

# Hádala se mysl s tělem

Ideologie a osudy:  
tři generace českých žen

*Psychoterapii provozují od počátku let osmdesátých. Jak běží historie, sledují proměnu příznaků, s nimiž klienti přicházejí. Nicméně ještě dříve, než tyto příznaky a dějinné proměny člověka zpracuje kvantitativní výzkum, nabízí se pozorování klinické, a takto je míněn i následující příspěvek.*

Za komunistického režimu mi klienti nejčastěji sdělovali potíže v mezilidských vztazích (přispíval k nim též vadný sociálně-ekonomický systém, který kupříkladu neumožnil mladé dvojici odstěhovat se od rodičů). Jak se přelomilo tisíciletí a režim, začala jsem pozorovat nový druh trápení. Vzrůstal počet těch, kdo si stěžují na své vlastní selhávající tělo a na různé komplikace v oblasti nejintimnější. Starosti, které lidé do terapie přinášejí nyní, jakoby se z prostoru sociálního, ovládaného společenskými pravidly a dialogem, přesunuly do oblasti intimnější, tam, kde slova nestačí, kam sociální učení někdy nedosáhne a kde se člověk vrací ke svým archaickým kořenům živočišným.

Snad nejčastější starost, s níž nyní ke mně přicházejí mladé ženy a dívky (vedle poruch příjmu potravy), souvisí s potížemi v začátcích sexuálního života, a tyto potíže se často s novým partnerem znovu opakují.

*Opakují se bolestivá stažení a neprůchodnost, různé záněty např. močového měchýře, které často zchroničtí a příliš se nelepší při léčbě pouze somatické. V očekávání plánovaného milostného styku dívky někdy vzracejí nebo nemohou jíst. Přitom dotyčná dívka o toho jistého muže často promyšleně usiluje, říká, že ho má ráda a stojí o vztah s ním, její potíže však připomínají obranu ohroženého němeého těla. Jakoby tělo chtělo něco jiného, než zamýšlí racionalita.*

Jiné mladé ženy sdělují, že sice zvládají přátelský a nezávazný sex, avšak před tím jediným mužem, kterého by si přály, cítí nepřekonatelné zábrany, anebo takového muže spíše vůbec nenalézají. Jakoby se bály ho nalézt...

*S podobným typem potíží přicházejí i mladí mužové: rádi by založili rodinu, avšak zahlceňují nepřeborným množstvím sexuálních nabídek nejsou s to prožít lásku. Občas překvapí i příběh opačný: mladý muž v druhé půli svých dvacátých let, vzdělaný, pohledný, laskavý – a bez jakékoli milostné zkušenosti, závislý na rodičích a na počítači... Potíže ve vztazích jsou někdy i u mužů doprovázeny příznaky tělesnými, i oni reagují na ohrožení těla, a to často nevolností až zvracením. Tehdy, kdy jejich tělo je jakkoli znejistěno ve své autonomii (např. i při jízdě v dopravním prostředku), anebo kdy je subjekt vystaven masiv-*

*ní ukázce tělesné destrukce (při pohledu na maso v prodejně i na talíři...). Mladí mužové občas vyjadřující překvapující postoje, úspěšný přítažlivý absolvent dvou vysokých škol se domnívá, že sex je zrada na rodičích, jiný mládenec veškeré milostné konání kromě penetrace své dívky odmítá, domnívá se, že líbání a hlazení absolvoval už na gymplu a teď už to pro něj není...*

K příznakům, které jako by vyjadřovaly ohrožení těla, se často druží zábrany z intimní blízkosti duše. Strach z intimity, zdá se mi, provází vztahy častěji, než tomu bylo dříve.

Příznak spojený s tělem nevidíme jako nějaké porouchání bezduchého stroje, který byl přinesen do správký – do terapie. Příznak slyšíme jako neverbální volání bytosti o pomoc. Jakmile klienti pochopí, že příznak může mít smysl, otevře se jim cesta k dalšímu porozumění a k uzdravování.

