

Pocit viny

Nepříjemné pocity ve větší či menší míře narušují vnitřní duševní rovnováhu člověka. Pocit viny patří k pocitům nejnepříjemnějším, a lidé se proto snaží zbavit se jeho autodestruktivního vlivu. M. Hirsch (1997) nazval pocit viny „ničivě ochromujícím afektem“. Pocit viny je druhem sociální emoce, úzce souvisí s pocitem studu ze sebe sama, s lítostí a sebeobviňováním a je reakcí na vědomé morální selhání subjektu nebo skupiny, s nímž se subjekt ztotožňuje. Pocit viny je provázen úzkostí, protože je spojen s očekáváním trestu. Tento zážitkový komplex obsahuje dva podstatné prvky: vinu (vědomí provinění „učinil jsem něco špatného“) a stud ze sebe sama („jsem špatný člověk“). Někteří psychologové však pocity viny a studu rozlišují a rozeznávají více druhů studu. Jiní spojují pocit viny s fenoménem svědomí, které se jako „vnitřní hlas“ ozývá, když člověk učiní něco, co neměl učinit, nebo neučiní něco, co učinit měl. Sókratův „*daimón*“ u Platóna však pouze odvrací od činu, nebo zaznívá jako výčitka, když byl nemorální čin proveden, ale k ničemu nevybízí. Již Aristoteles uvedl, že stud je „*strach před hanbou*“, je to reakce na přistižení při něčem, co je společensky desaprobováno (být přistižen při porušení nějakého společenského standardu, například ve špinavé košili, je zahanbující – zvláštním případem je pak sexuální stud). Proto Platón soudil, že stud je ctností, umožňující soužití mezi lidmi.

Pocit viny má úzkou vazbu na silnější morální hodnoty a je intenzivněji prožíván; porušení standardu je pro subjekt trapné, je-li při něm přistižen, v pocitu viny jako by přistihoval sám sebe při nějaké špatnosti. Stud znamená stydět se před jinými, vědomí viny znamená stydět se sám za sebe. Tak lze hovořit o jednotě pocitu viny a studu ze sebe sama. Je-li pocit viny reakcí na porušení morálních norem, je ovšem jeho předpokladem zvnitřnění těchto norem jako morálních hodnot, imperativů k jejich respektování. V tomto smyslu nemusí mít každý vrah výčitky svědomí z jím spáchané vraždy a tedy ani následný pocit viny, etický imperativ „*Nezabiješ!*“ jím nebyl zvnitřněn, nestal se mu morální hodnotou.

S tím úzce souvisí otázka původu pocitu viny. Pokusil se na ni odpovědět již S. Freud (zejm. 1930). Spojoval pocit viny s fungováním „*superega*“ („*nadjá*“), oné instance („*aparátu*“) osobnosti, jež se u dítěte utváří v identifikaci s postojem a chováním rodičů jako komplex vědomých i nevědomých morálních povinností, který působí v souhře s instancí „*ega*“ (sociálně adaptabilní „*já*“) a je ve stálém napětí s instancí „*id*“ (neosobní „*ono*“, reprezentující pudové sklony). Podle Freuda je *superego* „*introjektem autority*“, zpočátku rodičovské, později i osob a skupin, s nimiž se jedinec identifikuje a které jsou tak zdrojem zvnitřněných povinností. U dítěte je chování, které není v souladu se zvnitřněnými požadavky rodičů, spojeno s hrozbou ztráty jejich lásky, a proto je u dítěte spojeno s úzkostí. „*Zlo je zpočátku to, co brozí ztrátou lásky; ze strachu před touto ztrátou je nutno ho odstranit... tento stav se nazývá špatné svědomí, avšak vlastně si toto pojmenování nezaslouží, neboť na této úrovni je vědomí viny zřejmě jen strachem ze ztráty lásky, sociální úzkostí*“ (Freud). Naproti tomu E. Fromm (1947) rozlišil autoritární a humanistické svědomí: autoritární je ono shora zmíněné *superego*; jako zdroj pojetí



Aleš Pejchal

Jak pocítit vinu

„Dokud pravomocným odsuzujícím rozsudkem soudu

není vina vyslovena, nelze na toho, proti němuž se vede trestní řízení, hledět, jako by byl vinen.“ Tímto suchým právnickým konstatováním se s veškerými pocity spojenými s vinou vyrovnává náš platný trestní řád. Vina je tedy objektivní kategorie společenské vědy zvané právo. Vina je fikce, neboť pokud není kvalifikovaným způsobem vyslovena k tomu pověřeným člověkem (trestním soudcem) anebo skupinou lidí (trestním senátem), prostě neexistuje. Tak jaképak pocity?

