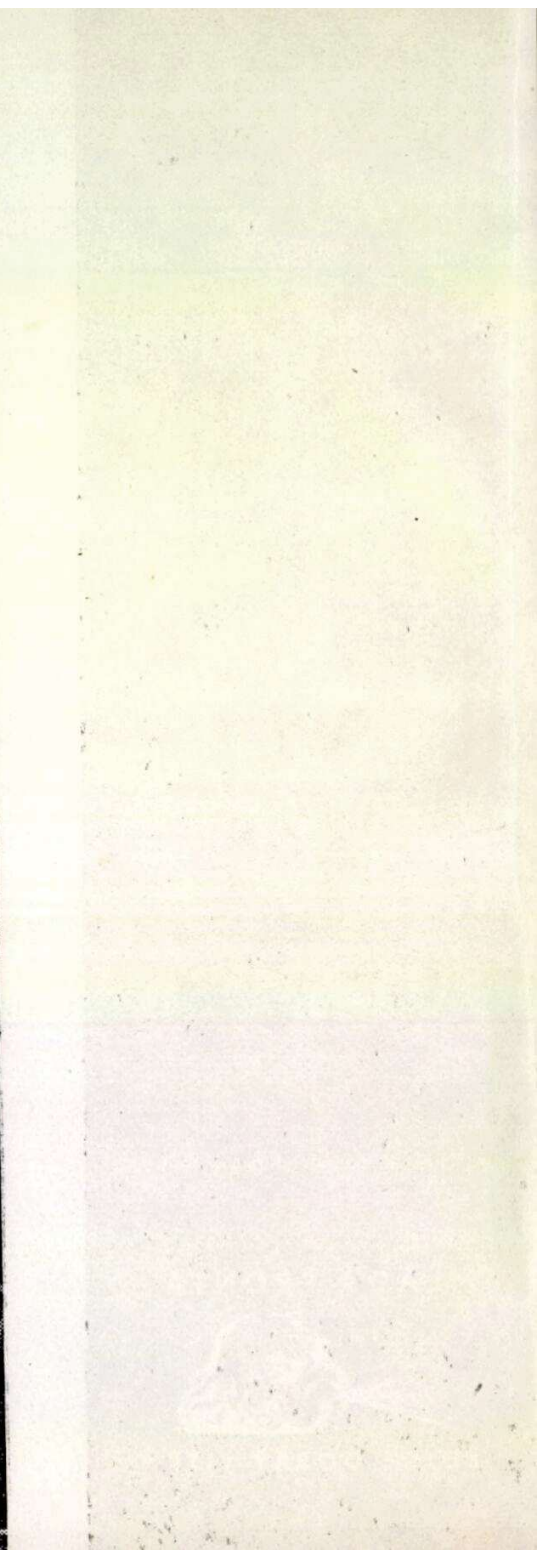
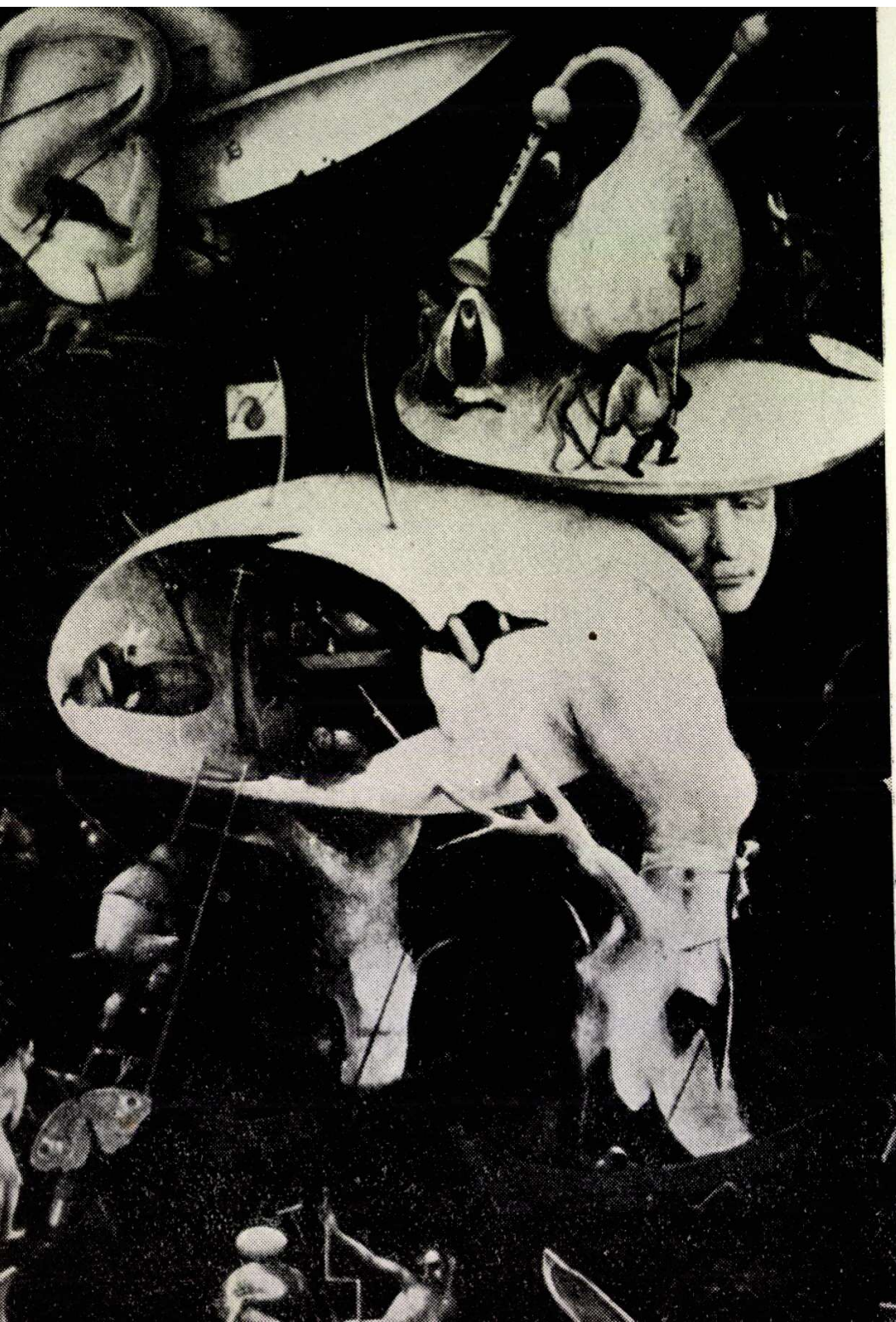


ivo pondělíček

ROZUMÍTE
SAMÍ SOBĚ?



Dr. IVO PONDĚLÍČEK

ROZUMÍTE
SAMI SOBĚ?

Kapitoly
z praktické
psychologie

MLADÁ FRONTA PRAHA 1964

CESTY K SOBĚ

Poznej sebe SAMA!
Co lidé kdysi nazvali moudrostí, představuje jen zásadu porozumět životu a umět ho plně využívat. Co lidé kdysi nazvali štěstím, představuje stav, jehož neměnné trvání je našim přáním, neboť má co činiti s duševní harmonií.

Tak praví filosof.

V člověku tkví odvěký a bolestný strach z prohry, z životního neúspěchu, ze ztroskotání. Odstranit ho dokáží nemnozí, vyzbrojení moudrým poznáním i harmonií, jež z něho šťastně vyplývá. Poznej sebe sama! Starořecká moudrost, navěky nabádající ze štítu delfské věštírny k duševní harmonii, provází i dnešního člověka jako praktický příkaz k životu. Nabádá žít život šťastně a bohatě. Pomáhá všednímu, každodennímu umění — umění žít mezi lidmi.

Život je nekonečně mnohotvárný a právě tak mnohotvárný je i člověk — svou vnitřní podstatou, osobností, svou nejulastnější psychikou. Umění žít mezi lidmi — tak jak žijeme i dnes, v naší společnosti — znamená pak splnění několika základních a obecných pravidel, jež představují základní potřeby myslícího tvora, jímž je v přírodě jen člověk, a také potřebu — porozumět sobě samému.

Toto porozumění je ovšem závislé znovu na sociálních vztazích, na situaci člověka ve společnosti. Možno se dokonce odvolat na dosti známá zjištění, že jedinec, který nežije v porozumění s jinými, který se neřídí pravidly tohoto „umění žít mezi lidmi“, ocitá se v nebezpečí, že neporozumí pak ani sobě samému. Duše jedince velmi úzce závisí na „duši kolektivu“; individuum a společnost byly, jsou a budou asi vždy nedílnou a dialektickou jednotou. Zejména ovšem v naší společnosti, která je vybudována na principech kolektivního soužití, je právě tato dialektická jednota zárukou rozvoje jak společnosti, tak i jednotlivce.

Starořecký Diogenes mohl ve svém sudu pohrdat všemi světskými

Jste možná někdy přesvědčeni, že jdete usilovně za svým cílem, přitom však zjišťujete, že něco mnohem silnějšího vás táhne protichůdným směrem; nadarmo se neoznačuje naše století jako století rozporů. Ty jsou i v duši nás všech. Jak se to srovnává s ideálem duševní harmonie? A jaký že je recept proti nim? Rozpory prostě nutno nejdříve poznat a potom odstranit, to je snad jediný možný recept.

Abychom poznali některé ze zásad šťastného a zdravého duševního života, musíme nalézt v první řadě cestu k sobě samým. Ano, to je to starořecké „poznej sebe sama“, a proto pokud možno soustavně budeme nyní odpovídat na nejčastější otázky všech, kteří hledají pomoc u psychologa, v jeho vědě, která si nakonec vzala za úkol při poznávání sama sebe co nejlépe člověka orientovat; a pak naše rozprava pomůže možná vyřešit i problémy, které jsou předmětem vašich nejčastějších dotazů, i těch, které vás ještě třeba ani nepálily a na které dosud nedošlo.

Na rozdíl od dřívějších let řídí lidské poznání věda. Buď potvrzuje a vysvětluje staleté moudrosti, nebo ty nové zařazuje do systému už známých, anebo odkrývá a odhazuje omezení a omyly, nenazývají je už moudrostmi, nýbrž pověrami a předsudky. Jistá pravidla života mohou tedy být potvrzována a prověřována vědou, která se nazývá psychologie. Představuje dnes také takový souhrn poznatků starších i novějších, ale je přitom s to podávat zčásti i jakési návody praktické a osobní, jež budou pro nás jistě zajímavější, než cokoliv obecného.

ŘÍKÁ NÁM V DISKUSI JEDEN SKEPTICKÝ PÁN:



P

rosím vás, je vůbec lidská psychika poznatelná? Že existuje pět smyslů — to vím, na to nepotřebuji psychologa. Víím taky, že inteligenci člověka poznám z jeho tváře a jsem i plně přesvědčen, že duševně vyspělé děti jsou zase obyčejně tělesně méněcenné — příroda totiž někomu dává to a někomu zas ono. Ale nemohu přece nikdy poznat, co si člověk myslí, co cítí a zda to myslí a cítí správně. Ani to, co převládá v jeho podvědomí a co v něm vytváří pohnutky k jednání...

Tento skeptický muž — jak se zdá — vidí psychologii jako kocábku potácející se na neznámém moři spekulace. Má s ní osobně možná nepříjemné zkušenosti — *anebo spíše zkušenosti malé či žádné!* Poznáme to zcela bezpečně: sami mu začneme klást otázky, o kterých nehodlá ani diskutovat v domnění, že na ně umí správně odpovědět.

Zde je malý psychologický dotazník z knihy Floyd L. Ruche: ať jen zkusí podle své úvahy odpovědět na každou z deseti otázek buď ‚ano‘, či ‚ne‘. A pak jen srovnáme jeho odpovědi, jak už je naznačil svými výroky, se skutečně správnými výsledky:

T E S T

1. Člověk má jen pět smyslů.
2. Dítě se rodí s instinktivním vědomím ‚dobra‘, či ‚zla‘.
3. Podle vrásek na ruce lze poznat osud člověka.
4. Když se na někoho zezadu upřeně díváme, vždycky se otočí.
5. Těhotné ženy mohou ovlivnit charakter svého budoucího dítěte intenzívními myšlenkami.
6. Dlouhé, štíhlé ruce vyjadřují umělecké nadání.
7. Inteligenci člověka můžeme poznat podle tváře.
8. Z přemíry učení může člověk zblbnout.
9. Z poměru mezi bratrancem a sestřenicí se rodí děti s omezenou inteligencí.
10. Velmi inteligentní děti jsou ponejvíce tělesně slabé.

Protože ke každé z těchto otázek patří jednoznačné NE, skeptický pán se mýlil i ve věcech, jež se mu zdály být samozřejmé. Jeho poznatky o inteligenci, smyslech, duševní vyspělosti a tělesné méněcennosti jsou zcela laické, neboť jsou zatíženy po- věrami a předsudky. Na otázky, jež se mu však zdají být nepoznatelné, naproti tomu odpovědět lze a psychologie také už na ně odpovídá.*)

Tisíce podobných otázek a tisíce zajímavých odpovědí — to také je psychologie. Nelze ji dnes zdaleka pokládat za spekulaci. Je vědou ze všech sil pomáhající životu, vědou prakticky použitelnou.

Proč se dnes cítím tak špatně? Proč jsem si zvolil tu a žádnou jinou? Proč jsem tak úzkostlivý? A proč podezřavý ve výběru přátel? Jak se nejlépe učit? A jak předejít nervozitě a trémě? Proč mě nebaví práce a zaměstnání?

„Cesty k sobě“ i „cesty k druhým“ ukazuje psychologie především v řešení prak- tických problémů.

*) Avšak ani pro vás, i když nejste k psychologii tak skeptičtí, nemusí být zatímni omyly ve vašich odpovědích v dotazníku pod- nětem k pocitům méněcennosti. Zde jsou např. výsledky z uvedeného dotazníku od skupiny amerických vysokoškoláků (čísla značí % špatně odpovídajících):

Otázka: 1.	93 %	3.	10 %	5.	48 %	7.	71 %	9.	84 %
2.	33 %	4.	62 %	6.	84 %	8.	79 %	10.	62 %

x) To vyplývá z této formulace svého úlevu, jeano p... NE neje ani u (cané).
Znovne jako Ams.

Otázka první: O S O B N O S T ?

Už dlouhý čas mě zajímá, co je to osobnost. Tvoří ji v člověku snad souvislost tělesného a duševního? A je ve výsledku této rovnice skryto tajemství jedinečnosti, individuality? Myslím, že odpověď může být vodítkem moderní vědě o člověku, zejména duševnímu lékařství. — A dále: Kdy je pak dovršena tato osobnost? Společensky — vím, v dospělosti. Ale psychologicky? Je tu vůbec nějaká hranice?

(Z dopisu posluchače)

Od nepaměti se člověk ptal, jak a na čem je vybudován svět, jaké síly ho složily a drží pohromadě, i ve vztahu k druhým světům, ve vesmíru. *Ale stejně brzy, od nepaměti, se jeho zkoumající pohled zaměřil i do kosmu, který je v nás.* Je to vesmír mnohem menší, ale ne méně složitý. Neboť tento „vesmír“ — lidský mozek, základ duševního života, tvoří miliardy nepostižitelných buněk, z nichž každá je světem sama pro sebe a přitom každá spojena s tou druhou, právě tak jako miliardy blízkých či vzdálených samostatných světů nepostižitelného vesmíru jsou spojeny na hvězdné obloze.

Čím to, že každý vlastní rysy a znaky společné třeba s druhým, a přece jen jsme každý jiný? Těžko odpovědět naráz a stručně, ale podstata odpovědi tkví v tom, že naše *osobnost vzniká spojením nejrozmanitějších fyziologických a sociálních sil, vlastností různě ovlivněných dědičností a hlavně nestejným prostředím různě vychovaných.* Osobnosti se též jinak říká *individualita*; je *jedinečná a neopakovatelná.* Proč? Ani tzv. jednobuněčná dvojčata *nemají úplně stejný osud, úplně stejnou výchovu, i když jsou jejich vnitřní podmínky totožné.* Nemají proto ani stejné duševní vlastnosti, byť se sobě podobala jako vejce vejci.

Dvojčata Petr a Pavel byla vychovávána společně v rodině, dvojčata Magda a Marie vyrůstala odloučeně, každé v jiném dětském domově. Když se při tom přidržíme amerických statistik, jak asi dopadne jejich zkoumání? Zjistíme menší rozdíly ve výšce, váze a inteligenci u Pavla a Petra, a větší rozdíly mezi Marií a Magdou, ve váze a inteligenci dokonce podstatně větší. To znamená — výchova a prostředí člověka každopádně ovlivňují.

Dávný výklad pojmu „osobnost“ — a existuje pro tento pojem dosud asi padesát různých výkladů filosofických, právních, sociologických a psychologických — se překrývá s pojmem „maska“ či „role“. Člověk má jistou masku, která je patrna navenek, má ale také svou vnitřní roli (svůj *podtext*, jak říkají herci), kterou se už navenek neprojevuje, ale která je přesto v něm. Tak se také ve společenském smyslu osobnost jeví: navenek ve své tělesnosti a ve svém chování, uvnitř pak svými skrytými city, představami, myšlenkami, motivy, pudy a vším, co zahrnujeme do vnitřního lidského mikrokosmu.

Vědce pak zajímala souvislost tělesného a duševního i jako klíčová otázka k poznání člověka. Pravdu má pisatel dopisu; *někteří na tomto střetnutí skutečně založili své pojetí lidské individuality, lidské jedinečnosti a neopakovatelnosti*. Většinou byly tyto názory materialistické, ale vždy neúplné a mnohdy i naivní. Posluchačův dopis zaslouží jistého doplnění.

