilitovaný psychoterapeutem v psychologickém rámci představuje umírněný přístup ke spiritualitě.

Jak přístup popsáný Millerovou, tak Richardsem a Berginem jsou necírkevní. Millerové přístup ku spirituálnímu formování není monoteistický, Richards – Berginův ano, nicméně ne pouze křesťanský. V těchto přístupech se objevuje respekt k dědictví duchovních mistrů, životu svatých či osvícených lidí. Přístup je osvobozen od čistě religionistických rituálů, které se provádějí v rozličných obřadech různých církví.

Vyzkoušel jsem limity generického přístupu ke spiritualitě ve vlastní práci. Šlo o práci ve skupině, zaměřenou na duchovní rozvoj, která trvala po sedm měsíců. Zaměřovali jsme se na rozvoj meditačních dovedností, používání afirmací, čtení z inspirujících knih a rozvíjení spirituálního pohledu na život. Na konci období většina frekventantů skupiny projevila zájem následovat hlubší úroveň spirituální zkušenosti prostřednictvím další participace na duchovních tradicích.

Naše skupina představovala jakási „zahřívací kolečka“ v procesu duchovního rozvoje, ale její obsah nebyl schopen utišit probuzenou žízeň klientů po hlubší zkušenosti. Skupina nicméně motivovala své členy k dalšímu duchovnímu rozvoji: jeden z členů začal praktikovat řeckokatolické rituály, další se přiklonil k tibetskému buddhismu, a ostatní členové se ve větší či menší míře nadále věnovali rozvíjení spirituální praxe.

Psychoterapeutovo vlastní používání spirituálního přístupu

Šestou integrativní cestu představuje ta, při níž terapeut sám integruje principy a metody odvozené od spirituální tradice do psychoterapeutického procesu. Někdo může spiritualitu legitimizovat jako psychologický proces, jiný pak jednoduše bere vše jako celek ve spirituálním konceptu.

Jako příklad slouží pokus terapeuta, jenž v rámci přístupu zaměřeného na klienta rozvíjí „bezpodmínečný pozitivní ohled“. Terapeut byl praktikujícím křesťanem, který usoudil, že pro rozvoj onoho bezpodmínečně pozitivního ohledu je potřeba vidět klienta tak, jako vnímal Kristus lidskou bytost. Ačkoli provozoval tradiční psychoterapii, byl ovlivněn vnitřním postojem odvozeným od spirituálních tradic.

Terapeut s buddhistickým pozadím používal meditaci, což je obecně vnímáno jako duchovní cvičení, k projevení bdělé, nesoudící terapeutické účasti vůči svým klientům. Zjistil, že jeho vycvičení v buddhistické meditaci, „mindfulness“ nastavení, usnadňuje vlastní schopnost být pozorným a efektivním terapeutickým posluchačem.

Šestá cesta integrace tedy spočívá v terapeutově používání vlastní spirituality k usnadnění terapeutického procesu a dosažení léčebných cílů. V takových případech tedy není nutné, aby byl klient nutně účasten terapeutova vnitřního spirituálního života.

V tomto přístupu je terapeut ideálně schopen ponoru do změněného, často až transcendentálního stavu vědomí, což může prospět terapeutickému procesu. Takový stav vědomí může být i hlubší než obvyklá empatie či terapeutická účast, jež jsou přítomny v běžném terapeutickém působení. Může být dosaženo vyšší úrovně přijímání, účasti a neobvyklé úrovně vědomí. Takové stavy mohou ústít v hluboké procitování nesobecké lásky, zesílené citlivosti vůči ostatním, v kontakt s vnitřními zdroji soucitu a k celistvému vnímání klienta.

Dle západní monoteistické léčitelské tradice, a v psychoterapii zahrnující tyto koncepty, terapeut vnímá klienta jako milovanou a hodnotnou bytost, stvořenou k Božímu obrazu.

ZÁVĚRY

V této kapitole jsem shrnul témata související s integrací spirituality do psychoterapie v podobě šesti možných cest.

Spirituální formování, či přímo duchovní transformace, není podle mého pohledu primárním cílem psychoterapie. Cíle a metody spirituálního formování nemusí být vždy nutně v souladu s cíli psychoterapie, ideologické kontexty mohou být významně odlišné, jakož i používané metody. Psychoterapeut jako odborník s výcvikem a zpracovanou sebezkušeností není běžně v pozici, kdy má schopnost vzít odpovědnost za spirituální směřování. Terapeut se může odvážit se pustit s klientem do oblasti duchovního rozvoje, ale já osobně jsem skeptický vůči etice a výsledkům převládajícího terapeutického zaměření na duchovní rozvoj v psychoterapii.

Nejvíce sympatizuji s šestou větví integrace, kdy terapeut používá spirituální metody a přístupy vůči sobě samému v roli terapeuta, aby zvýšil účinnost terapie vůči klientovi. Přístup ke vlastním transcendentním stavům vědomí pak může ústít v transformované postoje vůči klientům, což může být terapeuticky prospěšné. Navíc používání metod, které mohou transformovat terapeutovu vlastní vnitřní sebezkušenost, neotevívá stejná etická a praktická citlivá témata, jaká by mohla být vnímána, pokud by úsilí terapeutického snažení směřovalo k tomu, aby to byli klienti, kteří změni svůj život do spirituálně vyšší úrovně.