Pravý opak však přináší kategorie morální, asi

nejlépe definuje onu pocitovost John Rawls ve své Teorii spravedlnosti: „Obsah této morálky je charakterizován kooperativními ctnostmi, tj. spravedlností a slušností, věrností a důvěrou, integritou a nestranností. Typickými nectnostmi jsou lakota a neslušnost, nečestnost a lest, zaujatost a předpojatost. Kdo z členů skupiny podlehne těmto nectnostem, u toho dojde ke vzniku (skupinového) pocitu viny na straně jedné a k nevoli na straně druhé.“ V oblasti morálky je vina záležitostí zcela pocitovou, byť pocitovou skupinově.

Abych se sám pouštěl do hlubších úvah o pocitu viny, pak bych musel zvolit rozsáhlou analýzu, kde bych zkoumal historický vývoj kategorií viny v jednotlivých právních systémech na straně jedné a obdobný vývoj morálních kritérií ve společnosti lidí na straně druhé.

Nádherná práce, zajímavá, leč začínám mít velice silný pocit viny nejenom vůči paní šéfredaktořce, ale i celé redakci, že bych svoji práci neodevzdal včas.

Pročez se uteču ke starým Římanům, kteří stejně věděli všechno nejlépe, a pokud jde o otázky viny, spoléhám na svého osvědčeného antického kolegu, jímž není nikdo jiný než Marcus Tullius Cicero. Jako každý právník a hlavně advokát se s vinou (byť ne svojí) potýkal celý život. Plody své práce zobecnil takto: „Lidé se netrápí tím, že se provinili, ale špatně snášejí, když jsou káráni, zatímco by měli naopak trpět proviněním a těšit se z napomínání.“

Ještě jste nepocítili, jaké je pocítit vinu? Kaji se a prosím za odpuštění. MEA CULPA, MEA CULPA, MEA MAXIMA CULPA. ■

Libuše Koubská

A nepříjde-li trest hned vzápětí...

Podle psychologů

znamená pocit viny subjektivně prožívané přesvědčení vztahující se k minulosti, v němž si dotyčný myslí (někdy i nesprávně), že něco zavinil, trpí výčitkami svědomí, trápí se a očekává trest. Také se tomu říká autoakuzace neboli sebeobviňování. Dnešní doba, která se tváří, že má po ruce instantní řešení veškerých problémů, nabízí na internetu i pro tento případ jednoduché návody. Třeba Pět způsobů, jak překonat pocit viny. Údajně stačí 1) zhodnotit závažnost svého jednání; 2) zvážit míru osobní zodpovědnosti; 3) prolomit mlčení; 4) napravit škody; 5) odpuštět sobě samému. A pryč k překonání pocitu viny někdy stačí pouze dva nebo dokonce jen jeden z těchto kroků.

Kéž by to bylo tak jednoduché! Kdyby člověk sám sobě jednoho dne pěkně řekl: Odpusťte si, co jsme si, vlastně spíš odpusť si, co sis – a fertig, jedeme dál močálem černým kolem bílých skal. Svědomí jako lilium. A to, že byl opakovaně nevěrný, že vstoupil do bídácké politické strany, jejíž ideologii nevěřil ani za mák, že místo za smrtelně nemocnou maminkou do špitálu chodil radši do hospody,

ideálního já, je výsledkem „fascinací autoritou“, jako zdroje norem, ale v životě je někdy nutno postavit se proti autoritě. Humanistické svědomí je dobré i špatné, souvisí s udržováním již relativně stabilizovaného sebepojetí a sebehodnocení a je hlasem integrace našeho „pravého já“.