Naivní svým pojetím se jeví dnes názor Hippokratův. Uvažme však, že je to názor lékaře z 5. a 4. století př. n. l., a jako v mnohém ze starořecké medicíny v něm obdivujeme základní postřeh. Každý člověk představuje pro Hippokrata jistý *temperamentový typ*; jeho typy dokonce přešly do moderního slovníku: *sangvinik, flegmatik, choleric a melancholik*. Víme jistě všichni, co představují, málokdo však ví něco bližšího o Hippokratově představě vzniku těchto typů. Ta se totiž řídila zcela naivním přesvědčením, že jejich základem je vždy jedna základní tělesná šťáva: Sangvinik (z řeckého *sanguis* — krev) je proto člověk „plný krve“, živý a pohyblivý, což schází flegmatikovi, který je klidný a pomalý, hlavní jeho tělesnou šťávou je *flegma* — hlen; *cholés* znamená řecky žluč, a choleric je proto vznětlivý a žlučovitý; melancholik má v sobě „černou žluč“ (*melancholés*), a proto je smutný a utlumený. Hippokratovo naivní pojetí typu a temperamentu zůstalo ještě dlouho vzorem a příkladem tzv. biologického výkladu osobnosti, v němž se vždy slučuje tělesné a duševní, a dokonce jeho ohlas nalezneme i dnes, v moderních pokusech vyložit například lidskou osobnost vlivem žláz s vnitřní sekrecí.

Před několika lety to byla velmi živá otázka v medicíně a psychologii, když totiž L. Berman prvně vysvětlil osobnost výhradně z těchto endokrinních vlivů. Výkonnost, bujarost, energie

a vůbec živé temperamentové vlastnosti byly chápány jako důsledek zvýšeného množství jisté látky v krvi (tzv. adrenalinu), avšak neviděly se změny, ke kterým v těle neustále dochází; velmi abstraktně od jiných vlivů stanovil se například jeden neměnný a stálý „typ adrenální“. Berman docházel pak k absurdnímu tvrzení, že činnost významných lidí (jako byl příkladně Napoleon) může ztroskotat proto, že jsou pozvolna ovládnuti jinými orgány s funkcí vnitřní sekrece (a zůstaneme-li u Bermanova výkladu Napoleona: protože energický vojevůdce prý přestal být ovládán předním lalokem svého mozkového podvěsku a upadnuv do zvýšené funkce laloku zadního, ku konci života projevoval proto také prý žensky slabé povahové vlastnosti!).

Tělesné a duševní spojuje ve své obecně rozšířené *psychofyzické typologii* také německý psychiatr Kretschmer, dokonce tak, že pro něho vždy různé lidské tělesné konstituce odpovídají také rozličné duševní vlastnosti. Štíhlý a slabý jedinec je spíše prý citově rozpolcený a nevyvážený (tzv. *schizotým*), zavalitý a tlustý člověk je prý povahově vyrovnanější, avšak trpí střídáním nálad, jednou veselých a za chvíli depresivních (tzv. *cyklotým*). I když se s touto psychokonstituční souvislostí často shledáme, ukázalo se, že také Kretschmerovo dělení je jenom schématem.

Pro I. P. Pavlova mají různé temperamentové rysy a povahové sklony svůj přesný organický základ v mozkových procesech *podráždění a útlumu*, v jejich síle, rovnováze a pohyblivosti. Kombinací těchto kritérií je možno odvodit čtyři základní typy, jež celkem odpovídají bystrému Hippokratovu pozorování; to jsou potom ale typy neurofyzilogické, platné pro vyšší živočichy vůbec. Navíc Pavlov podle převahy různé psychické reagentce odvodil u člověka typ *myslitelský*, jemuž je bližší poznávání skutečnosti prostřednictvím slova a myšlenky, a typ *umělecký*, který je spíše závislý na bezprostředním poznání smyslovém.

A když jsme už uvedli jméno slavného ruského fyziologa Pavlova — obohacující byl vliv Pavlovovy školy na psychologii osobnosti jak v Sovětském svazu nebo u nás, tak i jinde na světě, a zejména v USA, kde vyrostla z Pavlovových podnětů tzv. *psychologie chování (behaviorismus)*. Pojem „reflex“ se stal *základním pojmem materialistické psychologie (i této americké psychologie chování)*; v jejich pojetí — stručně řečeno — reflex představuje výsledek složitých mozkových (neurofyzilogic-

kých) procesů, jež podmiňují různé psychické pochody, jako je vnímání a odpověď na ně, nebo paměť, myšlení, jednání apod. Reflexivní pojetí psychiky ovšem vede k závěru, že každý živý organismus odpovídá svými projevy též na své vnější prostředí. Člověk např. psychicky reaguje na sociální prostředí, na své vztahy k ostatním lidem. Mozková kůra je dle Pavlova řídicím orgánem všech tělesných i duševních projevů člověka, ale prokázalo se také, že různé psychické podněty mohou zpětně ovlivňovat sám tento organický základ a také i tělesné pochody. Neurofyzilogické typy nejsou tedy vůbec žádným neměnným základem, ani v lidské osobnosti ne; pokusy bylo dokázáno (např. u dětí je prováděl sovětský vědec Lurija), že různé rušivé a nepříznivé prostředí ovlivňuje radikální přeměnu poměrů v procesech podráždění a útlumu, že dříve vyrovnaní jedinci mohou na jejich základě reagovat nevyrovnaně, když jim je zvenčí navozen duševní neklid, stavy úzkosti, negativní pocity, které pak ovlivňují i celou osobnost. Vnějšími zásahy dochází konečně též ke změně výlučně tělesných pochodů: Vsugerovanou myšlenkou, že pokusné osoby mají například cukrovku, docílilo se u nich dočasně i zvýšení hladiny cukru v krvi (Bykov) apod.

Z této perspektivy se teprve ukazuje složitost psychologie, na níž spočívá *společensky i sama se podněcující* osobnost člověka. *Její vnitřní prostředí vytvořené vztahem mezi tělesným a duševním souvisí také úzce s prostředím vnějším.* A jenom z této další souvislosti (v lidské společnosti tak složité), z této vzájemné vazby vypátráme řadu duševních vlastností, které byly vždy podmiňovány zevně, mimo jakoukoli vnitřní souvislost, mimo organismus.

„Osobnost vystupuje jako jednotný souhrn vnitřních podmínek, tělesných i duševních, jimiž se lomí všechny vnější vlivy.“
(S. I. Rubinštejn)

Patrné je to zejména na „*jednotící složce osobnosti*“, která je vytvářena *charakterem*. Jestliže *temperament* dodává osobnosti tempo, sílu, pohyblivost, citové napětí i pohotovost k výrazům citů navenek, pak *charakter* ovlivňuje naše jednání a chování spíše ve smyslu *kvality*. Určuje *morálku, etiku osobnosti* nebo *povahové sklony*, jako je

> / Ale do jaké míry ?

ovládání, útočnost, poddajnost apod. A mluvíme-li o silném nebo špatném charakteru — někdo je dokonce pro nás bezcharakterní a „nemá žádný charakter“ — je v tomto pojmu skryto tedy i morální hodnocení našeho chování se zřetelem k ostatním lidem, ve vztahu k druhým. Avšak mluvit o lidech bez charakteru není přesné: charakter není vlastnost, která by vyzařovala jenom z některých lidí; je to neuvěřitelně složitá skutečnost, výsledek životních zážitků a vlivů. Je získán v prostředí a je také výchovou snáze ovlivnitelný než temperament.

Desetiletý Vašek pocházel z rodiny alkoholika a matky zlodějky a prostitutky. Od dětství byl veden k nedbalému životu, ve škole se nenaučil téměř nic, měl jedinou zásadu: ukradni, co můžeš. V dětském domově, kam se dostal na zákrok úřadů, byl zprvu jenom na obtíž, a teprve po roce se společným úsilím vychovatelského kolektivu podařilo převychovat charakter zdánlivě již ztraceného chlapce. (K tomu poznámku: Filosof G. H. Mead věřil, že dítě ve svých prvních sociálních stycích bere na sebe určitou „rolí“, kterou hraje. Taková hra na tatínka, na maminku, na učitele, na kupce, na strážníka apod. se vtiskuje nesmazatelně do duše dítěte a vytváří též jeho „sociální Já“, jeho osobnost.) V raných dobách napodoboval Vašek otce a matku, byli mu přece jen nejbližší, a z této role pak vykristalizovala ona forma ‚bezcharakterního‘ chování, jež se projevovala v krádežích, lenosti, lhaní a podvodech. Ale ani ono první ‚sociální Já‘ není neměnné: brzy ve Vaškovi zvítězily ‚role‘, kamarádů z dětského domova, učitelů a vychovatelů, k nimž Vašek záhy přilnul, protože se k němu chovali laskavě. I pro tento příklad platí pedagogická zásada: Čím dříve se začne s nápravou, tím lépe.

Na ostrově Samoa — jak uvádí psycholožka Meadová — procházejí dívky pubertou bez jakýchkoliv citových poruch a vnitřních rozporů, jež jsou obvyklé u dívek našich. V samojských zvyklostech mají dospívající dívky zvláštní práva a výsady, jsou samostatnější, zatímco u nás jejich chování závisí pouze na mínění rodičů, mnohdy dost dobře mladou duši nechápajících. Meadová chtěla ukázat, že i obtíže a povahové zvláštnosti, obecně pokládané za výhradně biologické, vznikají také ze sociálních a kulturních vlivů.

„Poradte, co mám dělat,“ obrátila se na nás paní K. „Mám doma kluka chuligána.“ Poradit se však přišla dosti pozdě: chlapec s kamarády několik dnů předtím vyloupil obchod. —

V rodině byly zjištěny zvláštní výchovné poměry: Manželství rodičů bylo nešťastné; velký věkový rozdíl a hlavně pak úplná lhostejnost paní K. k manželovi způsobily její zoufalý citový příklon k dítěti, jež bylo jedináčkem; chlapec byl pak vychováván s opičí láskou. Paní K. dávala svůj záporný poměr k manželovi najevo i tím, že mu upírala právo na výchovu dítěte a odkazovala na to, že on sám málo vydělá a že na dítě musí vydělávat sama. Kdykoliv chlapec něco špatného provedl a otec ho chtěl potrestat, nejen že vzala chlapce v ochranu, ale v jeho přítomnosti ještě manželovi vyhrožovala, že ho opustí s jiným, mladším mužem. Otec z lásky ke své ženě vždy kapituloval a chlapec z této nenormální situace začal těžit, neboť brzy pochopil, že prostřednictvím matky celou rodinu vlastně ovládá.

Vývoj osobnosti však zdaleka nekončí v době tělesného dozrávání, a ani když člověk v dospělosti dosáhne plně společenského smyslu, svého sociálního dovršení, není dovršen psychologicky. Ve smyslu psychologickém nestojí nikdy na posledním stupni, je tu vždy množství rovin: rodina, škola, parta, milostné vztahy, zaměstnání, manželství. Právě tak jako existují radosti mládí, tak známe i starosti dospělých a úsměvy stáří. A vším tím *je třeba procházet trpělivě a pomalu.*

V duševním ohledu se lidská osobnost mění a vyvíjí stále, fyziologickými vlivy dospívání i stárnutí, a pak i ve svých zvycích, zájmech a sklonech při každé změně prostředí, které ani v přírodě ani ve společnosti nemůže být nikdy neměnné. *V tomto smyslu lze říci, že osobnost člověka je spíše voskem než mramorem.* Pochybnosti v závěru dopisu našeho posluchače jsou oprávněné. Osobnost člověka je bez hranic. Je jako skutečný vesmír: nekonečná, pružná, smršťující a rozpínající se bez konce.

je INTELIGENCE vrozená ?

Ve všech pádech a tvarech užívá každý z nás slovo ‚intelligence‘ a ‚intelligentní‘, myslím však, že mu vždy vtiskuje jiný a hlavně vždy nepřesný smysl. Dívka na vdávání prohlašuje, že se vdá jenom za ‚intelligentního člověka‘, vybere si muže, který se jí v jejích letech zdá dokonalým ztělesněním intelligence, ale za pár roků si myslí: Jak jen jsem si mohla vzít takového hlupáka? Rodiče se domnívají, že mají ‚intelligentního kluka‘, a učitel ho zatím navrhuje do zvláštní školy v domnění, že dítě svou inteligencí nestačí normálním školním požadavkům. O svém představeném říká mnoho z nás poznámky nepřilíživě lichotící jeho inteligenci a nechápe, jak může — ‚tak neintelligentní člověk zastávat takové místo‘. Myslíme si, že jsme inteligentnější než on, a on se samozřejmě s námi baví jako se školáky a naši inteligenci také podceňuje.

Kdo má tedy pravdu, prosím vás? Jak vlastně inteligenci objektivně hodnotit? Nebo — co to ta intelligence vlastně je? Vrozené dědictví? Získané vlastnictví?

(Z diskuse k přednášce)

Nadanému a obezralému, logickému a pohotovému, chytrému, ale i rozváznému, rozumnému, moudrému a vzdělanému člověku, člověku kulturnímu a kultivovanému a navíc vtipnému, k tomu ušlechtilému, citlivému, správně se chovajícímu a správně uvažujícímu, zkušenému a také přemýšlivému — lidé v běžné řeči propůjčují přízvisko ‚*intelligentní*‘. A jak vyplývá i z názoru posluchače X., není jedno-

duché toto přízvisko vždy jednoznačně určit. Už z toho, co se ustálilo v jazykových zvyklostech, z takového množství pojmů, vážících se k jedinému ocenění, vysvítá, že *intelligence není izolovanou a ojedinelou vlastností osobnosti, nýbrž souhrnem nejrůznějších vlastností, jež člověk promítá do svého jednání a do své společenské činnosti.*

Z předchozí kapitoly možná výslovně nevyznělo, že osobnost člověka se projevuje vždy činností. Člověka neposuzujeme ani podle toho, co si sám o sobě myslí, ani jaký je „uvnitř“, pokud se tyto jeho „vnitřní vlastnosti“ navenek nějak nepromítnou. Kdyby byl například náš posluchač X. inteligentní jen „v sobě“ nebo „sám pro sebe“, jak by si potom mohl toto kladné ocenění v očích ostatních zasloužit?

Je možné nějak přesněji rozčlenit jednotlivé prvky a složky intelligence a izolovat je od jejich úhrnu? Zkusme to provést názorně. Totiž uvedením jednotlivých hledisek, která jsou součástí *intelligenčního testu*. Co je takový test, ukáže nám příklad.

Ale přece jen pro úplnost: je to druh zkoušky zaměřené na výkony a vlastnosti obecně pokládáné za složky intelligence, jejíž konečné výsledky se předem hodnotí podle stanovených a jednotných zásad, statisticky propracovaných. (Statistika je velmi důležitou součástí moderní psychologie.) V nich se vyjadřují různé úrovně úspěchu či nezdaru, a to číselnou řadou (příčemž tzv. průměrná intelligence je kolem 100), tedy pomocnými jednotkami množství, kterým se říká *intelligenční kvocient* (zkratka IQ). Ten je — jak zdůrazňuji — ukazatelem pouze pomocným; došlo se k němu ve snaze po co možná nejjednodušším a nejsrovnatelnějším vyjádření. Každý posudek o inteligenci především však předpokládá *kvalitativní rozbor*; snahy převádět lidské duševní vlastnosti pouze na množství jsou značně zjednodušující. (Takové snahy se testům vždy oprávněně vytýkaly.) V číselném vyjádření sice může být postižena odlišnost v rychlosti nebo v množství úspěšného výkonu (proto se bere v úvahu především počet správných řešení za určitou časovou jednotku), ale nepřiblíží nám to osobnost v jejích individuálních možnostech. Lidé, jež v testu vykáží stejné kvantitativní výsledky, mohou se od sebe lišit v tom, *jakým způsobem* jich dosáhli. Správně psycholog jen nezjišťuje, zda pokusná osoba ve zkoušce uspěla či ne, ale také *proč* uspěla a *proč* ne.

Psychologické testy vznikly z praktických potřeb. Např. r. 1911 Francouz Binet byl pověřen vládou, aby určil hlediska třídění žáků do normálních a pomocných škol, a sestavil tak *první* intelligenční zkoušku na statistických základech. Američtí psychologové dostali za první války



úkol vyšetřit úroveň znalostí rekrutů pro zařazování do armády. V klinické praxi je psycholog žádán, aby stanovil úbytek inteligence postupující vlivem chorobné poruchy. V poradnách pro volbu povolání se testem zkoumají vlohy k různému zaměstnání apod. Existuje dnes tisíce testů, ale žádný z nich není samospasitelnou metodou, která by — bez přihlídnutí k jinému druhu vyšetření — dostatečně odhalila lidské vlastnosti.

Nejlepším testem inteligence je dnes, jak se domnívám, stupnice vypracovaná newyorským psychologem Davidem Wechslerem. Nazývá se *WBS* (Wechsler-Bellevue-Scale, Wechslerova bellevueská stupnice) a u nás se běžně užívá v deseti oddílech (tzv. subtěstech), zjišťujících různé složky inteligence.

Chcete se podrobit vyšetření své inteligence? Nepůjde to tu sice ani přesně, ani správně, protože každá psychologická zkouška vyžaduje vždy jednotné podmínky a vy všichni přece nemůžete přijít do jedné laboratoře; a nepůjde to ani proto, že zde nemohu uvést test celý — ale pro vaši představu alespoň několik otázek z deseti oddílů a zároveň, co který z nich sleduje při vyšetření:

WBS WBS WBS WBS WBS

1. *Informace*; dávají přehled o všeobecném vzdělání:

Co je teploměr? Jak se jmenuje hlavní město Japonska? Z čeho se vyrábí guma? Jak je průměrně vysoká evropská žena? Kolik obyvatel má ČSSR? Co je to korán? Kdo napsal Fausta? Kdo objevil severní točnu? (Otázek je celkem 25 a 1 informaivní.)

