

Lítost

Pojem lítost má dvojí, psychologicky zcela odlišný význam: 1. lítost ve smyslu soucitu s někým, kdo nějak trpí vinou někoho nebo něčeho („lituji ho“) a 2. lítost vyvolaná důsledkem vlastního činu, která může mít zase dvojí odlišný význam: a/ lítost spojená s pocitem viny („lituji někoho, jemuž jsem něco zlého učinil“ – kajícnost) a b/ lítost spojená s vědomím učiněné chyby, vedoucí k vlastní ztrátě financí, prestiže apod., například z nevyužití příležitosti nebo chyby v rozhodování. V obou těchto případech jde o reflexi důsledku mého vlastního činu, ale v prvním případě jím utrpěl někdo jiný a je to spojeno s pocitem provinění, ve druhém případě je to spojeno s pocitem vlastní ztráty nebo sebepoškození.

Aristoteles ve své Rétorice psal o lítosti ve spojení se soucitem jako o určitém druhu smutku, který člověk prožívá, když vidí někoho, kdo si to nezasloužil, jak ho potkalo nějaké zlo, a již tehdy naznačil, že je to založeno na vztěžení se do nesnázi někoho druhého, především toho, kdo je subjektu soucitu podoben věkem, charakterem, zvyky a sociálním postavením. Lítost jako soucit je „prožívání utrpení, bolesti a bídy jiných jako vlastního utrpení“ (W. Tisch, 1987), „je to přirozený lidský cit, který se rozšiřuje i na mimolidské bytosti“, na zvířata, ale i na neživé objekty (lítost nad zpusťšenou krajinou), je centrální ctností v mahajánském buddhismu a má mimořádný význam v křesťanství („kající lítost“ vedoucí k pokání a odpuštění hříchu).

Z dosud uvedeného tedy vyplývá, že člověk může litovat jiné i sebe sama, a to jak ve smyslu etického (učinil něco nemorálního, hříšného), tak i ryze pragmatického (učinil nebo neučinil něco, co ho poškodilo materiálně nebo sociálně – lítost ze ztráty nějaké hodnoty). Pojetí lítosti ve spojení se soucitem hrálo velkou roli ve filozofii a zvláště v etice. Moralista Adam Smith (1759) nazval lítost „morálním sentimentem“. Pozoruhodnou úvahu věnoval lítosti B. de Spinoza (Etika, s. 194, 257): „člověk může být příčinou jak svého zármutku, tak své radosti“, tou příčinou je „idea sebe sama“ (dnes bychom řekli spíše sebepojetí a sebehodnocení) a jde tu o spokojenost se sebou samým a o lítost; „lítost totiž jest žalost, provázená ideou sebe sama, a spokojenost jest radost, provázená rovněž ideou sebe sama jakoby příčinou“, jsou to dva mocné afekty, avšak „lítost není ctností, čili nevzniká z rozumu, nýbrž ten, kdo lituje činu, je dvojnásob bídny neboli bezmocný (...), neb kdo lituje činu, podlehl nejprve zlé žádosti a potom žalosti“.