Pocit viny je nesnesitelný, a proto existuje obrana proti pocitu viny především jako racionalizace provinění a jako „projektivní přesunutí viny“ (Adam svádí přestoupení božského zákazu konzumace jablek ze Stromu poznání na Evu, a ta opět na Hada, který ji svedl). Zvláštním případem je „suspendování superega“ (svědomí), tj. jeho zastoupení nějakou ideologií, jako byl např. komunismus a nacismus (vraždění ve jménu třídní a rasové nenávisti). Nesnesitelný pocit viny může být vykoupěn také nevědomým sebetrestáním, které má různé formy autodestruktivních aktů až po sebevraždu. K hrdinovi Dostojevského díla *Zločin a trest* Raskolnikovovi, který zavraždil lichvářku–stařenu, říká jedna z ústředních postav, Soňa: „Vzít na sebe kříž a vykoupit se jím, to musíš udělat“. Raskolnikov dlouho bojuje se svým pocitem viny, ale v jednom okamžiku Soňa říká: „Zavraždil jsem sebe, nikoli ji,“ a vyjadřuje tím utrpení z dosud nevykoupěného pocitu viny. Proto snad v mnoha případech platí výrok velkého dramatika H. Ibsena v jedné z jeho her: „Šťěstí je především a před všemi věcmi tichý, radostrý, jistý pocit nevinnosti.“ Z dosud uvedeného vyplývá následující sekvence dějů, která vyjadřuje dynamiku pocitu viny a její psychické vykoupění:

identifikace → nedodržení → signál nedodržení → psychický důsledek → sebeobrana
s normou normy (hlas svědomí) (pocit viny) (redukce pocitu viny)

Pocit viny je nepochybně jedním z nejvýraznějších aspektů kultury, v níž se uplatňoval princip spravedlnosti jako zákon odplaty, který má i svou stránku individuálně psychologickou, jako je sebetrestání. Lidská psychika je však uzpůsobena tak, že se mu lze vyhýbat stejně jako skutečné vině před světskými soudy. ■





je smazáno. Není. Jak napsal básník Jan Skácel ve své sbírce Smuténka, nepřijde-li trest hned vzápětí, musíš si vinu odžít životem. Nechci tu kázat jako nesmiřitelný starozákonní prorok, chci jen říct, že některé pocity viny zůstávají jako nevyhladitelné ostny, a že to je tak dobře. Bez těch ostnů – ostruh – bychom se nepohnuli dál, nebo spíše výš. Německý existenciální filozof Karl Jaspers (ještě před filozofií studoval medicínu, kde se specializoval na psychiatrii) ve svém slavném eseji O vině říká, že oprostění od viny, očista, se neděje vnějšími činy, vnějškovým odčiňováním, magií. Že je to hlavně vnitřní pochod, který není ničím, co se dá jednou provždycky vyřídit. Že je to neustávající proces, protože se objevují nová a nová rozcestí. Nebo viděno soudobýmá očima nové křižovatky. Tu dobrou silnici může pomoci vybrat i předchozí špatná zkušenost se sebou samým. Může, ale nemusí. Podle Jasperse „z proměny ve vědomí viny nikterak přirozeně nevyplývá, že bychom měli být odměněni novým štěstím života“. Rozhodně bychom ale mohli být líp připraveni na to, co přijde za zatáčkou. Abychom tam zas nevlitli do něčeho, co by v nás zanechalo nevyhladitelný pocit viny. ■