## **Příznak je druh jazyka, je to řeč těla**

A řeč těla nepoužívá slova. Tělesné příznaky spíše připomínají symboly z oblasti umění, obrazy snů, metafory jazyka.

*Asi nejsnáze srozumitelná je řeč traktu zažívacího a trávicího: například není obtížné porozumět, že když tělo odmítá, nepřijímá, vyvrhne to, co je či bylo potravou, možná zástupně vyjadřuje snahu bytosti zbavit se nějakého jiného vnitřního obsahu – třeba nějaké zkušenosti, zážitku, který sice není podstaty hmotné, ale člověk jej přesto musel pozřít, spolknout, strávit... Podobně srozumitelné mohou být různé potíže kožní, neboť kůže je hranicí mezi bytostí a světem a na této hranici se odehrává zápas o to, co bytost do sebe přijme a čeho se chce zbavit, co ze středu těla odesílá až na samu jeho hranici. Různé poruchy kožní mohou vyjadřovat nevědomou nevědu těla nad přestoupením tělesné hranice, nad inkorporací něčeho nevědomě odmítaného.*

Řeč těla má svůj pendant v metaforice jazykové, která neverbální řeč těla překládá do obrazů svrchované srozumitelných: *něco nepřijemného nám leze krkem (zpět ven), ale jsme nuceni to spolknout, musíme to strávit, přitom nejraději bychom (se na) to vykašlali. Na něco jiného nás už srbí dlaně, jindy tzv. „dostaneme kopřivku“, když se našich smyslů nebo naší představy dotkne něco nemilého. Takový zážitek pak ani nemůžeme vydýchat, dokonce i něčí přítomnost cítíme, jako že nás dusí...*

Jazyková metaforika stejně jako řeč těla vyjadřuje rozpor, ambivalenci tužeb na úrovni vědomé a nevědomé. Připomeňme onu dívku, která ve své racionální mysli výborně naplánuje založení vztahu, avšak její tělo opakova-

**HELENA  
KLÍMOVÁ**

Mgr. Helena Klímová (\*1937) vystudovala Filologickou fakultu UK. V letech 1962–1968 byla redaktorkou Literárních novin, psala o studentském hnutí, o situaci dětí a rodin, o hodnotách křesťanských apod. Po r. 1970 absolvovala výcviky zaštitěné Českou lékařskou společností, později Institutem skupinové analýzy (IGA) v Kodani. Od r. 1982 pracuje jako psychoterapeutka, nyní v soukromé praxi. Zabývá se mj. generačním přenosem traumatu holokaustu a vede výcviky ve skupinové analýze. Je členkou Psychoterapeutické spol. ČLS JEP, ČSPAP, IGA Praha a čestnou členkou Group Analytic Society (GAS) v Londýně.

ně odmítá spojení uskutečnit. Usuzujeme na nějakou překážku nevědomou. Terapeutický proces zvědomování nás vede i do historie klientčina osobního života a tu potkáváme téma dominantní, totiž *stížnosti na matku*. Vynoří se i *téma transgenerační*, klientka sděluje matčinu stížnost na babičku. Obě dvě generační verze jsou si podobné, v každé generaci si dcera stěžuje především na *nedostatek matčiny empatie a času*. Ve většině případů hned přichází vysvětlení, totiž verze generace prostřední: podle podání klientek si jejich matky, tedy matky klientek, stěžují, že byly příliš časně a na příliš dlouho vystavovány kolektivní péči namísto péče mateřské.

Trápení současných dívek mnohdy souvisí s tím, jak jejich babičky zacházely s jejich matkami, když matky samy byly malými dětmi. K takovému závěru sdělení klientek nezřídka vede. Zajímají nás tedy nejen osud klientek, ale také jejich matek a babiček.

### **Historie posledních tří generací žen u nás**

Tuto historii zkoumáme s tím, že do živého svědectví si dovolíme zahrnout i zkušenost osobní: generace oněch babiček je moje generace.