Všechny zmíněné druhy lítosti jsou provázeny smutkem, ale v prvním případě (altruistické lítosti spojené se soucitem) je to smutek z toho, co se stalo jinému, a v druhém případě (egoistické lítosti spojené s morálním či materiálním poškozením sebe sama) je to smutek z toho, co se stalo subjektu samému. Ego-vztažnost soucitné lítosti chápe Ph. Lersch (1970) jako snahu po vlastní hodnotě, po sebeúctě. V lítosti stojíme vůči sobě samým jako posuzovatelé a soudci při plném odhlédnutí od úsudku našeho prostředí: „U skutečného soucitu nejde o vnější důsledky činu, nýbrž o to, že jsme se prohřešili proti hodnotě vlastního já, že jsme jako osoba selhali“. Avšak když si říkáme „Co jsem to udělal za hloupost?“, tedy něco pro mne nežádoucího, není to soucitná sebelítost, nýbrž je to „směr zloby a nespokojenosti se sebou samým, která má svůj motiv ve zklamání buď egoismu, moci, nebo nároku na uplatnění“. Lersch se v této pasáži odvolává na Schopenhauera, který uvedl, že „nejhlubší lítost není vyjádřena formulí ‚ach, co jsem to učinil‘, nýbrž ‚co jsem to za člověka, že jsem mohl učinit něco takového‘. Oba uvedené druhy lítosti se pokusil ve svém vymezení spojit J. Hasenfuss (1987): „Lítost je cit – ve zvláštních případech afekt – nespokojenosti, odporu, bolesti a rozmrzení všeho chybného, co bylo učiněno, spojený s vědomím nehodnotného a nesprávného, jakož i s předsevzetím eventuálního zadostiučinění a zlepšení“.

Ať už uvažujeme lítost egoistickou, nebo altruistickou, ať už litujeme druhého, nebo sebe sama, význam pocitu lítosti je v tom, že si duše sama sobě nastavuje zrcadlo. Velký význam má pak zejména projevená lítost v partnerských vztazích, kde je-li reakcí na vědomí vlastního provinění vůči partnerovi, signalizuje mu přiznání se k chybě, bezpráví, křivdě, poškození učiněnému vůči němu a otevírá tak cestu k nápravě a usmíření. Proto S. Kierkegaard spojoval lítost s pocitem viny a soudil, že je smutkem, urychlujícím cestu k nápravě provinění. ■

Text prof. PhDr. Milan Nakonečný

Teologická fakulta JU v Českých Budějovicích,
katedra psychologie

Nevěrná žena má výčitky, věrná žena lituje



Michael W. Pospíšil

Lítost či výčitka – emoce s retardérem

Jeden řecký filozof řekl, že je lépe dříve přemýšlet než jednat a pak litovat, že jsme jednali. Staré české přísloví to zjednodušeně shrnuje do známého dvakrát měř, jednou řež. V člověku pak vzniká nepříjemný pocit lítosti nebo výčitky.

Lítost se neobjevuje vždy okamžitě poté, kdy na jedince dopadne její příčina. To platí především u takových příčin, které bychom mohli nazvat „vážnými“. Teprve analýza situace, jež vyžaduje mnohdy hodně času, nás zavádí do světa lítosti či výčitek svědomí. Svůj vliv hraje i hierarchie hodnot každého jedince, vyvíjejících se s narůstajícím věkem. Lítost je emocí podobající se někdy dlouhé zápalné šňůře k bombě. Až dohoří, vybuchne. Asi nikdy nezapomenu následující situaci. Můj otec ležel v nemocnici v posledním týdnu na cestě do jiného světa, já byl u něj, přestože jsem v té době žil v zahraničí. Lékař nemohl s přesností říci, jak dlouho tento stav bude trvat. Pracovní povinnosti mě nutily vrátit se. Řešil jsem dilema: zůstat, nebo odjet. Ve finále mi doktor doporučil, abych odjel, a uklidňoval mě, že zavolá, nastane-li nějaké fatální zhoršení otcova stavu. Moc jsem mu sice nevěřil, ale přesto jsem přijal jeho slova jako vyzvání k cestě. Ani ne za dva týdny jsem se vrátil do Prahy znovu...

Teprve s postupujícím časem se mi tato vzpomínka vrací a vzbuzuje ve mně definitivně pocit lítosti. Teď vím, že jsem měl zůstat. Sice by se na výsledku nic nezměnilo, ale třeba bych otci mohl

držet ruku, třeba by se mu odcházelo lehčeji, třeba by mou přítomnost ani nevnímal, třeba... třeba..., ale zcela URČITĚ bych toho po desítkách let NELITOVAL.

