

## Úzkost (a strach etc.)

Pomineme-li všeobecně sdílenou zkušenost „bezprostředního“ strachu před něčím konkrétním (pochopitelně ani tu nejde o něco doopravdy „bezprostředního“, ale spíše jen velmi málo a zejména v časovém ohledu jen omezeně zprostředkovaného), představuje nejen úzkost, ale také strach vztah k něčemu, co tu ještě není, ale co hrozí, že přijde nebo že již přichází. V tom smyslu jsou strach nebo úzkost něčím mnohem závažnějším než pouhým afektem, pouhým rozpoložením, naladěním nebo hnutím mysli. Strach a zejména úzkost jsou způsobem, jak se vztahujeme k budoucnosti a tedy k času. Je to vlastně druh očekávání, jemuž se strachem nebo úzkostí dostává jisté kvalifikace: to, co očekáváme, je něčím, co nám hrozí nebo čeho se děšíme. Významnou úlohu tu sehrává specificky lidské vědomí, které funguje jako zesilovací a zeslabovací medium, navíc schopné uchovávat své zesílené „obsahy“ velmi dlouho, ještě po značnou dobu poté, kdy „bezprostřední“ popud už dávno pominul. To není jen otázkou paměti, neboť pak by intenzita strachu nebo úzkosti musela vždy časem slábnout (jak tomu jistě obvykle bývá); a není tomu dokonce ani tak, že jen nějaký nový zážitek by musel vyvolat vzpomínku na dřívější strach či úzkost. Úzkost jako „pocit“ je schopna se emancipovat od aktuálních situací - v tom se právě úzkost liší od strachu - a stávat se jakousi přetrvávající ingrediencí většiny nebo někdy i všech způsobů prožívání a přeladit tak všechno vědomý život na svou frekvenci. Psychologové a psychiatři v takových případech obvykle už mluví o psychických deviacích (nejčastěji o depresivních stavech), ale po mém soudu poněkud předčasně. O něco přiměřenější přístup tu prokazují sociální psychologové se smyslem pro dobové resp. dějinné okolnosti. Dějinná orientace nám totiž otvírá pohled na pozoruhodnou skutečnost, že v některých dobách obecně převládá nálada optimistická a v jiných pesimistická, že někdy můžeme ve vědomí lidí určité epochy rozpoznat všechny drobné radosti zastiňující tíseň, únava a beznaděj, zatímco v jiných epochách převládá jasný pohled, vnitřní jistota a spoléhání na budoucnost.

(Písek, 041123-1.)