Babičky dnešních klientek svůj dospělý osud začínaly v padesátých a šedesátých letech. Byla to doba, kdy tehdejší Československo mělo určitou celosvětovou prioritu související s ženskými osudy: naše vlast se po léta umísťovala na prvním místě světového žebříčku v zaměstnanosti žen. Prakticky všechny ženy u nás byly zaměstnané a mezi zaměstnanci ženy tvořily polovinu počtu. Příčinou byly jak důvody ekonomické, tak ideologické: komunistická ideologie řešila tzv. ženskou otázku tzv. zapojením žen do tzv. pracovního procesu. Tato ideologie redukovala člověka na jeho potřeby materiální a na vztahy především ke kolektivu. Hlásala také, že čím dříve ve svém vývoji se člověk ocitne v kolektivu, tím lépe si kolektivní vztahy vytvoří. Děti byly umísťovány do kolektivních zařízení už od věku raného, kojeneckého, nezřídka i do celotýdenních jeslí. Děti jeselské představovaly jakousi *profilující část generace*, model možného, jímž byl poměřován a určován osud celé generace. *Mateřská péče byla vnímána pouze jako jakýsi druh ošetrovatelské techniky se zaměstnatelnými osobami*, intimní pouto mezi matkou a dítětem nebylo rozpoznáno.

Velmi brzy se ale ukázalo, že jeselské děti bývají nápadně často nemocné, což brzdilo řešení tzv. ženské otázky a přispívalo k neurotizaci matek: buď musely shánět náhradní tzv. hlídání dítěte, nebo se cítily znehodnocené jako tzv. pracovní síla. Ukázalo se, že aniž se vyřešila otázka tzv. ženská, vznikla uměle jiná.

### **Dětská otázka jako uměle vytvořený fenomén**

Dovolím si teď to osobní svědectví. Po studiích jsem psala do tehdejších Literárních novin a od r. 1962 jsem tam pak pracovala jako redaktorka. Začali jsme tehdy o tomto společenském fenoménu, o „dětské otázce“, psát. Nápadnou nemocnost jeselských dětí jsme ještě neuměli formulovat jakožto řeč

těla. Přesto však jako příčina, krom infekcí, začala být spatřována *psychická deprivace, či spíše citová deprivace*. Opírali jsme se především o tehdejší českou pediatriickou školu. Patřil k ní profesor J. Švejcár, primářka M. Damborská, Hanuš Papoušek a J. Dittrichová z podolského Ústavu pro péči o matku a dítě, především pak psychologové Z. Matějček a J. Langmeier. Zveřejnili jsme ve „starých Literárkách“ sérii článků a reportáží, vycházeli jsme z toho, že dítě není objekt, ale že od samého počátku je člověk, subjekt, osoba s vlastními potřebami, především s potřebou láskyplné individuální péče.

Toto pojetí odporovalo totalitnímu myšlení a vzbudilo nesouhlas představitelů komunistického ženského hnutí. Časopis *Vlasta* zahájil proti nám hněvivou polemiku. Zažili jsme také ale nebyvalý čtenářský ohlas, nezvladatelné množství dopisů... (ráno při příchodu do redakce jsme přede dveřmi našli kytičky s nápisem „za děti“). Režisér Kurt Goldberger inspirován touto vlnou natočil film *Děti bez lásky*, který upozornil na citovou deprivaci dětí a vzbudil veliký ohlas, živé emocionální reakce publika. Bylo zřejmé, že naši občané prožívali trápení dětí již delší dobu jako velmi živé, bolestné a tabuizované téma. Jakmile bylo téma vysloveno, přivítala je bouře úlevy, soucitu, porozumění. Dnes bych řekla, že na tématu matka-dítě se odehrál prototyp totalitního znásilnění a následná obrana nejmenších dětí pak znamenala první vzdušnou ohranu bytosti před totalitní manipulací, první obranu lidských práv.