2. *Porozumění*; představuje schopnost využít svých vědomostí pro život, pro praxi:

Co byste udělal, kdybyste seděl v biografu nebo v divadle a zpozoroval podezřelý kouř nebo oheň? Jak byste se zachoval k dobrému příteli, který by vás poprosil o něco, co nemáte? Proč se dělají boty z kůže? Proč bývají lidé, kteří se narodili hluchí, také němí? (Otázek je 10)

3. *Opakovat čísla dopředu i nazpět*; zjišťuje se nejen mechanická paměť, ale i pozornost a soustředění:

Předříkávají se nesouvisející čísla v řadě od tří do devíti členů. Pak totéž, ale místo dopředu — nazpět (např. předříkává se: 6, 2, 9 a pokusná osoba musí opakovat: 9, 2, 6).

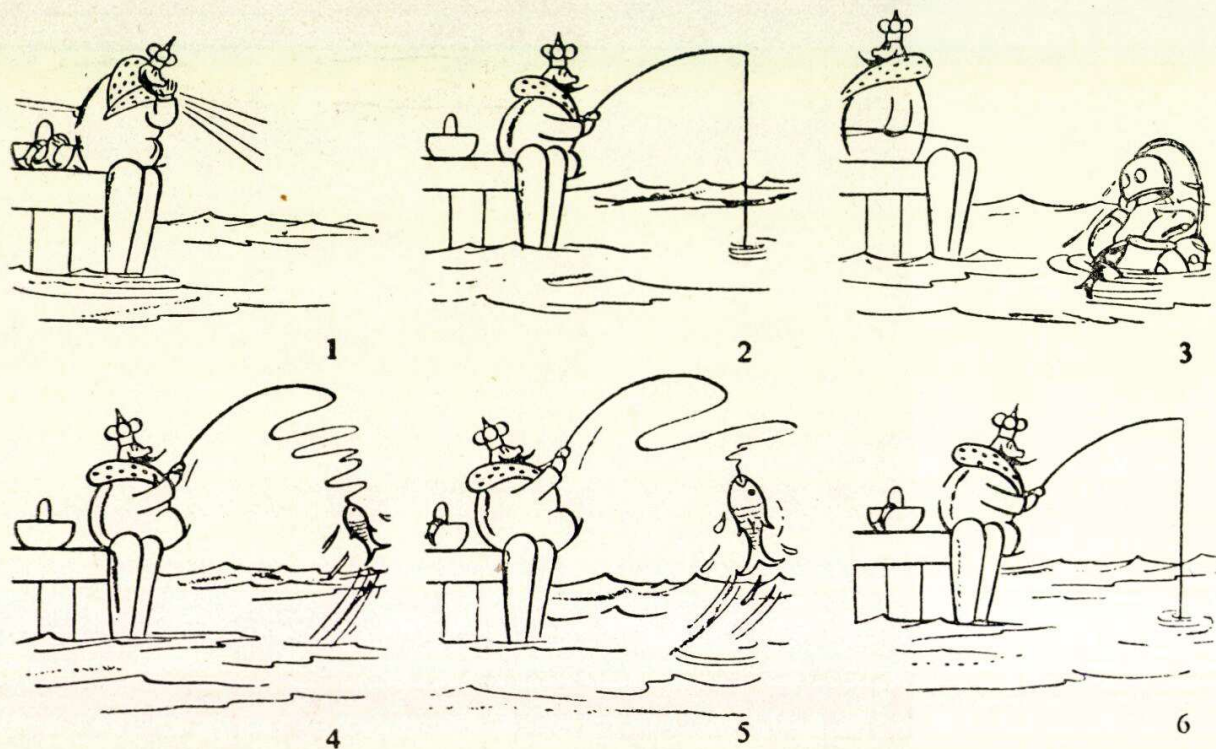
4. *Počty*; nejen pro matematický úsudek, ale hlavně pro soustředivost pozornosti:

Koupíte-li známky za 33 korun a platíte padesátikorunou, kolik dostanete zpátky? Někdo koupil zánovní auto za dvě třetiny původní ceny. Zaplatil za ně 20 tisíc. Kolik stálo nové auto? Osm dělníků vykope příkop za šest dnů. Kolik dělníků bude zapotřebí, aby byli s toutéž prací hotovi za půl dne?

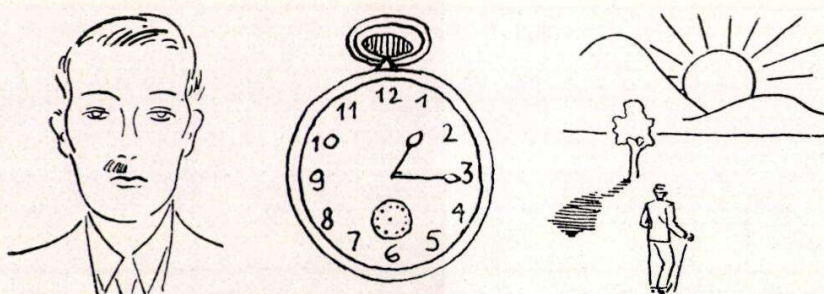
5. *Podobnosti*; zjišťují vzdělání, schopnost myšlenkově operovat, logiku, ale i rovnováhu a automaticnost myšlenkových procesů:

Řekněte mi, čím jsou si podobné a čím se od sebe liší: jablko a švestka, noviny a rádio, vzduch a voda, vejce a zrno, moucha a strom. (Otázek je 12)

6. *Uspořádání obrázků*; vyžaduje úsudek, schopnost plánování a předjímání životních situací, obrazivost, fantazii: Tyto rozházené obrázky seřadte za sebou jako seriál: (Obrázkových řad je 6.)

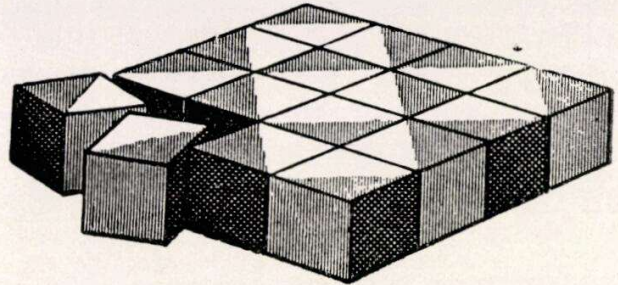


7. *Doplnění obrázků*; test kritičnosti, ale i zrakové soustředivosti: Najděte chybu na těchto obrázcích. (Obrázků je celkem 15.)



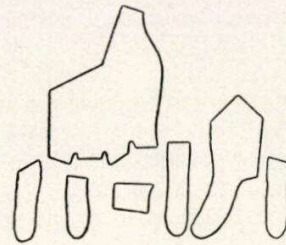
8. *Kostky*; zjišťují zrakově-pohybovou koordinaci, částečně i schopnost myšlenkové syntézy a pozornosti:

Podle předlohy sestavit z barevných kostek různé obrazce. (Celkem 7 a 1 informativní.)



9. *Skládání*; test zrakově-pohybové koordinace i myšlenkové syntézy a iniciativnosti:

Sestavit různě vyřezané tvary, aby vznikl skutečný tvar (ruka, hlava). (Celkem 3 úkoly.)



10. *Symbols*; dávají přehled o zrakové a pohybové aktivitě, o schopnosti měnit postoje a přizpůsobit se neobvyklé situaci:

Podle předepsaného klíče v první řádce doplňujte prázdná okénka v řádkách níže v souladu s předznamenanými čísly: (Celkem 75 čísel!)

1 -	2 /	3 □	4 L	5 U	6 O	7 ^	8 ×	9 =
---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------

Muster																								
2	1	3	1	2	4	3	5	3	1	2	1	3	2	1	4	2	3	5	2	3	1	4	6	3
1	5	4	2	7	6	3	5	7	2	8	5	4	6	3	7	2	8	1	9	5	8	4	7	3

Našeho posluchače X předně zajímá definice inteligence — „co to ta inteligence vlastně je?“ Stanovit ji je lehké i těžké zároveň. Řečeno jinak — všichni víme, co si pod obecným pojmem inteligence představovat, leč právě zmíněná mnohost, ne-
stejnorodost a rozptyl jejích složek i spojitost s citovými nebo rozumovými, tempera-
mentovými nebo charakterovými rysy osobnosti definici inteligence nesmírně ztě-
žují.

Několik definicí „z historie“:

Německý experimentální psycholog H. Ebbinghaus, průkopník měření inteligence z počátku tohoto století, definuje inteligenci jako „mohoucnost kombinace a integrace“, čímž se však přidrží pouze statického chápání a opomíjí moment pohotovosti, bystrosti. Mladší W. Stern už si všiml v souboru inteligenčních schopností požadavku „zaříditi myšlení vědomě na nové požadavky a životní podmínky“; stejně tak Švýcar Claparède v něm vidí „schopnost řešiti nové problémy“. Také Němec Rohracher definuje inteligenci pod tímto zorným úhlem: „Výkonný stupeň psychických funkcí (vnímání, paměti, myšlení) při zvládnutí nových situací.“ Český psychiatr Heveroch přisuzuje inteligentnímu člověku „vtip, tj. schopnost zpracovávat myšlenkově svůj obsah duševní“, a dále: „inteligentní říkáme tomu, kdo dovede ovládat, využít a produkovat ze svých vědomostí“. Dodáme-li k tomu: „...a tím se vhodně, přesně a pohotově přizpůsobí novým podmínkám a zařadí do nové životní situace“, získáme tím pravděpodobně nejuplněnější definici. Totiž: přizpůsobení novým podmínkám a zvládnutí úkolů v neobvyklé situaci, které požadují Stern, Claparède i Rohracher, je pro inteligenci velmi důležitým hodnotícím měřítkem. Jimi je také možno — teoreticky — odlišit od sebe dva příbuzné pojmy, které někteří psychologové úplně slučují: inteligenci a intelekt. V inteligenci se zpravidla vidí praktické přizpůsobení, ve druhém pouze „zásoby vědomostí, spojených s vyšším druhem úsudku“ (Vondráček). Tím si také možno vysvětlit jistou nesrovnalost, kterou patrně každý z vás pozoroval v chování lidí intelektuálně sice založených, ale nepřizpůsobivých a nepraktických, tu nesrovnalost, kterou tak kouzelně popisuje Jaroslav Hašek v jedné ze svých povídek: Dva učené profesori astronomie řeší v kavárně složitý problém vzdálenosti hvězd, argumentujíce přitom složitými myšlenkovými důkazy; přitom tyto učené muže napálí prostý číšník na malém účtu o několik korun. — Bystrý a inteligentní člověk prostě nemusí mít vysokoškolské vzdělání, ani matematicky přesný úsudek.

V inteligenci tedy hledíme složitou souhru duševních vlastností a výkonů, koordinaci postřehu, úsudku, paměti, obrazivosti, tempa myšlení, zásoby vědomostí, úrovně vzdělání a kultury, přizpůsobivosti, soustředivosti, reálného porozumění, kvality myšlení aj. i jejich výkonný a praktický stupeň při zvládnutí nových problémů. Budeme-li za její základ pokládat jen např. soudnost, schopnost vysoké soudnosti bez ostatních kvalit, bez vědomostí, zájmu a zvědavosti, paměti a fantazie, postřehu a tempa nemusí vyjadřovat člověka vysoce inteligentního. Na izolovaných jednotlivých vlastnostech zakládat při oceňování inteligence nelze.

„Vrozené dědictví? Získané vlastnictví?“ — Inteligence jako souhrnný pojem, jak ho tu vysvětlujeme, rozhodně vrozená není. Nesporně však vlohy k ní — i k dalším vlastnostem — poskytují onu základní matečnou látku, „zdeděný materiál“ z našeho vrozeného vybavení. Nadstavbu nad tímto vybavením vytvářejí však schopnosti a nadání, jakož i vlastnosti inteligenci rovnocenné, a základní matečná látka se jimi hneje a utváří. Závisí potom vždy na vlivech prostředí, domova, školy, kulturní a společenské výchovy, zda se utváří do podoby pozoruhodné, všední nebo třeba i omezené. Ale ani ze „špatného materiálu“ nemůže ovšem nikdy vzniknout dokonalý výtvar, takže duševní omezenost, slaboduchost a slabomyslnost mají většinou svůj vrozený základ, a proto je také chápeme jako porušení základů, jako nedostatek zdravých vloh.

Vlohy a schopnosti, to jest — vrozený základ a společensky utvářející vlivy, jsou dvojím zdrojem inteligence, jsou pro ni spojenými nádobami. Svědčí o tom nekonečné množství příkladů (a vzpomeňme si například na dvojčata Petra a Pavla, Marii a Magdu, vychovávaná společně i odděleně, jak se vyvinuly rozdílly v jejich inteligenci): někdy je do psychologické poradny posláno dítě se špatným prospěchem, pro něž škola žádá zařazení do zvláštní školy. Vyšetřením se zjistí, že vlohy dítěte jsou normální, zdravé; všechny zkoušky řeší na svůj věk úspěšně. Jen nedostatečná péče a nevhodné kulturní podmínky způsobily jeho současnou zaostalost. I zde je možno sice mluvit o slaboduchosti nebo duševní omezenosti, ale uvědomujeme si přitom, při posuzování celého případu, že to je případ sociální.

Ovzduší téměř románové fantazie vnesly do psychologických průzkumů případy tzv. *divých dětí* neboli „dětí džungle“, jak se jim také říká. Před lety se v Indii například našly dvě dívky, později pojmenované Kamala a Amala, žijící pohromadě s vlky. Jejich inteligence i zvyky se pohybovaly viditelně na „zvířecí“ úrovni. Kamala o několik let přežila svou sestru, postupně opouštěla dřívější „divoké“ návyky a osvojila si základní vlastnosti „lidské“ inteligence. — A ještě výraznější je případ divokého chlapce Tamaši. Stejně jako legendární Maugli a Tarzan byl v raném dětství zřejmě ztracen či odložen v džungli a žil pak se zvířaty. V péči psychologa učinil však brzy veliké pokroky, osvojil si značnou zásobu slov a choval se jako civilizovaný člověk.

U nejinteligentnějších lidí je rovnováha mezi vlóhami a schopnostmi zachována — *to je velké tajemství inteligence*. Zde je snad odpověď i na poslední dotaz našeho diskutujícího posluchače; na leccos se však sám nezeptal, a tak několik okrajových poznámek, jež ještě připojíme, budou i pro něho asi překvapivé.

První se týká staré pověry o „chytrých“ mužích a „slabém pohlaví“. Do roku 1917 bylo různě na světě otištěno zhruba deset tisíc prací o duševních rozdílech mezi mužem a ženou, a samozřejmě vždy v neprospěch tzv. slabšího pohlaví. „Méněcennost ženy“ byla zdůrazňována i v oblasti inteligence. Dnes se však přitom ukazují jako pravdivé úplně jiné skutečnosti,



překvapivé jsou výsledky jiného druhu. Vezměme základní vlastnosti, v nichž se rozdílily projevují: Neví se sice přesně, zda lehká odlišnost *smyslového vyzbrojení* má u obou pohlaví fyziologický, anebo různým životním stylem ovlivněný podklad; jisté však je, že k něčemu jsou ženy více disponovány než muži, u něčeho je to opačně. (A to i v ohledu chorobném: barvoslepost je např. u mužů *pětkrát* častější než u žen.) Ženy prý mají poněkud větší smysl pro vnímání barev, lepší čich, vyvinutější kožní počitky i chuť! U mužů se zaznamenala jen vyšší citlivost oka na světlo. Ale v pohybové aktivitě a v rychlosti reakcí vyhrávají muži: mužské reakce na nějaký signál jsou kratší a přesnější, a to hlavně proto, že *aktivněji* soustřeďují pozornost k výslednému pohybu, a ne — jako *pasivnější* ženy — pouze k úvodnímu signálu.

Vštipivost i vybavnost *paměti* je prý lepší u žen. Muži mají prvenství v *kombinační schopnosti*, ženy mají citlivější *představivost*.

Vlastnosti inteligence, spočívající na teoretickém *uvažování* a slovním *vyjadřování* co do množství, jsou u obou pohlaví stejné. Rozdíly tkví však ve způsobech, jak této teoretické schopnosti obě skupiny nabývají. Ženy prý především *pílí*, *vytrvalostí* a *trpělivostí*, *smyslem pro pořádek* a *spolehlivostí* při studiu. Muži spíše *kritikou*, *metodikou*, *kombinační schopností*, *samostatností* a *přesností myšlení*. Jinými slovy: *ženina inteligence je spíše receptivní (přijímací) a mužova spíše produktivní (tvůrčí).**

Vlivem časnějšího tělesného zrání vytváří se u děvčat vyšší teoretické myšlení dříve než u chlapců. Muži tento rozdíl však brzy dohoní. Chápeme-li inteligenci současně s těmito předpoklady myšlení i jako schopnost k učení a čilou přizpůsobivost k zvládnutí nových úkolů, *ukazuje se být vrchol inteligence většiny lidí ve věku něco málo nad dvacet let.* (Což možná působí překvapivě — že by pak dospělý člověk byl méně

*) S poněkud odlišnými *zájmy* obou pohlaví, jež byly donedávna ještě i u nás určované výsadním postavením mužů, nepochybně souvisí, že se mezi muži najde také mnohem více vynikajících jedinců v oblasti vědy a umění (zejména pak v tzv. exaktních a přírodních vědách, dále v malířství a hudbě, což prý jsou činnosti související s kombinatorními mužskými přednostmi). Není tomu tak např. v umění interpretačním, neboť vynikající pianisté, houslisté, herci a tanečníci vždy měli svou protiváhu i ve vynikajících umělkyních. Krásná literatura též zná vynikající ženy, i když méně než muže. Ale např. v Japonsku je román pokládán za doménu ženy-objevitelky (Murasaki Shikibu).