Lítost je v nevyhrocených situacích spíše emocí nepřilíš silnou. Litujeme kdekoho a kdečeho, aniž bychom se opravdu zamysleli nad tolikrát vyslovovaným obratem – je mi líto. Ostatně jde spíše o společenský obrat než opravdový pocit, který sdílíme s naším bližním. Je nám líto, že někdo ztratil peněženku, roztrhl si kalhoty, prohrál sázku nebo mu na tašku sedl zlý pes a on přišel pozdě na schůzku.

A jaký je rozdíl mezi výčitkou a lítostí? Moc hezky to řeší japonské přísloví – Nevěrná žena má výčitky; věrná žena lituje... ■

Libuše Koubská Potmě je tolikrát líto

Lituju lítost. Bráním ji, protože se mi přičí, co jí lidstvo udělalo, kam ji zařadilo a jakými adjektivy ji opatřilo. Začal s tím už Zarathustra, když v šestém století před Kristem prohlásil, že lítost je škodlivý cit. Křesťané ji zase zredukovali na pocit bolesti a zkroušenosti nad spáchanými hříchy spojený s předsevzetím už se jich nedopustit. Když projevíte náležitou lítost, dostane se vám rozhřešení a máte svatý pokoj, výčitky svědomí a strach z následků vašeho hříšného chování pomínou, odtáhnou ke všem čertům.

A ta přídavná jména, která chudák lítost vyfasovala? Seřazeno podle abecedy – nejčastěji bývá bezmocná, bolestná, pozdní, přehnaná, sentimentální, účinná (to v trestním právu). Dokonce existuje Neodvodnitelná lítost – v podobě názvu jedné electro-rock-popové kapely.

Slovníky synonym přirazují lítosti takové truchlivé stavy, jako jsou kajícnost, pokání, žal. Mudrosloví moralisticky vyhlašují, že prozíravost je lepší než pozdější lítost. Prostě většinový názor (až na tu rockovou kapelu, která to nejspíš myslí s lítostí dobře) zní, že se jedná o citové hnutí nežádoucí, protože nepříjemné. Zajímavý prvek v bádání na téma lítost

Je mi to líto, ale život bez lítosti je neúplný!

představují výsledky výzkumů veřejného mínění, z nichž vyplývá, že lidé všech věkových kategorií i společenských vrstev mnohem více litují toho, že něco neudělali, než že něco udělali. Že více litují nečinnosti než činů. Ostatně Edith Piaf ve svém slavném „non, je ne regrette rien“ také měla na mysli to, co se stalo, a nikoliv naopak.

Hlavně však – lítost přece není pouze sklíčenost nad tím, že jsme něco provedli, případně neprovedli. Má ještě další dimenzi. Jak seznal už ve 14. století japonský básník Jošida Kenkó, na mnoha věcech je úžasný právě začátek a konec. Vždyť i láska muže a ženy není jen to, že jsou spolu. Smutek nad nenaplněnou láskou, nad zplanělými sliby, chladné noci probdělé na opuštěném lůžku, stesk po milém, který žije pod dalekým nebem, vzpomínky na štěstí prožité v domě, který zpustl a zarůstá trávou – teprve tohle všechno dohromady znamená milovat.

Jošida Kenkó vyjádřil tuto podobu lítosti dokonale. Neměli bychom na ni zapomínat, naopak, měli bychom si jí vážit a brát ji jako součást svého života. A neplatí to jen o milostných vztazích, platí to všeobecně. V noci jsem uslyšel smuténku, napsal moravský básník Jan Skácel. Přišla a prostředním prstem tukala na sudy, jestli je víno doma. Všechno chce o nás teď vědět smuténka za nás smutná. Klepala na sudy. Potmě je tolikrát líto.