Potřeby dítěte jakožto lidské bytosti se staly nově poznaným tématem společnosti, což se odrazilo později i v prodloužení mateřské dovolené (díky spolupráci s tehdejší Populační komisí, inženýry J. Prokopcem a V. Wynnycukem).

Nicméně tyto myšlenkové proudy přesto neměly sílu odchýlit oficiální mocenské směřování včetně ideologické propagandy, řízené hledisky politickými, nikoli humanistickými. Od počátku padesátých let až do pádu komunismu se tedy v takovém totalitním prostředí, znásilňujícím intimitu, stihly narodit a odrůst nejméně dvě generace žen. K nim patří i matky mých klientek a klientky samy. Jaký vliv toto prostředí mělo na utváření jejich osobností?

Uvedu teď srovnání. Zabývám se také terapií lidí z rodin postižených holokaustem, což byl systém svrchovaný totalitní. Zkušenost všech terapeutů zabývajících se tímto tématem kdekoliv na světě vedla k společnému závěru:

### **Obtížné životní téma zpracovává v jedné rodině několik generací po sobě**

S čím se první generace těch, co zažili holokaust, nevyrovnala za svého života, to připadlo na děti či vnuky. Anebo obecněji: téma, které se v první generaci objevilo jako celospolečenské, jako zhoubná moc ideologie, mnohdy natolik destrukovalo člověka, že v generaci druhé se projevilo narušením vztahů v rodinách, a dále pak, už zbaveno slov a významů, jen jako neverbální traumatické

dědictví, promlouvá řečí těla, skrze psychosomatické poruchy. *Co se zlého urodí v makrosocietě, to pak žyvkají a tráví uvnitř svých těl generace porouchaných rodin a jedinců.*

S touto zkušeností transgeneračního přenosu naslouchám nyní také zmíněným svým klientkám, dívkám, za něž mluví řeč jejich těla. To, co se v jejich osudech vyskytuje často, je *rozpor mezi řečí těla a záměrem myslí*. Tělo svoji řeč psychosomatických příznaků používá zejména tehdy, kdy tělesné potřeby ani intimní bytostná přání nedospívají do vědomí, takže jedinec spíše než ve shodě sám se sebou žije pak podle norem okolního prostředí, třeba podle diktátu módy anebo skupiny souvěkvců. Jestliže pak jedinec svým potřebám sám nerozumí, nevnímá je, není potom s to je respektovat a chránit na úrovni vědomé, ve vztahu s druhými, ani v partnerském vztahu. Hranice těla, to jest kůže a tělesné brány, vstupy, jsou pak tou poslední zábranou, poslední hranicí před průnikem světa do prostoru bytosti. Na této hranici se pak odehrává zápas, a ten se projevuje různými psychosomatickými příznaky.

Jak se to ale stane, že intimní potřeby těla a duše nedospějí do vědomí? Takový případ může souviset s porouchanou mateřskou péčí. Mateřská péče totiž nespočívá pouze v ošetrovatelských úkonech. Podstatou mateřské péče je proměna dítěte jakožto nevědomého těla v subjekt vědomý sebe, v jedince, který je s to uvědomovat si své nevědomé obsahy, hranice své bytosti, vztah Já-Ty-My. Takový jedinec pak umí žít svůj vlastní život nezávisle a sebezároveň. Tento proces se počíná a v prvních letech života odehrává zcela či hlavně na úrovni těla a smyslů. Odehrává se s pomocí vzorců chování, které se mnohokrát opakují v rámci bezpečí a lásky, v rámci individuálního a nezaměnitelného vztahu, rituálu.

### Mateřský rituál

Po celém světě, bez ohledu na rozdíly jazyka a kultury, se matky s malým dítětem mazlí podobným způsobem. Opakované, smyslově vzrušující, emocionálně nabitě doteky, pohyby, popěvky, tělesná přiblížování a vzdalování... jsou vrozeným rituálem, který slouží k jakési domestikaci pudového tvora, k ochocení pudů. Smyslové poznání a síla instinktů jsou při rituálu mazlení použity k prvnímu zvědomování Já a Ty, k proměně v první pouto mezi lidmi a také k vytvoření prvních hranic bytosti. Tyto hranice mezi novým jedincem a světem se dále zpřesňují a stávají bezpečnými, jakmile nový člověk začíná chodit, jakmile je s to praktikovat a opakovat výpravy do novosti světa a návraty do bezpečí k matce (například opakované výpravy mezi pískovištěm a lavičkou).