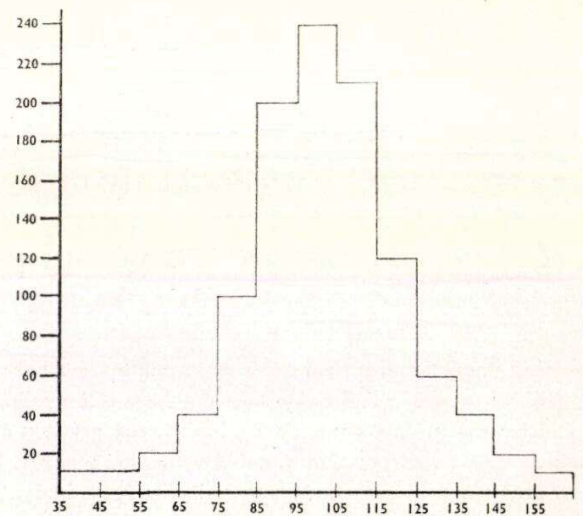
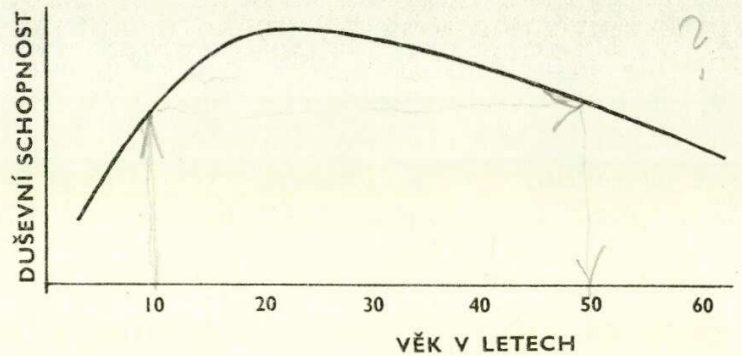
inteligentní než ve svém mládí?) Ale víme, že i inteligence se projevuje ve schopnostech majících co činit s aktivitou, přizpůsobivostí, chápavostí, a ty jsou vždy výsadou mládí. Všimněme si křivky, která vyjadřuje růst a úbytek inteligence během lidského věku.

U vzdělaných a intelektuálně pracujících osob vystupuje tato křivka výše i v pozdějším věku a klesá povlněji, u osob podprůměrných a primitivních dosahuje vrcholu nižšího a klesá rychleji.

Konečně ve srovnání s ženami objevuje se mezi muži více vynikajících, ale zároveň též více podřadných jedinců. U mužů tedy existují velké výchylky ve schopnostech, a tak velké výchylky v celkové rozloze schopností nebo inteligence u žen prý nejsou.

Jak se vůbec v lidské společnosti projevuje takový rozptyl, čili tzv. rozloha v různých kvantitativních úrovních inteligence, ukazuje *Gaussova křivka*, pojmenovaná podle známého německého matematika.

Na velkém plátně duševního života lidí nejsou odstíny stejné



x) Jaro o to, které f... a... me v... a...
x

ani ve vlohách, ani ve schopnostech. Křivka, zakreslující názorně, i když jen schematicky, rozlohu těchto schopností (a to ve skupině asi tří tisíc osob), zachycuje extrémní slabiny i mohutný střed. Pohlédme na tuto křivku extrémní úrovně inteligence: na levé straně je to slabomyslnost, jejíž IQ je nižší než 75; na pravé straně je to vysoký nadprůměr — nad 135 IQ. Obě extrémní úrovně objevují se mezi lidmi daleko méně než onen průměr (střed = IQ kolem 100), který převažuje u většiny lidí. Z toho se dá potom bezpečně odvodit: Průměrná inteligence je znakem průměrného občana. Ale též — kolik má společnost géniů, tolik má také idiotů. x



TALENTI, GÉNIOVÉ, OBJEVITELÉ

P

adlo zde nyní slovo, právě tak ošidné jako samotný pojem inteligence, snad ještě ošidnější: *Génius... geniální...*

Lze je snad spojovat jenom s jakýmsi vrcholným výkonem inteligence, s jeho vyčísleným nadprůměrem? Pokoušeli se o to například někteří psychologové, přívrženci psychotechniky, a samozřejmě bez úspěchu. Jmenovitě Američan L. M. Terman, autorita v testování inteligence, označuje třeba ve svém dětském testu vrcholný výkon (když zkušelec dosáhne IQ nad 140) jako „geniální“ nebo „téměř geniální“; zřejmě však jde o unáhlené zjednodušování. Onu zvláštní duchovní sílu, jíž v sobě lidský génius skrývá, nemůžeme převádět na žádné testové formule, ba ani ne na samotný souhrn schopností a výkonů, který jsme nazvali inteligencí.*) Géniové a vynikající duchové kultury, vědy a umění byli většinou také nadměrně inteligentní: např. Aristoteles a Hippokra-

*) Současně s Termanovým stanoviskem vyšly i z řad amerických psychologů jeho oprávněné kritiky. Např. L. S. Hollingworthová je ve svých závěrech daleko opatrnější: I dítě s ještě větším nadáním a přednostmi (IQ = 180) má jen jednu pravděpodobnost z desíti, že jeho přínos společnosti bude takový, aby ospravedlňoval název „génius“.



tes, Leibniz a Kant, Leonardo da Vinci a Goethe, Pascal a Bacon, Galton a Marx, Lenin a Einstein, Pavlov, Tolstoj a mnoho jiných. Při pečlivém rozboru životopisů některých z těchto mužů vyšlo najevo, že už v dětství podávali úžasné výkony (např. Francis Galton, sám psycholog, biolog a lékař, se ve třech letech naučil číst a podpisovat, a když mu byly čtyři roky, napsal už dopis). Rekonstrukcí jejich výkonů se jim proto přisuzoval IQ kolem 180. (Galtonův kvocient dosáhl až 200). Ale zase Napoleon, abychom uvedli protiklad, tento strategický génius vojenství, „dostal“ žalostně málo, něco mezi 135 až 140. (Neznal prý pořádně ani pravopis, špatně se učil, těžko se vyjadřoval.) A slavný génius-objevitel Kolumbus měl prý inteligenci jen slabě průměrnou.

Míra inteligence geniálních lidí historie se podle rekonstrukcí pohybuje okolo 150 IQ, avšak tohoto výsledku docilují při zkouškách mnohdy i obyčejní studenti a ty nelze přičítat ke génium, neboť nic geniálního nevykonali. Naproti tomu málokdo zná dnes jména matematiků Riemanna a Cantora, jejichž nadání bylo nesmírné, a přece nebyli nikdy pokládáni za geniální. Stručně řečeno: oceňovat génia jenom vyčíslenou inteligenční kapacitou nelze.

Protikladné výsledky se získaly též z průzkumu *charakterových povahových vlastností géniumů*. Romain Rolland ve svém *Věčném Shakespearovi* uvádí též jeho tušené povahové vlastnosti:

„Ale Shakespeare vyrostl. Objevují, co jsem tenkrát nemohl vycítit: bohatou zralost ducha a umění, poklad zkušeností, sebeovládání, klid. Úsměv vznešeného rozumu, který ovládá život i sen... Ó krásná vyrovnanost povahy!... Člověk, který dovede prožít všechny vášně a který všem rozkazuje, který však... není otrokem žádné vášně... Muž nespoutaný duchem, nespoutaný pověrami doby své ani doby naší, nespoutaný konvencí, tradicí, zvykem... Muž, který nechce být zajatcem ani své přísahy... Muž, který jako on obsahuje volný a svobodný život,... ale když nadejde zkouška, dovede se přizpůsobit, přijímaje s klidnou ironií stejně smrt jako život...“



Ale Rollandovu esej nelze přirozeně chápat jako psychologickou diagnostiku. Je „krásná vyrovnanost povahy“ snad vlastností géniů, jakými byli Dostojevskij, Wagner, Gogh, E. A. Poe, Baudelaire, o nichž se ví, že byli rozpolčení a do kořene vyvrácení? Marx nebyl jistě spoutaný „pověrami doby své ani doby naší“, ale byl takový snad též Platon, Kant, Kierkegaard? Nebyl „otrokem své vášně“ snad Cézanne a Beethoven? Vedle cituplného a chápajícího Goetha mezi génie patří i neúčastný Newton a společensky bezohledný Edison. Chladný a přísný byl Kant, asketický byl Kierkegaard, lakomý a skoupý byl Voltaire — ale požívačnými rozkošníky byli Maupassant, Baudelaire, Wilde, Rimbaud, Lessing i Bocaccio a další. Dante je povahovým antipólem například k Heinemu. Veselý a společenský Mozart nemá nic společného s rozervaným a uzavřeným Beethovenem nebo Michelangelem. — A to jen namátkou několik jmen, jež v našem vědomí nosíme jako geniální.

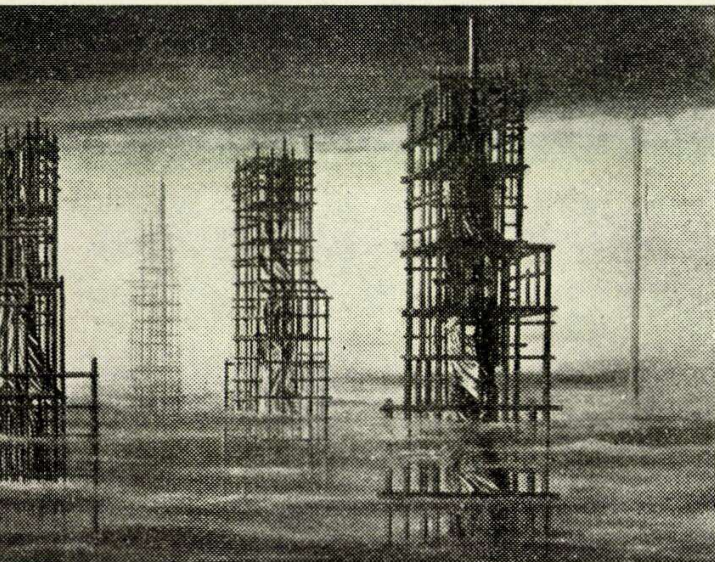
„Výkon génia leží už svými biologickými základy v duševní chorobě“, soudilo minulé století.*) I tyto scestné snahy vidět v géniovi šilence ztroskotávají. Vybereme-li a zdůrazníme-li několik příkladů — Koperníka, Smetanu, Goyu, Newtona, Dostojevského, Gogha, jež byli duševně nemocní — nedokážeme tím ještě obecnou platnost tohoto tvrzení. Jako byl Michelangelo duševně poznamenaný, tak byl Raffael zdravý. William Blake i Maupassant trpěli duševní chorobou, ale nikoliv Čechov či Tolstoj.

Génus spojuje v sobě největší možnou vlohu a nejvyšší možnou schopnost s pozoruhodným činem v oblasti, kterou přijímáme jako kulturní a společensky prospěšnou. Syntéza duše a činu uzrává často dlouho. Často ji nechápeme, často ji nerozeznáme — v současnosti, v přítomném hodnocení, abychom jí po létech nastavili zrcadlo nesmrtelnosti.

Problém *ocenění a hodnocení génia* nebyl nikdy po výtce individuálně-psychologický; lomí se měřítky sociálními, společenským prožitkem jeho díla, bohužel však relativním, jako je vždy relativní hodnocení každého současného činu. Podléhá změnám světa a duchu doby: věhlas geniality je v přítomnosti proto málokdy dosažitelný. Někteří se ho dočkali: Lenin, Gorkij, Einstein, Picasso, ale většinou zůstává údělem génia „přerůst epochu“. Osobnost génia je trojrozměrná jako dramatický čas; změněna minulostí se připravuje, přítomností se projevuje a budoucností je objevena a rozeznána. Gogh, Janáček, Kafka se například „stali“ geniálními až po své smrti.

Jenom dílo, jenom čin z génia přetrvávají. Při omezení našeho poznání a hodnocení je to logické; je to však i poněkud smutné — neboť dílo a činy nemohou být pro postižení všech úhlů geniální osobnosti než znamením. Musíme je brát též jako nedořečené, nedokonalé, můžeme totiž soudit — s anglickým malířem K. Waughamem — že lidé jako Beethoven a Cézanne nejsou velikány jen tím, co dali světu, ale i tím, že v sobě zastupují něco většího, než kdy mohli vykonat.

*) Citát z díla italského psychiatra C. Lombrosa. Ve své knize *Geniální lidé* hledá Lombroso pro génia „ekvivalent skrytého šilence“. (Srovnává ho s šilencem.) Toto dílo bylo signálem k záplavě další „geniologické literatury“. Mezi Lombrosovými zastánci a kritiky vykryštovala o tomto vztahu tři základní hlediska: 1. génus = šilencec, viz citát v textu; 2. génus se liší od jiných, je vychýlený, a proto je schopen geniálních činů; 3. génus je „božský“, a proto je ideálem zdraví.



ROZHOVOR S UMĚLCEM

Moje
inspirace
vychází
z podvědomí!

OTÁZKA: Slyšel jsem zajímavý názor jednoho návštěvníka výstavy o vašich obrazech. Připadaly mu jako sny, jako jakési tajemné vize, těžko sdělitelné slovy.

ODPOVĚĎ: Je to proto, že moje inspirace vychází z podvědomí...

OTÁZKA: Ano, o tom jsem právě s vámi chtěl hovořit. — Krásné, neklidné sny, vycházející z podvědomí... Ale na druhé straně, jsou na nich předměty a osoby zcela reálné, jejich vztah má dokonce hluboký a skutečný smysl. Tak třeba Sbohem válce: Cožpak to není obraz válečných let, s jejich úzkostí, s jejich beznadějí? — Ty opuštěné postavy v zadním plánu obrazu, jsou to vojáci či kdo, ale i rakev, křivky šibenic, červená barva krve a černá barva smutku... Jisté je, že vaše umění předpokládá také prožitek, který jste zaznamenal — řekl bych — zcela vědomě...

ODPOVĚĎ: Ano.

OTÁZKA: Takže jsou to vědomé zážitky, které vytryskly z podvědomí, z jakýchsi zasutých vzpomínek na válku? Je to tak?

ODPOVĚĎ: Snad.

OTÁZKA: Malíř sahá často ve svých vzpomínkách do „skrytých“ rezerv osobnosti. Je to spíš záležitost citu, jakési emocionální logiky, než rozumu. Ale logika tam je. Nechcete snad říci, že své věci malujete v hypnóze nebo v transu?

ODPOVĚĎ: To ne.

OTÁZKA: Já bych řekl, že chcete naopak zachytit na plátně přesný pocit, tedy realitu vnitřní, psychickou, ale přece jen realitu, kterou prožívá každý z nás. Ano?

ODPOVĚĎ: Asi. Nevím.

OTÁZKA: Nebo chápete svůj inspirační zdroj jako psychoanalytici? — Naši posluchači jistě slyšeli o psychoanalýze a vědí, že její zakladatel, lékař Freud, rozděloval duševní život člověka na tři vrstvy: jednu malou, a tou je vědomí, tedy to, co si v dané chvíli uvědomujeme, zážitky, představy, myšlenky — takřkajíc — bez závoje, uzpůsobené přítomné realitě; druhou větší, takzvané předvědomí, což je rozsáhlé skladiště kdykoliv dostupných faktů, zpráv, myšlenek, které si právě neuvědomujeme; a konečně vrstvu třetí a největší, ohromnou nádrž podvědomí, kam se strádají zážitky z vědomí vytěsněné, například z dětských let, nebo pudová přání a tužby, úzkosti a strach, které nedokážeme vědomě vysvětlit, které jsou zahaleny do závoje.

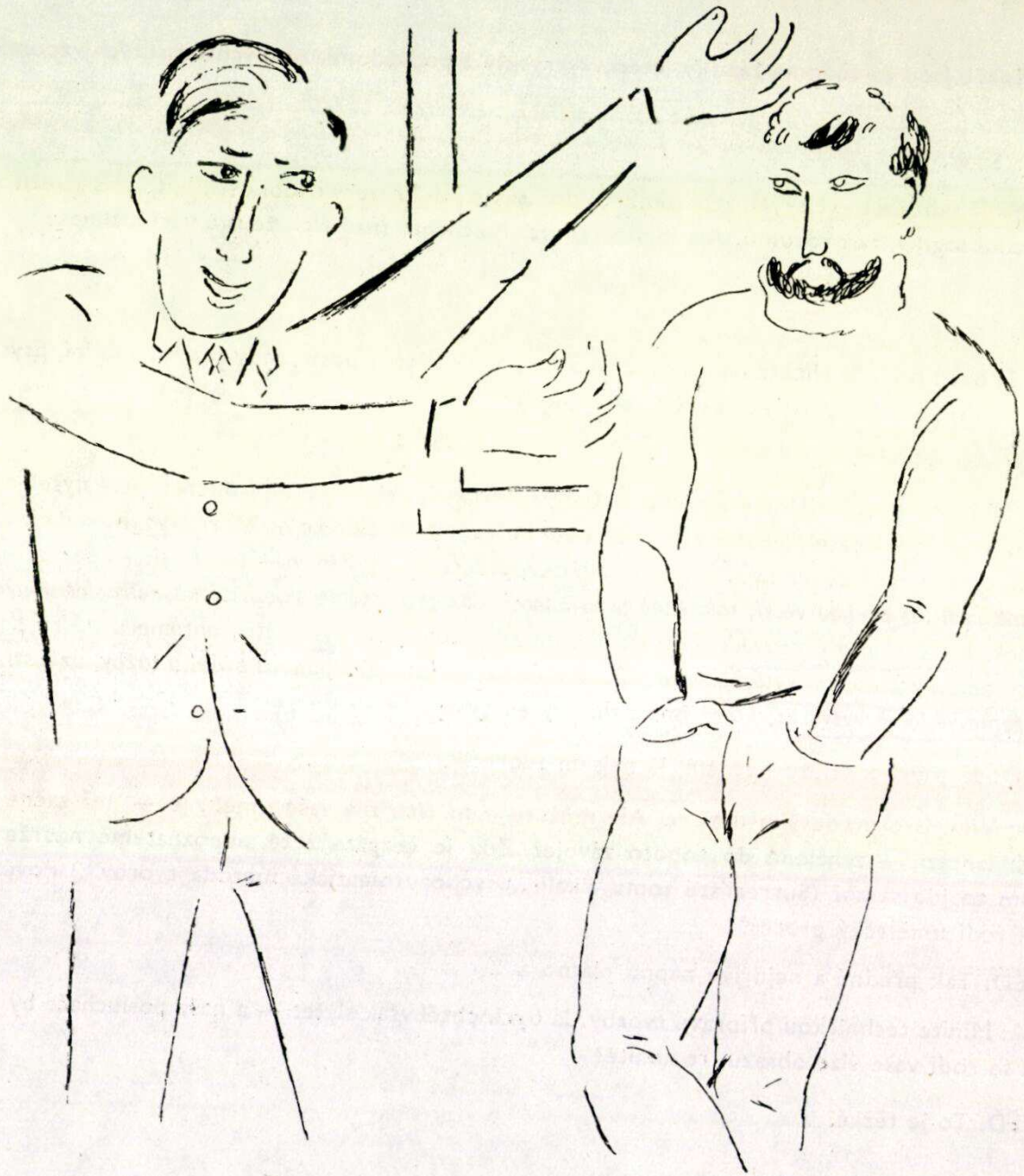
ODPOVĚĎ: Já psychoanalýzu neznám, já nejsem teoretik.