Ten, kdo tohle nezažívá, přichází o jednu důležitou, sice trýznivou, přesto kladnou emoci. Je mi líto, ale život bez lítosti je neúplný. Politováníhodný. ■

František Houdek

Lítost nad nelítostným světem

Jako docela malý kluk jsem jednou šel s babičkou na houby. Den předtím přšelo, tomu odpovídal náš úlovek, ani jsem se nemohl dočkat, až se jím doma pochlubíme. Z lesa jsme se vraceli po silničce lemované hlubší škarpou. Já si předtím v lese ulomil „kyj“ a cestou s ním ze zbůjnosti všelijak máchal. Přitom jsem nešťastnou náhodou trefil košík a vyrazil ho babičce z ruky. Skutálel se do příkopu, část hub se rozlámala, většina pak skončila ve stružce nevábné kapaliny. Při pohledu na zmarněný úlovek jsem se rozplakal. Vzpomínku na tu prudkou, nefalšovanou lítost v sobě nosím dodnes a používám ji jako nedosažitelný standard.

Po několika letech, už jako školák, jsem jednou, zaujat budováním bunkru ve vymleté potoční zátočině, přišel domů pozdě a jako prase (rozuměj špinavý). Maminka mi za trest zabavila moje tehdy zamilované předspánkové čtení – Dobrodružství Toma Sawyera od Marka Twaina. Nikdy nezapomenu na tu intenzivní sebelítost, které jsem se celý večer oddával. Babička, zemitá Pošumavanka, dokonce prohlásila: „Ten kluk je nějak moc lítostivej, ten to daleko nedotáhne!“ Měla pravdu, nicméně alespoň jsem neskončil jako maďarský matematik János Bolyai, který zjistiv, že jeho objev neeuklidovské geometrie učinil už dříve někdo jiný, ze samé (sebe)lítosti zanevřel na matematiku a věnoval se původnímu povolání důstojníka v rakouské armádě. Nebo dokonce jako anglický chemik Archibald C. Couper, který byv připraven o prioritu objevu čtyřvaznosti uhlíku v organických sloučeninách, propadl šílenství...

Díky bohu, já takhle jenom záhy a takřkajíc nastálo poznal lítost i sebelítost, jakož i to hlavní – rozdíl mezi nimi. Ten ostatně nádherně vystihuje slavný fyzik – vozíčkář Stephen Hawking: „Krátko po svých jedenadvacátých narozeninách jsem se dozvěděl, že mám nevléčitelnou nemoc, která se bude jen zhoršovat. Byl to pro mě značný otřes. Jak se něco takového mohlo přihodit zrovna mně? Proč mám takhle předčasně odejít ze světa? V nemocnici jsem však viděl umírat na leukémii chlapce, kterého jsem trochu znal z dřívějšíka. Nebyl to hezký pohled. Kdykoli se mě zmocní pocit sebelítosti, vzpomenu si na něho.“

A teď dál. Jedním z mých nejoblíbenějších učitelů na střední škole byl profesor Smetana na základy strojnictví. Ve vzpomínkách se mi připomíná zejména dvěma slogany: „Je mi líto, ale zároveň jedno,“ říkával, když musel dát špatnou známku troubovi, který na víc neměl. Když ale sardeloval bystrého flinka, bědoval: „Je mi líto, opravdu líto!“

Na páně Smetanovo rozlišování „lítosti“ a „opravdové lítosti“ v posledních letech myslívám dost často. Obrat „je mi líto“ se zvláště v takzvaných lepších kruzích stává automatickou, nic neříkající frází, jak někoho poslat někam; s lítostí samozřejmě nemá pranic společného. Naopak, zkušenost mi říká, že drtivá většina řečiček o lítosti neomylně signalizuje její totální absenci. Opravdovou lítost dnes rozpoznávám jinak, neverbálně, ostatně ona – viz moji houbovou iniciaci – skutečně bývá spíš němá. A taky čím dál vzácnější; jako bychom na ni neměli čas ani prostor, jako bychom se za ni styděli. Navíc mám pocit, že v dnešní honbě za věcmi, požitky a polní trávou se nám do ní stále víc motá sebelítost. Je mi to líto, opravdu líto! ■