Z potíží četných dívek (ale i mladých mužů) můžeme soudit na nedostatek či poruchy mateřského rituálu. Tito představitelé generace mívají potíže s rozpoznáním svých vlastních pocitů, s tím, co je vlastně jejich bytosti a co patří okolí (rodičům, souvěkvcům, partnerovi). Neumějí vymezit svoje hranice ve svém jednání, a tak *tím posledním, nejzazším,*

*kdo vymezuje hranice, je jejich tělo, za pomoci příznaku.* Proměny mateřského rituálu tak ovlivňují v další generaci vztah jedinců k vlastnímu tělu, změnu sebeobrazu, schopnost porozumět sobě samému, schopnost jednat autenticky – a odtud také i proměnu rituálu milostného, jeho ochuzení až absenci.

Namlouvací rituály jsou specifickým chováním, které používají mnohé živočišné druhy k proměně agresivního pudu v chování vzájemně přijímající. Milostný rituál člověka navazuje na rituál mateřský, navazuje na to, co jedinec už kdysi na počátku života prožil a co jej proměnilo. Milostný rituál ožívuje kdysi v dětství zažitě umění lásky a používá je pro tvorbu vztahu partnerského, avšak v současné době bývá ochuzen anebo chybí vůbec. Milostné chování bývá ochuzeno o bohatství dotyků a smyslových vjemů, o rytmus zadržování a spouštění, přiblížování a vzdalování, o stud a zdrženlivost, o něžnost, hravost, individuální uměleckou tvořivost, o pravdivost a výlučnost. Nerozpoznané potřeby bytosti jsou pak nahrazeny racionálním zvažováním a jednáním účelovým, kterému ale nerozumí ani tělo, ani nevědomí, a to ke škodě lásky.

Ženy a muži, účastníci namlouvacího rituálu, jsou děti stejných generací matek a babiček. S citovou deprivací ve vztahu matka-dítě za totality mohou souviset nejen poruchy lásky v generaci vnuků, ale také různé další okolnosti, které klienti sdělují. Postupně se vynořuje celistvý obraz.

### Kultura provázející poruchy partnerských vztahů

Charakteristické pro tuto kulturu je nahrazování, substituce: vztah ke skupině, k partě bývá náhražkou za neuskutečnitelné pouto dvojice. Uspokojení emocionální bývá nahrazováno racionalizací, citovost sexuálním výkonem, vůbec bytostná volba subjektu bývá zaměněna za objektivně měřitelný výkon, zejména sportovní, mediální, kariérní či sexuální. Vnitřní bývá nahrazeno vnějším, hodnoty neviditelné ustupují ve prospěch hodnot viditelných, měřitelných, hodnoty duše bývají nahrazeny měřitelnými tělesnými daty. Smyslům vévodí zrak, jemuž jsou srozumitelná všechna média vizuální; zatímco hodnoty zprostředkované sluchem ustupují do pozadí, počínaje kulturním jazykem a konče zvnitřněným hlasem svědomí. Namísto povznášející spirituality se objevuje pověřivost, a zejména mocné a četné závislosti, které vévodí duši po způsoby modly. Takové jevy se pohybují na hraně mezi normou a patologií.

Na tomto druhu kultury se podílí dědictví našeho totalitního systému, zvnitřněné i skrze porušené mateřské chování. Avšak nelze nevidět, že podobnými jevy strádá i kultura světa, jenž byl uchráněn střevoevropských podob nacizmu a bolševizmu, totiž kultura Západu. Životní styl, který od počátku devadesátých let do určité míry přejímáme a vstřebáváme, obsahuje totalitní prvky zcela svébytného a u nás do té doby neznámého druhu, kdy impulzem už není ideologie, sociální, rasová, třídní ani náboženská.