Lenka Procházková

Pocit viny vyšlechtil člověka

V dětství pocit viny souvisí se strachem z potrestání. Tato přímá úměra funguje i při výchově domácích zvířat. Provinilé dítě i provinilý pes, když potrestání odezní, většinou projeví pokoru, protože touží po smíru s „vrchností“. S podobným principem operuje i katolická církev. Hříšník se v hygienických intervalech vyznává ze svých vin a prostřednictvím kněze je mu odpuštěno. Hluboká důvěra v odpuštění je mistrovským vynálezem proti zoufalství. My, kteří rituál zpovědi nepraktikujeme, se musíme s pocitem viny vyrovnat sami. Výčitky svědomí jsou signálem, že jsme ublížili své vlastní duši. A i když racionálně víme, že duše neexistuje (žádný patolog ji ještě nenašel), my reálně cítíme, že bolí. A nejsme první, koho. Myslím, že ani Shakespeare nebyl žádný svatoušek a že si tu lady Mackbeth nevyčucal z prstu. Člověk si své běsy nevmýšlí, on je zná. Už ty antické Erýnie jistě vznikly reálným prožitkem a zřejmě nešlo jen o kvílení větríčku. Někdo někoho zapích a pak mu to leželo v duši. A předal nám ten mučivý prožitek pro výstrahu. Silná umělecká díla stejně jako náboženství odedávna ukazují, že překračování základních pravidel společenství je zlým činem. Mezi nepřebornými příklady potrestaných viníků jsou však i výjimky. Někdy dobro prohraje. Církev to řeší institutem mučedníků, kteří jsou za své utrpení odměněni až po smrti, zatímco na nedostížené lotry čekají věčná muka. Umění je méně alibistické. Uznává, že pocit viny není vrozený, ale vypěstěný, a že ho nemusí mít úplně každý. Lékaři a právníci to vědí taky. Lidé, kterým chybí schopnost cítit svou vinu, jsou pro společenství „normálních“ nebezpeční. Nemají zpětnou vazbu (ty výčitky). Způsobit to může i nějaká vada v mozku, ale častěji špatná výchova. Fanatismus, který hlásá, že účel světí prostředky, vede k přizpůsobování se špatným (nepřesným) pravidlům. Pocit spoluviny může zakrňet a nakonec vymizet, když potrestání hlavních viníků se opakovaně nekoná. Člověk zbavený pocitů viny pak přestává být „domácím“ zvířetem, přestává cítit odpovědnost za „obec“ a vrací se k zákonům džungle. Takový člověk přestává disponovat budoucností. ■

Michael W. Pospíšil

Pocit viny

Vina je pro duši totéž,

co je bolest pro tělo. Bolest není sice příjemná, ale upozorňuje, že je něco v nepořádku. Pak už je třeba hledat příčinu tohoto stavu, léčit.

Pocit viny má rovněž svůj smysl. Je zde proto, abychom hledali možnost, jak se „očistit“, jak se stát lepšími. Učí nás rozeznávat naše chyby, omyly, učí nás se s nimi vyrovnávat. K tomu má každý jedinec vlastní morální mantinely, tvořené společností, v níž žije, a svým pohledem na svět.

Vina je výsledkem objektivního chování či činu – spácháme-li něco nezákonného, jsme prostě vinni. To samozřejmě záleží

na společnosti, v níž žijeme. V judeo-křesťanské kultuře je například zakázáno mnohoženství, což neplatí ve většině islámských zemí.

Pocit viny může být, a často je, subjektivním pocitem. Například objektivně není nic proti ničemu, jsme-li poctivým způsobem bohatí. Přesto můžeme mít pocit viny, že jsme bohatší než někdo druhý. V Deníku Franze Kafky jsem kdysi četl tuto historku – malý Kafka měl v kapse korunu. Před jedním domem natahoval žebrák ruku. Franzovi připadalo, že je koruna příliš velké bohatství na to, aby žebrák neurazil tím, že by mu ji vhodil do čepice. Vyměnil si proto korunu na dvacetníky a pětkrát obešel blok, aby pokaždé žebrákovi vhodil šesták.

Pocit viny, tak jak ho cítil Franz Kafka už jako dítě, se později stal jedním z hlavních témat řady jeho literárních textů. Nejsilněji je rozvinuto ve slavném Procesu. Kafka hovoří o pocitu viny jakožto subjektivnímu vnímání našeho vlastního chování v rozhovoru s Gustavem Janouchem takto: „Nic není tak neoddelitelně spojeno s duší jako bezdůvodný pocit viny. Právě proto, že je bezdůvodný, nelze tento pocit vymazat.“

Sigmund Freud patří mezi nejznámější vědce, kteří pocit viny začali studovat. Později se tento pojem stal jedním ze základních témat psychoanalýzy. Freud pocit viny nepovažuje ani za špatný, ani za dobrý. Teprve jeho příčina ho může proměnit v pocit destruktivní. ■