OTÁZKA: Víím, jste především umělec. Ale můžete nám říci, zda vaše umění je — než začne krystalizovat ve vaší fantazii — zahalené do tohoto závoje? Zda je čerpáte z té nepoznatelné nádrže — a pak cítíte, že vám to jde samo? (Surrealisté tomu říkali „psychoautomatická metoda tvorby“.) Povězte tedy: Jak se u vás rodí umělecký proces?

ODPOVĚĎ: Tak předně a nejdříve napnu plátno a...

OTÁZKA: Mííníte technickou přípravu tvorby. Já bych chtěl však slyšet — a naše posluchače by spíše zajímalo — jak se rodí vaše vize obrazu, rozumíte?

ODPOVĚĎ: To je těžké.





OTÁZKA: Jistě. Už starý Goethe říkal, že obraz je prostředníkem nevyslovitelná. A „nevyslovitelná“ je právě to podvědomé, vytěsněné za hranice vědomí, ta inspirace, která ve vás (skoro jsem chtěl říci: ve vaší podvědomé nádrži) dřímala. Těžko o ní mluvit slovy.

ODPOVĚĎ: Těžko.

OTÁZKA: Slova jsou příliš nedokonalá a jako pouhý nástroj myšlenek nemají s podvědomím co činit.

ODPOVĚĎ: Prosím?

OTÁZKA: Ale vraťme se k vašim obrazům. Já na nich — totiž — vidím — ještě — cosi — víc. Napadá mě: jaký je váš soukromý život?

ODPOVĚĎ: To ale, myslím...

OTÁZKA: Promiňte, neformuloval jsem otázku šťastně. Měl jsem na mysli, zda prožíváte v době, kdy tvoříte, právě největší city, vzrušení, lásku, vášně, touhy a podobně. Chápete? Anebo zda potřebujete klid, izolaci, samotu, kde by se vás žádné rozčilující podněty nedotýkaly. Na vašich obrazech je totiž vzácná harmonie — v tvarech, barvách a tak; ale je z nich cítit i silné citové napětí, svár, drama.

ODPOVĚĎ: No tak jistě, malíř to musí všechno obsáhnout.

OTÁZKA: Chápu, nerad o tom hovoříte, ale myslím, že jsme u podstaty věci, jak říkal... kdo? Hegel tuším, ano Hegel. (Smích, který je zároveň omluvou.)

ODPOVĚĎ: (Smích, který je zároveň pochopením.)

OTÁZKA: Takzvané moderní umění — a tohoto pojmu neužívám v hanlivém smyslu — vydalo, jak víme, z podvědomí umělců nesčetné cenné plody. Nedávno tady probíhal film o Vincentu van Goghovi Žízeň po životě. Viděl jste ten film?

ODPOVĚĎ: Náhodou viděl.

OTÁZKA: Výborně. Tento film názorně ukázal, jak velký umělec tvořil s přímo frenetickou horlivostí, řekl bych, ve vzrušení a extázi, která se rovnala posedlosti. Řekněte upřímně: máte takové pocity při vaší inspiraci? Anebo ještě lépe: jsou takové stavy — obecně vzato — podmínkou k tvorbě moderního...

ODPOVĚĎ: To myslíte psychiatrii?!?!

OTÁZKA: V jádru si rozumíme, ale já — na rozdíl od některých nepřátel moderního umění — se nedomnívám, že abstraktní nebo vůbec nerealistický umělec musí být nutně psychiatrický případ.

ODPOVĚĎ: Já taky ne.

OTÁZKA: Podvědomí, z něhož čerpáme skryté pohnutky pro naše jednání, pro tvorbu i společenské vztahy, máme přece všichni. A ono v nás probouzí síly, které mají ohromný vliv na celý duševní život. Vincent van Gogh — abychom se vrátili k našemu příkladu — objevil v sobě tyto síly jako malíř. Byly to nesmírné impulsy.

ODPOVĚĎ: No — ale jak je to namalovaný!

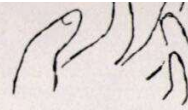
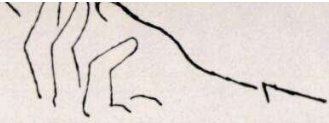
OTÁZKA: Právě. Jak se říká — kde nic není, ani smrt nebere. Ty podvědomé síly musí v člověku být a nejsou v každém stejné. To je právě závislé na individualitě. Někteří psychologové vyjádřili i názor, že z podvědomí se rodí i impulsy asociální, zločinecké, zvířecí instinkty. Sám Freud mluví o pudu smrti, o destruktivních touhách...

ODPOVĚĎ: To že by van Gogh byl něco takovýho, to ne.

OTÁZKA: Samozřejmě že ne. V umělci jsou jiné impulsy, ale na jednom se přece jen shodnem: že naše jednání a motivy naší činnosti jsou často nevyzpytatelné!

ODPOVĚĎ: To ano, to jo.

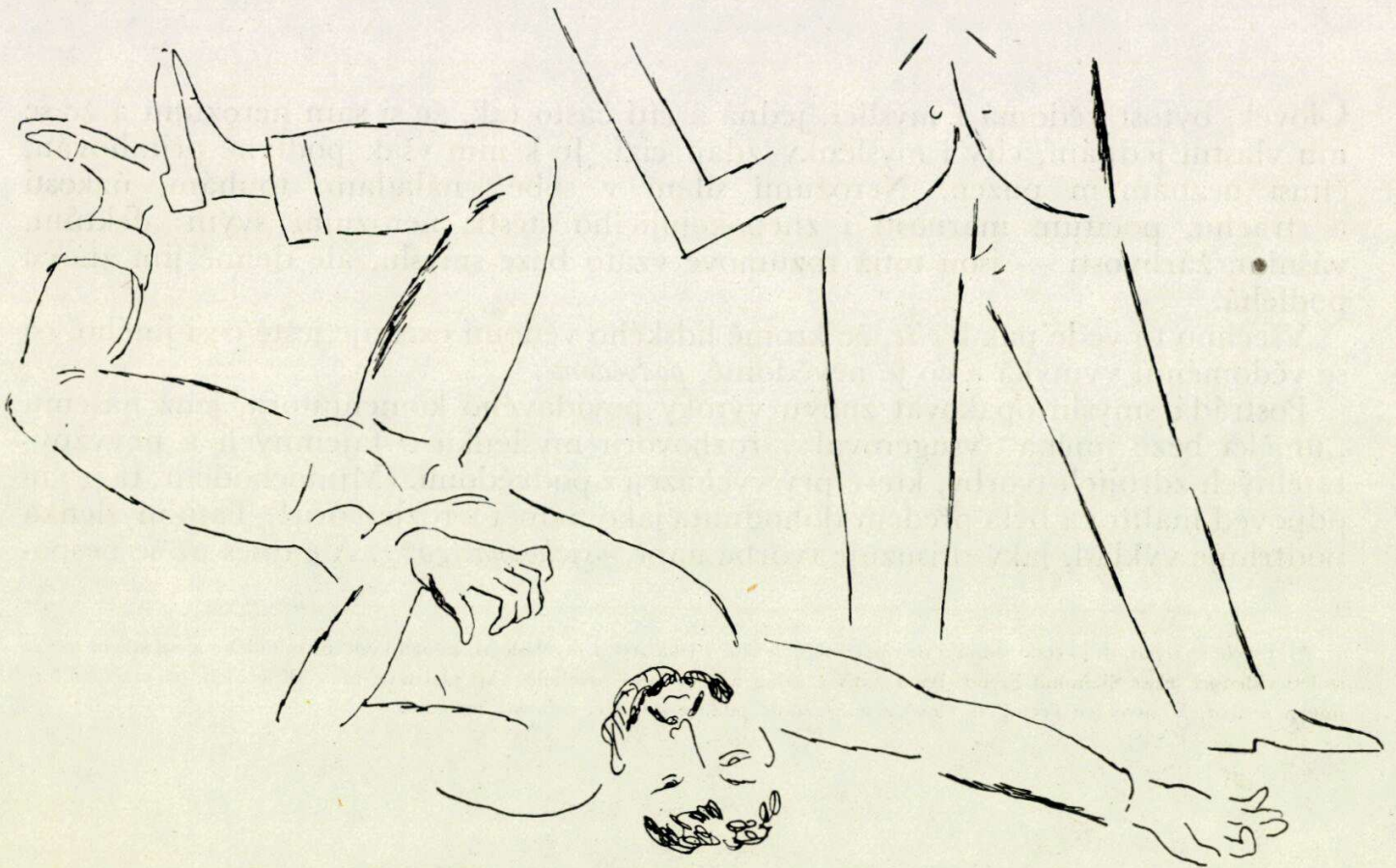
OTÁZKA: To jenom připomínám, když s vámi mluvím o vašich nevyzpytatelných tvůrčích zdrojích a o podvědomí.



ODPOVĚĎ: Ale já znám lidi, kteří se chovají takhle, jak říkáte...

OTÁZKA: To jsme poněkud odbočili. (Krátká pauza.) Podvědomí je to, co v nás — konec konců — zanechává vždy život. A řekl bych dokonce nejen život náš, vlastní, individuální, a třeba raný věk našeho dětství, ale i život našich předků. Pradávné zkušenosti lidského rodu se nahromadily v oné duchovní nádrži, vlivem dědičnosti i přejatými konvencemi, a ty pak v některých chvílích přítomné existence vystupují na povrch. Vezměme jenom váš obraz Marnost: řekl bych, že je to abstrakce dějin tohoto lidského pocitu, výtah z pocitu našich předků, kteří žili v době, kdy se tato marnost projevovala jejich třídním a přímo ekonomickým omezením, jež nebylo možno v oné době překročit, protože žili...

ODPOVĚĎ: Tak — ten obraz Marnost, náhodou to můžu říct, je z doby, kdy mi je vždycky najednou smutno, protože je to na podzim. To je vidět na té podzimní barvě. A ty stromy to taky ukazují, nevím jestli



jste si všim'. Já to v té době vidím všechno, jak to je — příroda, uplývání, umírání, takové ticho jako před smrtí, nic. Když jsem byl malý kluk, tak jsme dělali u nás na vesnici ohníčky a já měl vždycky přítom takový pocit marnosti a uplývání a nevím čeho ještě.

OTÁZKA: Tak přece jen zážitek z dětství?!

ODPOVĚĎ: Ale žádný impuls a ze žádné nádrže. Pomalý, dlouhý pocit, zažírající se do duše, navždycky. Člověk má právo přece i na smutky, i když — jak se říká —

OTÁZKA: Chcete říci, že vzpomínky přetrvávají.

ODPOVĚĎ: Ano.

Člověk, bytost vědomá a myslící, jedná a cítí často tak, že si sám nerozumí a že se mu vlastní jednání, city i myšlenky zdají cizí. Je k nim však podivně přitahován, čímsi neznámým puzen. Nerozumí silám v sobě: náladám, touhám, úzkosti a strachu, pocitům marnosti i znepokojujícího štěstí; nerozumí svým afektům, vášním, žárlivosti — jsou totiž rozumově vzato beze smyslu, ale denně jim znovu podléhá.

Všechno to vede pak k *víře*, že kromě lidského vědomí existuje ještě cosi jiného, co se vědomému vymyká a co je nevědomé, *podvědomé*.

Postrádá smyslu opakovat znovu výroky povídavého komentátora, jenž našemu „umělci beze jména“ vsugeroval v rozhovoru myšlenku o tajemných a nevyzpytatelných zdrojích tvorby, které prý vycházejí z podvědomí. (Mimoходом: ta první odpověď malířova byla předem dohodnuta jako námět k rozhovoru!) Tato myšlenka podtrhuje výklad, jaký přisuzuje tvorbě např. *psychoanalýza**). Ale dnes už se nespo-

*) Psychoanalýzu, dnes stále jednu z nejrozšířenějších škol v lékařství a psychologii, založil koncem minulého a začátkem tohoto století vídeňský lékař Sigmund Freud. Jemu patří zásluha o pochopení psychologické podstaty řady duševních onemocnění, zejména neuróz. V psychice Freud u člověka zdůrazňuje pudové stránky, zejména sexualitu.

kojíme s jejím výkladem. Už jenom přesvědčení, že duševní život možno rozdělit na tři zmíněné vrstvy, je mylné. Psychická činnost je složitější, a co víc — nelze ji chápat bez pohybu, staticky.

Ani náš malíř, ani Vincent van Gogh, jehož jméno se v rozhovoru objevilo, neměli v sobě absolutně hotové, úplně vytvořené a neměnné pocity a impulsy — jak praví psychoanalytický termín: „vytěsněné“ za hranice vědomí. Žádný pocit, ani myšlenka, ani představa nemůže být osamostatněna a odtržena od skutečného světa v nedotknutelné a uzavřené nádrži. Každý pocit je složitý proces, v němž se střetají prvky vědomé a nevědomé; navíc je vždycky spjatý se skutečností, s okolním světem.

„NEVIDĚL JSEM TĚ PLAKAT BEZ PŘÍČINY.
NESLYŠEL JSEM TĚ SMÁT SE PRO NIC.
TO NENÍ LÁSKA.“

(O. Mikulášek: Výčitky)

To jenom básníka zajímá vytržený cit. Láska je v básni dramatem úžasu, jeviště osvětlené fosforeskujícím dojmem. Dostat se pod povrch věcí — nejvlastnější účel poezie — děje se v oslňujícím přestrojení, které je mnohoznačné. Poznání objektivní je však jednoznačné; účelem vědy je chápat souvislosti, zaměřit pozornost k onomu věčnému „proč“. Daří se to bez jakéhokoliv přestrojení, jen v suchém konstatování fakt.

Nuže:

Podvědomí není žádnou izolovanou oblastí lidské duše, ale vlastně psychickou činností, při níž nedochází k rozumovému pochopení, co tato činnost znamená. Vědomí a podvědomí jako dvě strany předmětu jsou potom protikladem téhož a jsou obsaženy v psychické činnosti celého našeho mozku společně. Nemusíme zatím chápat všechno, co se kolem nás i v nás odehrává, avšak chápeme stále více — ze světa i ze sebe — a to je znamení, že podvědomí je čím dál více poznatelné, že i ve vývoji člověka přechází do svého protikladu — do vědomého.

A nakonec? Náš „bezejmenný malíř“, jehož důrazné odpovědi jsme úmyslně postavili do rozporu s vyumělkovanou spekulací komentátorovou, se nakonec odvolal právě na něco tak jednoduchého a pochopitelného, jako je činnost paměti, to jest — *vzpomínka*. Vzpomínky na dětství, vzpomínky na kruté dny války; někdy třeba méně rozumově vysvětlitelné v závislosti na situaci, jež je vybavuje, ale vždycky znovu prožité spolu s tím novým, co jsme už pochopili. Již předem budete znát tedy odpověď na otázku: Není snad přesnější — a z hlediska našich možností i objektivnější — vidět v podvědomí naprosto plynulý proces, který do vědomí přerůstá a který dokonce ústí i do nejvyššího druhu vědomí v nejvyšší jeho kvalitě, již je poznání? A není proto vůbec už správné klást mezi vědomí a podvědomí čínskou zeď s varovným znamením nepoznatelnosti.

S takzvaně podvědomými vlivy se omylem spojovaly též strachy a úzkosti moderního života, jež zdánlivě neměly žádnou vnější příčinu a jež si trpící člověk nedovedl vysvětlit.

PROČ JSEM TAK ÚZKOSTLIVÝ?

Mám stále pocit úzkosti, jakýsi bezdůvodný strach — ale nevím z čeho.

(Stížnost paní M.)

Poradte mi, jak se zbavit trémy!

(Z dopisu jednoho herce.)

Můžeme soudit, že paní M. při svém neustálém pocitu úzkosti, na nějž si stěžuje, začíná podléhat *neuróze*, tedy tomu zvláštnímu duševnímu onemocnění, které se na světě v posledních desetiletích tak nepříjemně rozmohlo. Úzkost je skutečně jedním z hlavních příznaků neurózy (aniž by ovšem vyjadřovala nějaké impulsy z podvědomí, jak se domnívají psychoanalytici), představuje zkreslený a porušený vztah ke světu; většinou jde o poruchu sociálních vztahů, konflikt v rodině, v manželství, v zaměstnání.