### K DALŠÍMU ČTENÍ

- J. Langmeier, Z. Matějček: Psychická deprivace v dětství, SZN, Praha 1963
- H. Klímová: Nechte maličkých přijít, aneb civilizace versus děti? Čs. spisovatel, Praha 1966
- V. W. Turner: The Ritual Process, Penguin Books 1969
- Carol Gilligan: In a Different Voice, Harvard University Press, 1982
- Leona Prokopcová: Orgasmus jako výbuch sopky, Psychologie Dnes, 2005/4, s. 11
- Lynne Sanford Koester, Otto Koester: Seing Babies in a New Light, Lawrence Erlbaum Associates, Publishers, Mahwah, New Jersey, London 2005
- Jaroslav Šturma: Dítě, jesle, rodiče, sdělení, Slovenské psychologické dny 2005

Masy lidí nyní jednají obratně manipulovány médii a reklamou, které oslovují pudová přání davů, a přitom i nově vytvářejí potřeby umělé, zejména spotřební. Tento životní styl přináší zvěcnění, jedinec se musí bránit, aby sám sebe dokázal vidět spíše jako živou nezávislou bytost než jako spotřebitele odvozeného od manipulace tržních sil. Charakteristickým se pak stal *osud sexuální revoluce*, iniciované rovněž v letech šedesátých.

### **Osud sexuální revoluce**

Tato revoluce vyjadřovala lidskou touhu zbavit milostné vztahy některých zastaralých společenských zvyklostí, tak aby je lidé mohli prožívat autenticky, ve shodě s přírodou a se svým tělem a opravdu v lásce a svobodě. Dnes, zhruba po čtyřiceti letech, toto po svobodě toužící směřování otevřelo cestu i naprostému opaku. Člověk se ocitl v nesvobodě nové, tím, kdo jej nyní znesvobodňuje, je sexualita, která se stala normotvornou: bývá pojata jako výkon, jako povinné očekávání, jako měřítko společenského úspěchu. Co bývalo intimní věcí jedince, stalo se věcí manipulace ze strany společenské skupiny, médií, spotřebního průmyslu. Jakkoli to může znít neuvěřitelně, oblastí totalitních nároků se stala i sexualita.

Zdá se, že nebezpečí totality spočívá v něčem hlubším, než je pouze systém politický; že pro totalitu vzniknou příhodné podmín-

ky tehdy, kdy člověk jako jedinec přestane nebo ani nezačne vnímat své vlastní intimní potřeby, své hranice, své pocity a svoji totožnost uvnitř těch hranic, a kdy pak nedokáže toto vnímat a respektovat u druhého. Možná že tedy sklon k totalitě může být nebezpečím masové společnosti jakéhokoli druhu?

Jako prevenci totality možno vidět schopnost bytosti uchovat si své hranice, prožívat své vlastní emoce a přání s plným uvědoměním, uchovat si nezávislost ve vztazích a ve směřování vlastního života.

*Prevencí a protiváhou totality je lidská schopnost intimacy*, napřed intimacy těla, protože ta přichází vývojově jako první, a v průběhu života vzroste do intimacy duše a do schopnosti jedinečného vztahu. Takové pojetí také vyjadřuje myšlenku ekologickou, jakousi ekologii člověka.

Naše země učinila svébytnou zkušenost, kterou můžeme nabídnout ostatním: že totiž jestliže si totalita zjedná veškerou moc, potom člověka manipuluje k svému obrazu již od kolébky, lépe řečeno od jeslí. Poznali jsme, že první prevencí před zvrhnutím civilizace k totalitě je možnost lidské bytosti prožívat jedinečnost, nezaměnitelnost vztahu už od samého počátku lidského života. Takové podmínky nejlépe splňuje pouto mezi matkou a dítětem – a naše třígenerační tvrdá zkušenost je toho dokladem. ∞