Nevědomý strach? Podvědomá úzkost? Znovu jsme u problému, který vlastně neexistuje. Totiž, přesněji řečeno — existuje, ale jinak, než ho chápou psychologové-idealisté, a existuje také v *subjektivním* přesvědčení, jak to vysvítá z názoru paní M. nebo jiných, kteří také třeba neznají původ svých strastí, úzkostí a příznaků.



Zkreslený vztah ke světu a lidem se projevuje i jeho nesprávným hodnocením. Úzkostlivý člověk si neuvědomuje některé klíčové prvky svých životních podmínek, ani mnohdy rozporuplné pozadí meziosobních vztahů, které jeho vztah vyvolávají. Poznává určité věci, ale nerozumí jim; z tohoto neporozumění vyvstává pak jeho úzkost. Neuvědomuje si svou skutečnou situaci, uvědomuje si jenom svůj strach.

Dokonce v některých filosofických názorech — a především v existencialismu, pozastavujícím se nad problémem lidské opuštěnosti, jíž je člověk v přežívajících se společenských podmínkách vystaven, objevuje se motiv úzkosti jako nezměnitelný úděl existence člověka. Otcem těchto myšlenek, žijících dnes v románech Camuse, Sartra, Beauvoirové a dramatech Ionesca a Becketta, byl dánský mystik Sören Kierkegaard, který vysvětloval úzkost jako vlastnost hříšného člověka, jako jeho „uvědomění si nicoty“, vedoucí potom k jeho trvalému a metafyzicky chápanému „ohrožení“. Z lidského žití je vyřazuje jediné — smrt; je to filosofie beznaděje a pesimismu.

Před mnoha tisíci lety — na bílých místech zeměkoule i nedávno neznal přírodní člověk žádnou trvalou úzkost (např. tedy ani v existenciálním smyslu), znal pouze přirozený strach před silami všemocné matky Přírody, které tenkrát nedovedl ještě pochopit. Ale ani dnes ještě se vždycky dobře nevyznáme ve spleti společenských sil a vztahů, které se rozvinuly daleko později než síly přírodní; jejich rozumové pochopení je více či méně dosud omezeno, je neúplné, a to se pak v podobě nejasného neklidu odráží v pocitech dnešního „ohrožení“ a v neurčitém strachu.

Toto vysvětlení zároveň však skýtá i naději na pomoc při takových obtížích. Pokud už není pozdě, pokud se totiž nemusí k lékaři s neurózou, třeba vždy předcházet těm situacím, které na nás nepříjemně doléhají a které vyžadují obvykle naléhavého řešení. Každé řešení je pomoc z nejistoty, i když — a to se také stává — může mít zprvu pro nás nepříjemné následky; nejhorší ze všeho se však nakonec ukazuje vždy nejistota, nejistota jako důsledek nerozhodnosti! Paní M. si možná mohla zařídit život jinak, co víme; třeba vdát se v pravý čas a za pravého muže, odstěhovat se z míst, kde nebyla

* Hearti a ...
z pro existenci.

spokojena, nastoupit jiné zaměstnání — a neučinila to. Ale proto může být a je právě nyní nešťastná, aniž ovšem zná pravé příčiny. Nebo často bezděčně, aniž bychom chtěli, se dostaneme s někým do konfliktu, a společenský konflikt, který trvá, je jako nepříjemná zátěž. Co z toho vyplývá? — co jiného než obecné poučení: *reálně vždy hodnotit své vztahy k lidem!* Předejít konfliktům! Raději vždycky odejít z ovzduší nedůvěry a nenávisti, třeba i za cenu ztrát například materiálních; vyhledávat společnost, které jsme věrni, tak jako ona je věrná nám, společnost, která nám rozumí, tak jako my jí. Paní M. možná ze společenských důvodů nepřestala navštěvovat lidi, o nichž věděla, že ji pomlouvají, že jí závidí a zostuzují.

Musíme k tomu všemu, abychom účinně bojovali s úzkostí, *poznávat dobré a nové*. Toužit po poznání a uvědomovat si přitom, že lidské poznání se musí rozvíjet — to je také duševně hygienická nutnost. Jak jinak chcete vymýtiti ze svého života pověry a předsudky, které cizopasí na vašich vědomostech? K pověrám patří i víra v nadpřirozenou a nevyhléditelnou či osudovou úzkost. Možná, že paní M. na něco takového věří. A nedivme se pak, že ji to pronásleduje.

„Ale co tréma?“ slyším už netrpělivý dotaz našeho herce. „Při ní nepomáhá přece ani řešení, ani hodnocení, ani poznání. Známe přece i její reálné příčiny.“

Opravdu. Tréma není totožná s počínající neurotickou úzkostí paní M. Projevuje se však také jako druh duševního neklidu a tísnivého citového napětí, je také reakcí očekávající své řešení.

Pro herce přichází toto řešení až už na jevišti, až už je „v tom“, jak se říká. Předběžné hodnocení situace je dokonce ještě horší, neboť působí jako signál k dalším projevům a příznakům trému provázejícím (a jsou to i tělesné projevy: pocení, zvýšený tep a tlak, bolesti žaludku, píchání u srdce apod.), jak to potvrzují herci, hudebníci, přednášející, manekýnky, jak to potvrzují i sportovci trpící tzv. předstartovními stavy (nebo „horečkami“).

Zde ovšem platí recept opačný; musíme rozlišovat mezi úzkostí jakožto neurotickým projevem trvalejšího rázu a mezi všemi druhy neklidu a napětí, jež jsou jen situacně podmíněnými reakcemi. I jejich „léčba“ bude rozdílná. Tréma se ztrácí, odvedeme-li pozornost jinam. Rozptýlení pomáhá jako uklidňující prostředek. Kdesi jsem četl, že jisté úspěšné fotbalové družstvo zaměstnávalo svého „dvorního šaška“, klauna, který hráče vždy před zápasem — v okamžicích největšího nervového napětí v šatně — bavil svými vtipy.

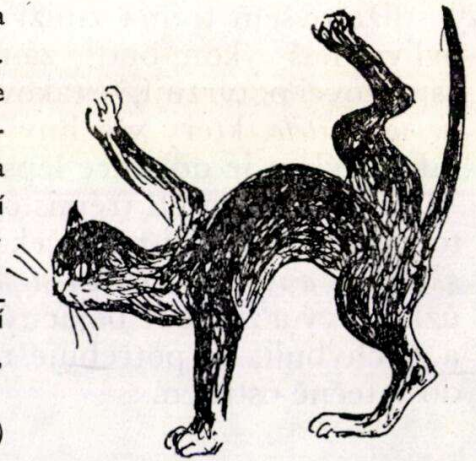
„Ale,“ namítl by asi herec, „copak to ve chvíli, kdy má jít člověk na jeviště, jde?“ Jestliže ovšem tréma zmizí vždy s příchodem na jeviště a nikterak nepříznivě neovlivní náš výkon, buďte za ni rád, není ani nutné se jí bránit! Jednak herci, jednak i sportovci potvrzují, že taková přechodná reakce má pro ně význam zvláštního alarmujícího činitele, který všechny dřímající síly výhodně k výkonu připraví a zalarmuje, takže výkon je dokonce lepší než bez trémy.

Jen tzv. notoričtí trémisté, jimž vadí tréma i v samotném výkonu, většinou jsou to začátečníci — ti musí čekat na to, co léčí do kořenů: tímto lékem je pak trénink, zvyk, zkušenost a rutina, s kterou si poradí nejlépe čas. A pochybuji vůbec, že člověk od dětství úzkostlivý a zvýšeně bojácný zaměří někdy životní zájmy k povolání, jako je herectví, a pochybuji, že potřebuje rady, jak se té trémy zbavit, je-li už ve svém povolání dostatečně ostřílen.

Nic se mi dnes neda říci!

Občas mívám dny, kdy jsem od rána provázen smůlou. Nic se mi nedaří. Tak třeba včera, hned od rána — vstal jsem o trochu později, spěchám do kanceláře a samozřejmě se mi přetrhla tkanička u boty. Rychle piju kafe a pekelně jsem si popálil jazyk. Pak mi přeběhla přes cestu na schodech v domě kočka a ty víš, jak kočky nenávidím; nota bene — černá, to je určitě smůla. Utíkám na tramvaj a zrovna vidím, jak mi dvacítká ujíždí před nosem. Samozřejmě jsem přišel pozdě, pak hádka se šéfem. Věra mi volala, že dneska ji nikam nepustí, že jim přijela návštěva. Chtěl jsem jít na Sladký život, ale — vyprodáno! Jako z udělání mi přišel dopoledne účet za telefon, ačkoliv nemám momentálně prachy. Víš, kolik dělal?! Stotřicet korun! Pak mi řekni, že neexistují černé dny. Dáblovo dílo! Kdyby bylo na mně, tak takové osudné dny zaspím.

(Z vyprávění přítele Karla.)



Stížností celá kopa. Existují však opravdu „černé dny“ a dny, kdy se všechno daří? Jako neodvratitelný zásah osudu? — Je to samozřejmě nesmysl, je to obyčejná pověra.

Dokážeme to, rozebereme-li Karlovy stížnosti jednu po druhé. Předně: kdyby vstal včas jako jindy, nemusel by tolik pospíchat a jistě by se mu tkanička u boty nepřetrhla. Ani by si nepopálil kávu jazyk, protože by ji nemusel pít tak narychlo, vařící. A kdyby tolik neutíkal k tramvaji, nenesl by tak těžce, že mu ujela zrovna před nosem. Jindy měl dostatečnou rezervu počkat na další. Přijel by tedy včas a nemusel by se ospravedlňovat ani před svým představeným. A nebyl by tak popuzený a rozzlobený na osud a jistě by s představeným mluvil slušněji. Že dívka občas večer nemůže na rande, to se Karlovi nestalo jistě jen jednou — a přece to jindy nevysvětloval osudem — Věra by prostě nemohla. Dneska však je tím vinen osudový „černý den“, nějaká nadpřirozená síla.

Abychom nezapomněli na černou kočku — přeběhne-li přes cestu, znamená jistou smůlu. (Dosvědčil mi to i jistý řidič, který havaroval vzápětí, co mu černá kočka přeběhla přes silnici. Neřekl však, že byl opilý a že při řízení usínal.) Ale proč vlastně nenávidí Karel kočky? Má k tomu nějaké důvody, nebo je to jen předsudek, rodný bratr pověry? Ano, je to předsudek! Můžeme nenávidět mouchy, hady, krysy a jinou škodlivou a odpuzující havěť, ale proč kočky?

Fakticky Karel pak pořád na tuto černou kočku myslí a *celý den se mu už předem zdá ztracený*; a je to nepochybně den, který by se měl vždy zaspát, jak sám říká. V „růžové“ nebo jinak „příjemně zbarvené“ dny možno bdít, nebo — podle této teorie — seženeme asi vždycky obratem a bez čekání, chvíli před promítáním, lístek na navštěvovaný film !!! (Nebyla by právě tohle spíše náhoda? Kdo viděl fronty na lístky na *Sladký život* stát kolik týdnů v pražské pasáži Alfa, ten by asi Karlovi věc vysvětlil jinak).

Trochu se však soustředme na psychologicky správný výklad Karlových pocitů. Velmi obsáhlou složkou osobnosti jsou city. Představují prožitky našich vztahů ke konkrétním osobám a věcem vnějšího světa. Jsou-li to situace příjemné, nedivme se, že jde barometr našich citů nebo — jak se též říká — naší nálady dolů a že naopak značně stoupají naše bouřlivé afekty, prudká hnutí myslí bez rozumové úvahy. Probouzejí se v nás

vlny hněvu, zlosti, vzteku, neuvážené reakce, reakce prudké, dožadující se nějakého objektu, nějakého terče. Nechceme si vylévat vztek sami na sobě; člověk si jen málokdy vinu připouští; a odnáší to pak naše okolí: kočka, po které by asi náš přítel hodil nejraději kamenem, kdyby ho měl po ruce, lidé kolem, dokonce i představený (neboť často neuvažujeme o následcích afektivního počínání), který si to samozřejmě nedal líbit a vznikla hádka. I Věra do telefonu možná slyšela leccos nepěkného, za co se později Karel asi styděl.

K rozsouzení je Karlův případ dokonce velmi jednoduchý a lehký: *to všechno by se totiž nestalo, kdyby například náš přítel o čtvrt hodiny dříve ráno vstal!* Zdali pak je tohle nějaký „osud“, nějaké čáry, nějaké „dílo ďáblové“!? Tento den — jako každý druhý; jenom naše prožitky z něho jsou často vlivem rozbouřených citů a špatné nálady jiné. Každým dnem může přijít telefonní účet na stotřicet korun, pokud jsme předešlý měsíc desetkrát za večer volali kamaráda, že jsme mu zapomněli ještě něco sdělit, pokud jsme dokonce volali meziměstsky do obchodů blízkého města, zda mají italské baloňáky, jak to dělal Karel.

Náš přítel se stal obětí vlastní sugesce. Nechal se ovlivňovat maličkostmi, které svým nešťastným jednáním seřadil za sebou tak nepříjemně, že se z nich stala — obrazně řečeno — bubnová palba na jeho mozek. Nechal se konečně ovlivnit i falešným vědomím a pověrou, že *dnešní den už jiný nebude — než právě „černý“, smolný a nepříjemný.*

A zrovna tak je možné navodit si myšlenku opačnou, že to všechno jsou totiž maličkosti a drobnosti, že jim bude co nevidět konec a že to je přece běžná věc, přihodí-li se občas něco nepříjemného. Že tu neplatí žádný „zákon schválnosti“, že takový zákon je jen pověra. Že však po dešti vychází vždy slunce a po zimě přichází jaro. A když nám ten den tak špatně začíná, není třeba hned nadávat a hned myslet na smůlu a na osud. Je potřebí už ráno dvojnásobnou trpělivostí a pozorností při práci a v jednání rozlomit kruh, který se může stát zdánlivě začarovaný, budeme-li nejbližší budoucnost brát takto osudově a pesimisticky.

Pověra se v našem životě zahnízdila a ovládá zejména ty oblasti, které jsou vzdáleny rozumovému chápání; jsou to oblasti citového života. Jak jsme řekli už jinde, byl dříve člověk vydán na pospas silám, jimž plně nerozuměl, a byl ještě slabý, aby

zmohl neznámá protivenství. Ochrana nacházel v náboženství, v osudu a v pově-
rách. Ale moderní člověk by si měl uvědomit, že přírodní síly nejsou žádná kouzla
a že je věda čím dál víc poznává.



Bude jistě nyní pro nás zajímavé i poučné prohlédnout si na fotografických snímcích z následující
stránky výrazy Karlovy tváře z onoho „osudného“ dne; *většina citů se totiž projevuje navenek, v mimice,
v pohybu i gestu*, a mimické vyjádření Karlových citů je patrné i na našich obrázcích — (Karla na nich
s jeho výslovným svolením předvádí herec Miloš Kopecký). Posuďte, co se za těmi různými výrazy
skrývá! Můžete pak z Karlova výrazu poznat:

a) *úžas* — že vstal dnes o tolik později;

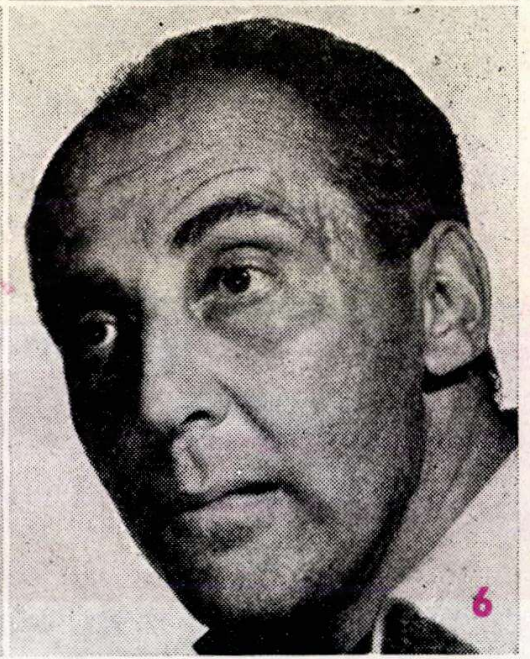
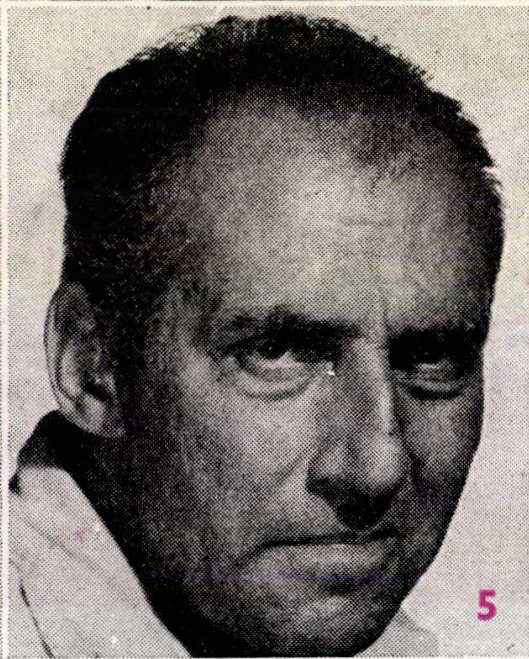
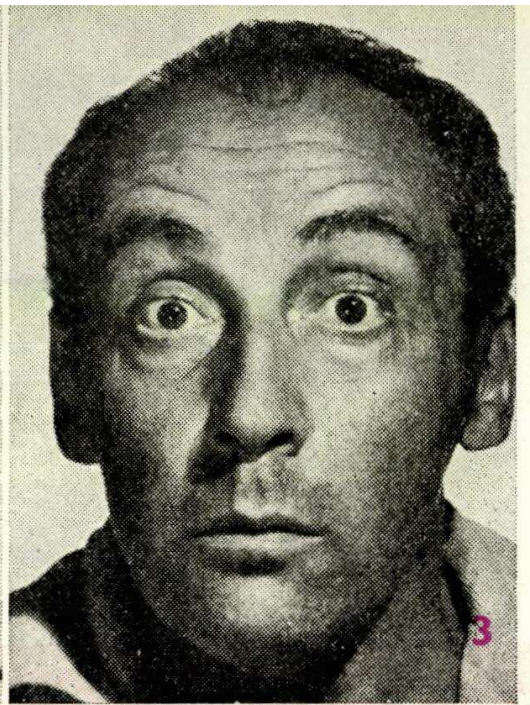
b) *veselost* — bleskla mu tváří jen po ránu, když si vzpomněl na včerejší veselý večer;

c) *vztek* — když si popálil jazyk;

d) *zoufalství* — když mu ujela tramvaj před nosem;

e) *rozpaky* — to Karel přestřelil při hádce se šéfem;

f) *zděšení* — reakce na černou kočku.



Úkol pro vás: Přiřadte tedy jednotlivá písmena citů k číslům obrázků a na konci knížky v oddílu Rozluštění zkontrolujte se správným řešením! Snad máte dobrý postřeh i úsudek. Ale ještě dříve si přečtěte několik známých zjištění:

Podobné pokusy se prováděly na základě mnoha snímků. Ze 105 snímků hercem předváděných citů poznali nejbystřejší studenti princetonské university správně 58 %, nejméně bystří jen 17 %. Bystrost zkoušence znamenala vždy jeho vnitřní souhlas s citem, který fotografovaný herec zamýšlel vyjádřit. Nesprávný odhad znamenal též nejistý soud, ovlivňovaný i míněním jiných zkoušenců.

V pokusu jiném určovalo sto osob city na 86 obrázcích. Shoda úsudků činila jen 52 %, jeden obrázek byl například posuzován 39 způsoby. Ale ani tak se úsudky od sebe příliš nelišily, neboť se vyjadřovaly velmi podobnými nebo i totožnými pojmy. Přes 60 % osob bylo zajedno v úsudcích o štěstí, překvapení, strachu, hněvu, odporu a pohrdání.

Oko není „do duše okno“ ani „zrcadlo duše“, jak se často soudí. Psycholog Dunlap zjistil, že cit výstižněji vyjadřují ústa než oči.

Ze snímků tváře ve skutečných citových situacích a ne tedy hercem předehrávaných, když totiž experimentátor najednou vystřelil před fotografovanými osobami z pušky, dal jim elektrickou ránu, ukazoval jim erotické obrázky, uložil jim pitvat myš nebo to pozorovat, se zjistilo, že táž osoba projevovala podobný výraz v rozmanitých situacích, a naopak, při stejné situaci měly zkoumané osoby výrazy rozdílné. Jedinou společnou reakcí byl úsměv. Pokus chtěl dokázat, že jisté citové stavy nejsou charakteristické jistými a stereotypními výrazy.

Významnější pomůckou pro posuzování citových stavů se ukazuje být gesto. Zkoušeným osobám se podařilo vyložit gesto správně, když si je samy předehrály a pokoušely se vmyslet do situace, za níž se vyskytuje.*)

*) Zákon, že každý vnitřní prožitek má svůj vnější výraz, a'e i každý vnější výraz může vyvolat vnitřní prožitek, zakládá známou metodu psychofyzických jednání klasika ruského divadla K. S. Stanislavského.

City mají vždy dvě stránky; jsou *dvoupolární*. Na jejich jednom pólu je veselí, libost, uvolnění, na pólu druhém pak smutek, nelibost a napětí. Někdy prožíváme tuto dvoupolárnost dokonce současně.

„Je mi smutno i lehký, můj smutek je lehký...“

(*Puškin*)

Nebo nás oba póly současně odpuzují i přitahují. Nepříjemný je strach, ale některé atrakce, hry a sporty, jako je např. skákání z padákové věže nebo všelijaké „jízdy smrti“ v panoptikálních bludištích nebo i sjíždění na bobech po zmrzlé sanici, působí lehký strach a jsou přesto lákavé, protože zároveň působí libost z jeho překonávání. Děti milují strašidelné pohádky, přestože se při nich tulí strachem k vyprávějícímu. Krom toho se v nás — i v Karlovi, roztrpčeně si stěžujícímu na osud — zákonitě v rytmu života střídají období aktivity a radosti, libosti a uvolnění, vždy s krátkými intervaly lehké deprese a ochablosti, nelibosti a napětí. Potřebuješ dostatek klidu a vyrovnanosti, milý Karle, abys ovládl své citové reakce i v takzvaných smolných dnech, kdy se ti nic nedaří. Musíš mít větší důvěru k sobě a zapomenout na pověry.

Občas dosud u sebe i u jiných slyšíme povzdechy a stesky nad vlastním osudem: Že druhému se v životě všechno daří, život mu ubíhá lehce a nám že se soustavně házejí klacky pod nohy. Některým životním těžkostem a strastem se opravdu nelze vyhnout ani při nejlepší vůli, ani při nejlepším vědomí. Smutně a tragicky se nás jistě dotýká smrt blízkých osob, onemocnění někoho z rodiny, živelná neštěstí kdekoliv na světě. I bezpráví pociťujeme nelibě a těžko se s nimi vyrovnáváme. Zde však už záleží jenom na nás: jak se s tím dokážeme rozumově vypořádat a jak dovedeme rozumově potlačit nelibé reakce a afektivní citové projevy, které naši situaci nikdy nevyjasní, ale spíš ještě zkomplikují. Kdyby měl přítel Karel hlavu rozumnou a jasnou už od rána, nemusel prožít ani třeba polovinu strastí a nepociťoval by sérii nepříjemných zážitků „černého dne“ tak pověřčivě, tak „osudově“.

„TY JSI ALE NEŠIKA!“

ANEB

O CHYBNÉM I NŮTKAVÉM JEDNÁNÍ

Namítne někdo z vás — váš přítel Karel jednal se šéfem v rozčilení a vyneslo mu to zřejmé nepříjemnosti; takhle afektivně a bezhlavě jedná vždy jen ten, kdo se nedokáže ovládnout. Ale zkušenost říká, že člověk někdy mimovolně a bezhlavě jedná i bez rozčilení, i bez toho afektivního náboje, který nám občas zatemňuje rozum. Někdy je naše jednání plné chyb, někdy zas děláme věci i proti své vůli. Jak tohle potom vysvětlit?

(Diskuse pokračuje)

Jsem docela rád, že jste o tom začali, i když odpověď je složitá. Poskytnou nám ji však, doufejme, příklady. Víím přesně, co máte na mysli: každý z nás totiž prožívá každodenně to, čemu vy říkáte „jednání plné chyb, jednání proti své vůli...“

Především jsme se však v naší rozpravě dostali k nové činnosti člověka vůbec, k *jednání*, a proto jsem také rád, že na to došla řeč.

Prosté a pasívní poznávání světa člověku nestačilo. Kdyby totiž člověk jen poznával, vnímal anebo přemýšlel o světě, nikdy by nemohl jednat a nikdy by nemohl ovládnout přírodu a ovlivňovat společnost. *Podle přírodních a společenských zákonů člověk tedy jedná, a to je pak další stupeň jeho činnosti, jíž se jakožto osobnost projevuje; vytyčuje si určité úkoly, jež pak pomocí své vůle plní.*

Definice jednání však není odpovědí na otázku našeho diskutujícího oponenta. Jde mu o *mimovolní činnost* člověka, a v ní za prvé o to, co bylo kdysi přílehně nazváno „chybnými výkony“ našeho konání — jsou to velmi časté a známé úkazy, vlastně jen drobné maličkosti, náhody a záměny, jako je *přeřeknutí, přepsání, zapome-*

nutí, založení nějakého předmětu, přeslechnutí, mylné čtení, ztracení nějaké věci, nesplněné předsevzetí. Jsou to omyly každodenního života, nemají tedy zpravidla žádné těžké následky, ale přece — mohou mít zcela zvláštní, psychologicky chápaný význam.

Psychoanalytik Freud věnoval těmto chybným výkonům velkou část svých přednášek. U něho také najdeme dostatek podrobných příkladů (např. v díle *Psychopathologie všedního života*).

Překnutí: nejčastěji uváděný způsob „chybného výkonu“: „Můj manžel má přísnou dietu. Musí jíst a pít, co chci já...“

Nebo: „Tomuto problému, kterým se zabývám, rozumějí na světě jen lidé, jež bychom mohli spočítat na jednom prstě...“

Zapomenutí: Představte si paní domu, vítající pozvaného hosta slovy: „Co vás napadlo přijít právě dnes?“

Ztracení předmětu: Mladý muž ztratí šroubovací tužku, kterou má velmi rád a kterou má již dlouho. O den dříve dostal dopis od svého švagra, v němž jsou také slova: „Zatím nemám času ani chuti, abych podporoval tvou lehkomyšlnost a lenost.“ — Tužka byla darem tohoto švagra.

Založení: Manželství dvou mladých lidí není právě šťastné. Zdá se, že si nevytvořili mezi sebou citový vztah. Jednou mu ona přinese darem knížku, ale muž ji někde založí a nemůže ji najít. Když se mu rozstane maminka, odejde jí jeho žena ošetřovat. Nadšen pak obětavostí a úspěchem své ženy, manžel náhle knížku najde v jedné zásuvce svého psacího stolu, kde denně pracoval.

Přeslechnutí: Účastník schůze slyší zahajovací větu předsedy: „Pokládám schůzi za ukončenou...“

Řekněme, že to jsou náhody. Ano, bezpochyby; ale ani tyto náhody nemusí být zcela slepé, jako neexistují slepé náhody například v přírodním dění. Mohou mít svůj psychologický „podtext“.

Vysvětlení Freudových příkladů:

Překnutí: Žena mluvící o dietě svého manžela zároveň prozrazuje, kdo je pánem u nich doma. Vědec dává mimovolně najevo, že problému rozumí jen on sám.

Zapomenutí: Host už ví, že byl pozván jen — jak se říká — ze slušnosti, že je vlastně nevítaným hostem.

Ztracení předmětu: Švagrův ostrý dopis vyvolal v mladém muži pocity nepřátelství proti němu i proti jeho někdejšímu dárku, šroubovací tužce.

Založení: Knižka se našla, když manžel našel svůj obdiv k její dárkyni.

Přeslechnutí: Mnozí z nás by chtěli, aby už byla schůze u konce.

Příklad, který jsem zažil, ale nikoliv v podobě vtipu, nýbrž jako vážně pronesený omyl: Manželé šetřili ze společně vydělávaných peněz. On chce auto, ona touží po dobře zařízeném bytě, vkusných obrazech, elektrických spotřebičích, pračce, televizi apod. Nadšena novým televizorem, který viděla u sousedů, přišla manželka za svým mužem: „Co říkáš, koupíme si ho?“ V představě vydaných čtyř nebo pěti tisíc, jež ztenčí jeho úspory na oktávii, je manžel rozmrzelý, ale nechce dát svou neochotu najevo. Přesto ji však dá — *nepřímo*, přerěknutím. „Ano, to bude *záhovno*...“ řekl, aniž chtěl použít obvyklé slovní hříčky, s vážným úmyslem. Co představují tato slova — promiňte vulgární asociaci — než: Ano, bude to sice dobré, bude *záhodno* televizor zakoupit, ale všechno to zase už nebude stát za nic, čili — jak jsem řekl... Neboť vzdálenost k touženému autu se tím zvětšuje.

Stěžoval si jednou jakýsi mládenec, že jeho dívka zapomíná občas chodit na schůzky. A stále u ní věřil na svůj úspěch; nevěděl totiž, že *zapomenutí představuje chybný výkon paměti, když zapomenuté věci nepřikládáme valný význam*. Dívka se skutečně s tímto důvěřivým mladým mužem rozešla — a záhy si vzala jiného, kterého už předtím tajně prý milovala. Všimněte si, že zapomnutí není ve vážných věcech nikdy omluvou, ani ve vojenských příkazech, ani při školních povinnostech, ani při pracovních úkolech. Lidská zkušenost vycítla pravou podstatu tohoto omylu.

Chybné výkony představují rozporuplné selhávání duševních funkcí, pozornosti, paměti, soustředivosti, ale i vnímání a myšlení, a ty se pak mimovolně projevují i v našem jednání. Jeví se nám potom jako příznaky čili *symptomy*, a proto jednání, jemuž všichni občas mimovolně podléháme a jež tyto symptomy vyjadřuje, označujeme tedy jako „*jednání symptomatické*“.

O neschopnosti vykonat nějaký jednoduchý úkon, o němž by nikdo nepředpokládal, že ho nezvládneme a že si vysloužíme přízviska nešiků a nemehlů, koluje bůhvíodkud přejetý, ale už víceméně klasický příklad: Schopný administrativní pracovník selhával občas při početních úkonech, které prováděl na jednoduchém stroji. Ukázalo se, že jeho otec byl učitelem matematiky, a že on — už jako malý chlapec — cítil k otci neustálý protest a vzdor. I při malém snížení pozornosti v práci se strojem nebo i při lehké únavě selhával náš úředník v úkonu, který mu svou funkcí připomínal povolání neoblíbeného otce.

Cíle a úkoly, jež proti všemu očekávání nedokážeme zvládnout, mají tedy vždy také své psychologické pozadí a nejsou pouze zaviněny nešikovností, neschopností pohybovou a tělesnou. Třeba proto řádně promyslet, co nám v jejich provádění skutečně může bránit a nalézt i tyto zdánlivě nesouvisející vnitřní příčiny neúspěchu.

Správně tedy říkáte — mimovolním může být nazváno také jednání proti naší vůli. Konání nutkavé a vtíravé, proti němuž jsme sami bezmocni. Nějaký v nás přímo skrytý nepřítel jakoby nám stále přikazoval: Udělej to či ono! Jednej tak a tak! Vrať se! Ohlédni se!

Ale též — vezmi si tohle! Známe všichni přece historiky o nutkavých zlodějích, kleptomanech, jak se jim říká, kteří jsou nutkáni zcizovat předměty naprosto bezcenné, a tedy nikdy proto neudělají velkou škodu druhým. (A pokud někdo ukradne věc drahou, kožešinu v obchodě nebo v galerii vzácný obraz, pak — věřte mi — skutečně jen krade a „lécit“ ho je nutno jiným způsobem.)

Někdo nesmí jít po mostě nebo se vyklánět z okna, stále mu cosi našeptává: Skoč dolů! To je případ nutkavého myšlení. Vzniká u naprosto zdravého člověka a není ničím neobvyklým, ani chorobným. Se samozřejmostí nosíme v sobě pud sebezáchovy, svatou potřebu každého, a když nám například pohled z okna automaticky vyvolává celkem přiléhavé spojení — skok dolů, je tato „svatá potřeba“ zvláštním způsobem tyranizována, jak jen umějí týrat poznané už dvupolární a rozporuplné city. Nejsou však ani zde snad obavy z toho, že by takové nutkavé myšlenky mohly způsobit faktickou škodu, že by totiž dotyčný opravdu skočil dolů; jsou sice nepřijemné a tísnivé, ale člověk je nikdy neuskuteční, pokud by si mohl ublížit, nebo pokud by ublížil jinému.

Některá nutkavost má zase jiný původ; například: Zeptá-li se nás někdo na zdraví, je zvykem poděkovat — a přitom už hledáme dřevo, na něž bychom zakleпали, a dokonce ani nedáme pokoj, dokud na ně skutečně nepoklepeme. Tato stará praktika

x) To všem tohle pomáhá!

je vlastně též nutkavě opakovaným aktem a je skutečně „stará“: je zbytkem magických projevů, příznačných pro našeho pradávného předka. V pravěku se vždycky za bohatý úlovek, za oheň z blesku, za dešť přinášející vláhu, děkovalo magickými modlitbami a tanci.

Německý kancléř Bismarck trpěl prý nutkáním počítat písmena na vývěsních štítech, dlažební kostky, okenní tabulky v domech na ulici. Jinak je o něm známo, že měl povahu pedantickou — a to zřejmě souvisí i s původem třetího druhu nutkavých příznaků: Lidé svědomití a pečliví, pedantičtí, pořádní a přesní spíše sklouzávají do nutkavých jednání, než lidé s opačnými povahovými rysy. Vyjdou-li z domu, několikrát se vracejí přesvědčit, zda je dobře zavřeno, nebo zda je zhasnuté světlo v bytě, nebo zda neteče voda atd. Stále si myjí ruce, stále si upravují vázanku, boty, záhyby na šatech. Nutkavé stavy souvisejí i s charakterovými rysy, totiž se získanými návyky, s vycvoreným smyslem pro pečlivost, pořádek, pedantství.

Jistý druh nutkavosti známe z umění, z tvorby. Goethe, Balzac, Romain Rolland, malíři Alfred Kubín, Goya, Blake například nutkavě tvořili, jako by je cosi vnitřní-



ho nutilo: museli psát, museli malovat. Současně ovšem také *chtěli* psát a malovat; jejich jednání mělo smysl, dokonce smysl velmi vznešený. A v tom je též rozdíl, dejme tomu, od nutkavosti chorobné.

„Proč píšu? Protože nemohu nepsat. Protože i kdybych nepsal na papír, psal bych v duchu, abych si zjednal jasno. Protože psaní je způsob myšlení nahlas a jednání. Protože psát znamená pro mne dýchat, znamená žít.“

(Romain Rolland)

V tom je rozdíl od nutkavého jednání kleptomana či nutkavého pedanta. Jejich jednání totiž má smysl jen zdánlivý a velmi subjektivní. Nutkání je často namířeno proti nám samým, proti vlastní sebezáchově — když mne cosi nutí, abych se vrhnul pod jedoucí vlak; proti mé důstojnosti — když musím na lidi vyplazovat jazyk; proti mé bezpečnosti — jsem-li vnitřně nutkán provokovat silnějšího. Ale — jak řečeno — není tu nebezpečí „z provedení“.

Vzniká-li jako přežitek v myšlení, klepáme-li tedy například na dřevo, je jistě snazší toto klepání odstranit, než když je nutkavost důsledkem povahových rysů, pedanterie například, a neustálých návyků, anebo výsledkem automaticky vybavovaných asociací jako při pohledu z okna a myšlenice na sebevraždu. To už pak odstraňujeme hůře.

Někteří lidé trpí takzvanou nutkavou neurózou a dokonce si v rámci nemoci vytvářejí celý ceremoniál jednání, který musí dodržovat; dejme tomu před spaním: pravý spodní roh polštáře na lůžku musí být pootočen do středu, druhý polštář smí vrchní převyšovat pouze o deset centimetrů, pokrývka je shrnuta do tří čtvrtin lůžka a vytváří dva velké a tři malé záhyby atd. Znal jsem i nemocného, který si denně stokrát umýval ruce a to mu samozřejmě muselo překážet v jakékoliv normální činnosti.

S takovými stavy se potom už musí jít k lékaři-psychiatrovi! Tady už je každá rada jen součástí systematické léčby medikamentózní i psychologické.

„ZDÁLO SE MI, MÁ PANENKO...“

...a hned první noc jsem nemohl usnout. Nevím, zda to způsobilo neznámé prostředí, v němž jsem se ocitl, nové a vtíravé dojmy, a konečně nepříliš pohodlné lůžko, na jaké nejsem zvyklý, nevětraná místnost a množství nás ve světnici (spíme zde po šesti a někteří, jak jsem hned první noc zjistil, strašně chrápou), anebo zda to byla práce s referátem, na kterém jsem dlouho do noci dělal, anebo konečně i to, že mi tu scházíš a že jsem na Tebe stále v koutku srdce vzpomínal... Nemohl jsem zkrátka usnout a zdálo se mi pak o Tobě, Jano, skoro jako v té písničce...

(Z Milošova dopisu.)

Psychoanalyticky pečlivě pěstované „podvědomí“ zasahuje prý i do „tvůrčí činnosti spánku“, do zvláštních duševních procesů lidského *snu*. Ale „potlačovaný pohlavní pud“, který je pro Freuda a jeho žáky nejvýznamnějším zdrojem duševního života, není zdaleka to jediné, co *symboly snů* ve spánku vyjadřují; sny totiž nemají pouze pohlavní (sexuální) význam, jak to připouštěl i Freud; jejich záběr je mnohem širší, jejich souvislosti také mnohem složitější; tak jako je mnohem širší a složitější celý duševní život. Sny — jak známo — vznikají v období usínání a probouzení. Trvají několik okamžiků, vlastně jen několik vteřin či nejvýše minut, a to právě ve chvílích nejslabšího spaní. Chápeme-li spánek jako stav dočasného útlumu mozkových buněk, které v tuto dobu odpočívají a obnovují svou akceschopnost, pak tedy vznikají sny tehdy, když se mozkový útlum začíná široce rozlévat — nebo naopak tehdy, když se rozlitý útlum ztrácí. Především proto: každému *snu* odpovídá poměrná hloubka spánku, což znamená, že dobří spáči nemají tolik snů jako ti, kdo se stále převalují na lůžku a probouzejí, Dobří spáči usínají tvrdě a rychle, vzápětí také své sny spíše zapome-

nou.*) Intenzívnější citový život žen prý způsobuje, že sny jsou u nich častější než u mužů: podle badatele De Santise např. nezná sny pouze 5 % žen na rozdíl od 15 % mužů, a na své sny si dobře rozpomene 42 % žen a jenom 23 % mužů.

Z Milošova psaní se dovídáme, že se mu zdálo o jeho dívce. To jistě není nic neobvyklého, často je sen jenom pokračováním našich denních zážitků. Co potvrzuje však další část jeho dopisu?

Dobře víš, že se mi zdají sny jen vzácně. Jak ulehnu, tak většinou usnu. Ale tentokrát — mohl bych na to přísahat — jsem Tě opravdu jasně viděl. Měla jsi na sobě nějaké světlé šaty, snad ty bílé letní, co jsi v nich byla loni se mnou o dovolené na Lipně, pamatuješ se? A vlasy jakobys měla tmavší; nebyly, myslím, už jako len a vůbec — kdyby ses mě zeptala, jak bych Tě přesně popsal, asi bych to nedokázal. Ale bylas to Ty, a to je důležité! Dovedeš si asi představit, jaký to byl pro mne krásný sen, tady v tom cizím prostředí?!

V popisech snů, jak to vidíme i u Miloše, převládá viděné: sny jsou vlastně obrazy. Osobám, které osleply po 5. roce svého věku, se sny zdají, zatímco slepci od narození sny nemají. To také dokazuje, že snový obrazový materiál pochází z původního zevního světa. Řeč snů je především řečí obrazovou a je vyvolávána pomocí vnitřních hnutí: vzpomínkami, převládající představou a myšlenkou před spánkem (a tou byla jistě i Milošova myšlenka na Janu), nebo i pocity z ostatních smyslových okruhů (např. bolestivé proležení paže může vyvolat hrůzostrašný sen „o amputaci ruky“, nebo zvuk tekoucí vody v umyvadle vyvolá sen o letním koupání u jezu apod.). Kdybychom měli k dispozici nějakou speciální kameru, již by bylo možno natočit skutečné sny, dokumentárně zachycené (a nikoliv filmově vytvořené a umělé snové ovzduší, známé např. z Pasoliniho *Accattona*), pravděpodobně bychom zjistili, že snový obraz se však úplně nesrovnává s jeho pozdějším popisem. V tom je patrná nedostatečnost

*) Zda každý ve spánku sní, zajímalo už filosofa Kanta, takže ve své *Anthropologii* z r. 1798 na to odpovídá: „Můžeme si být jisti, že žádný spánek není bezsný, a kdo se domnívá, že nesnil, svůj sen jen zapomněl.“ — Většina badatelů tuto domněnku potvrzuje dodnes.

naší paměti. Víme leccos o chatrné spolehlivosti svědeckých výpovědí ze soudní psychologie a z běžné zkušenosti známe i obtížnost při vyjadřování někdejšího zážitku, který vždy později spíše domýšlíme, než přesně reprodukuje. Málokdo z nás dokáže dříve viděný obraz přesně popsat, nikdo však nepopíše přesně svůj sen.

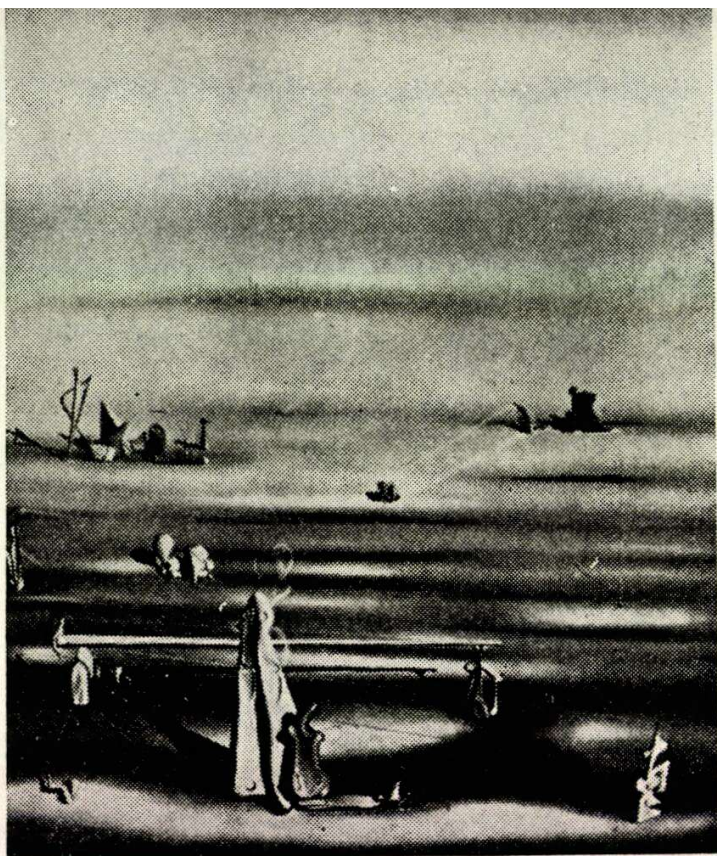
Miloš sice ví, že se mu zdálo o jeho dívce, mohl by na to — jak říká — přísahat; nevybavuje si však detaily o jejím oblečení, o jejích vlasech, ačkoliv na ně hned příští den při psaní vzpomínal. Jaké ve snu měla Jana šaty a jaké vlasy — to si jen *domýšlí*. (Můžeme soudit, že se mu zdálo o krajině u Lipna, kde byli s Janou o dovolené, protože tam právě měla ony „bílé letní šaty“. Sen totiž zvláštním „fantastickým“ způsobem spojuje prožité události.)

Trvá jen malou chvíli a je obrazem značně pohyblivým a proměnlivým. *V něm se pak navíc všechny souvislosti jeví nelogicky, fantasticky a absurdně,* neboť při usínání a probouzení jsou utlumeny nejdříve pochody příčinného myšlení a logického chápání souvislostí. A že se nám zdají konkrétní obrazy, je způsobeno tím, že spánkový útlum nejprve ovlivní složitější funkce, tj. myšlení. *Činnost mozku se při snění omezuje pouze na vybavování konkrétních obrazových vjemů a zážitků z denního života, a to na úkor utlumeného myšlení, logiky i slov.*

„Jak jsem již řekl, je spánek útlum, který se postupně šíří níž a níže. Proto je pochopitelné, že se naše nejvyšší oblast, oblast slovní činnosti mozkových hemisfér (nazývám ji druhou signální soustavou skutečnosti) při počínajícím spánku nebo únavě utlumí nejdříve, poněvadž stále operujeme slovy...“

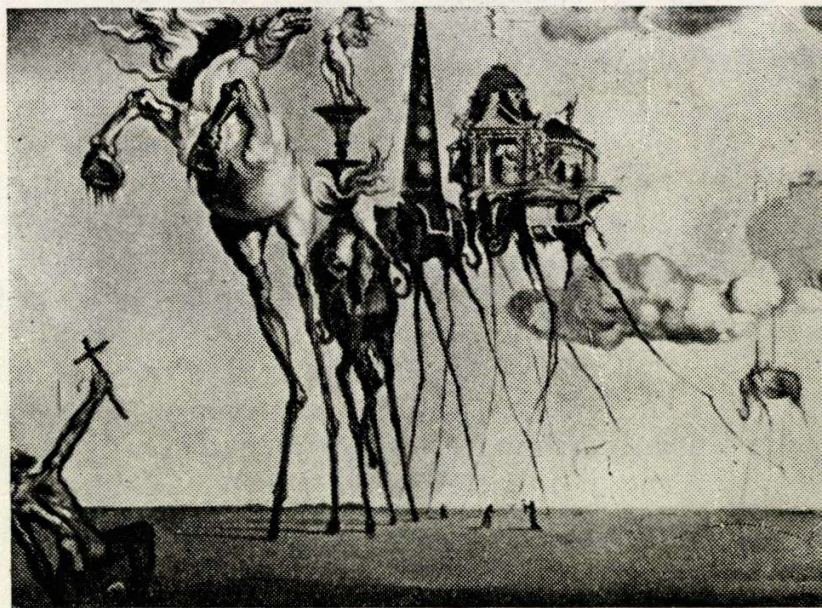
A dále následuje za touto slovní oblastí mozkových hemisfér to, co nazývám první signální soustavou, tj. vnímání dojmů ze všech podnětů, které na nás dopadají... Proto, když začíná spánek, který zachvátil pouze horní oblast hemisfér, pak oblast, která leží pod ní a má přímý vztah k dojmům, je pocítována daleko silněji a projevuje se ve formě jednotlivých snů... Když u vás jeden bod přechází do útlumového stavu, pak druhý přechází do stavu opačného — vzrušeného. Když to připustíme, tj. předpokládáme-li kladnou indukci, vysvětlí nám to sny naprosto jasně.“

Z odpovědi I. P. Pavlova vědcům



Při snech se tedy namísto pojmového myšlení a řeči dostává ke slovu čirá obraznost, fantazie, se svými „pracovními“ postupy. Jsou to všelijaká zhuštění, zkřížení, dvojsmysly, hříčky, přesuny, náhrady protikladem, obraty, jaké třeba výtvarně vidíme zobrazené v dílech malířů snů, Hieronyma Bosche ze 16. století, Francisca Goyi o dvě stě let později, nebo i u současných surrealistů, kteří dokonce pokládají sny za hlavní námět své tvorby. Tak ve snech vidíme boschovsky hrůzostrašné motivy Pekla či Pokušení, goyovsky děsivé Nesrovnalosti, ale i „slony na pavoučích nohách“ nebo „planoucí žirafy“, „hodinky prolezlé hmyzem“ i „hlavy sepnuté spínacími špendlíky“, zvláštní a znepokojivé předměty z obrazů surrealisty Salvatora Daliho.

Z těchto nikdy nevidaných, a proto i děsivých spojení, na něž si přisvojila výlučné právo snová fantazie, rodí se také prvotní pocit úzkosti; ten vede pak k odvíjení stejně zvláštních a nevidaných snových příběhů, tísnivě ohrožujících náš klidný spánek. Časté pronásledování, marný únik, hledání skrýše před nebezpečím, zdánlivá neodvratitelnost pohrom a násilí, jež se ve snu na nás chystají, tvoří časté náměty snů. Ale vždy na jejich vrcholu, uprostřed nočních goyovských mūr se probudíme, zpoceni a poděšeni, ale též šťastni — že „to byl právě jenom zlý sen“. *Těžké a nepříjemné denní zážitky — jakožto součást vnitřních pocitů, rušících spánek, starostí, vzpomínek a trudných představ — vyvolávají tato fantastická spojení a snové příběhy.* (Proto žák, který se vyhnul zkoušce z matematiky, může být pronásledován nelítostným učitelem i na svém lůžku, za noci, ve spánku.) Mnohým z nás se zdají sny o maturitě, což může pro nás znamenat noc plnou úzkosti.



„Viděti ve snu děti, mnoho dětí, znamená jisté nepříjemnosti.“

(Ze starého snáře.)

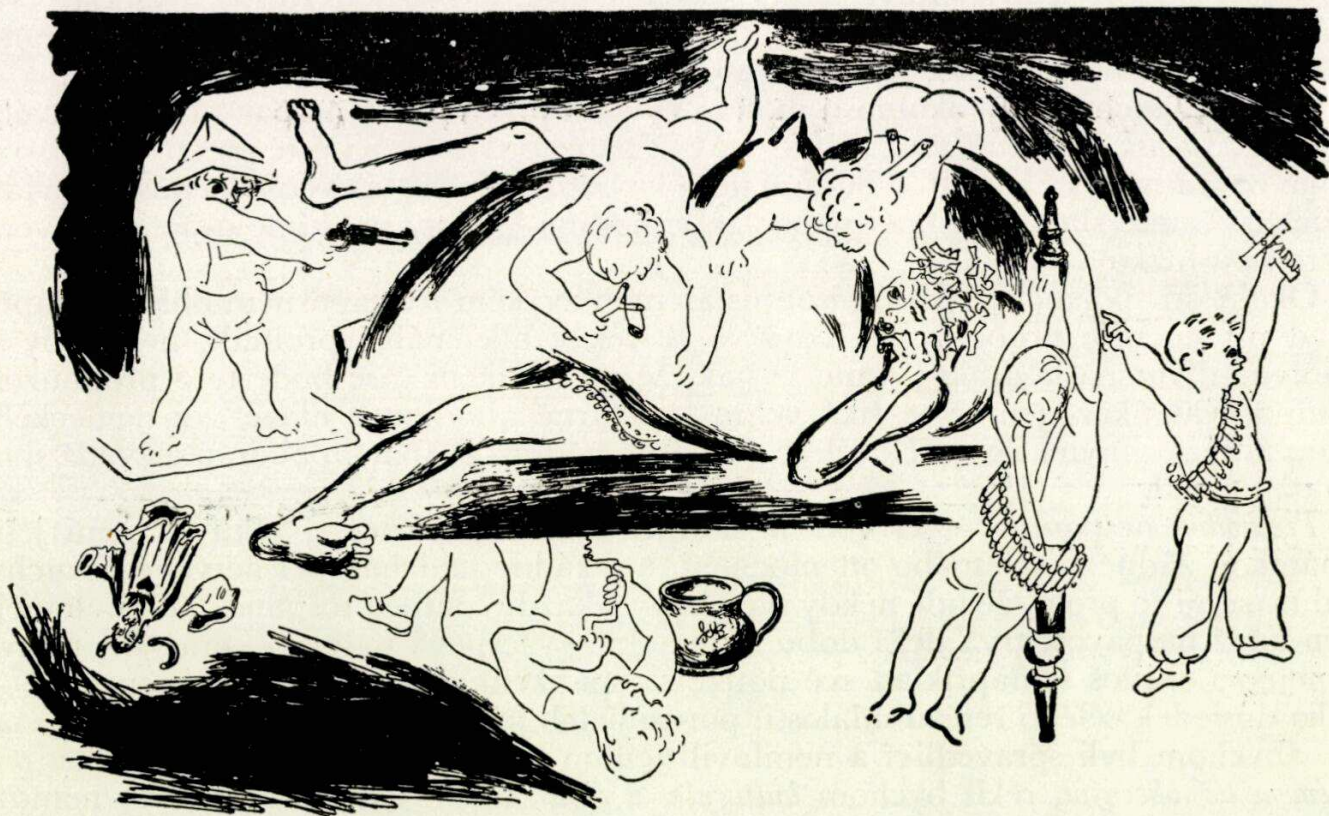
Od dávnověku byly sny falešně považovány za proroctví a za věštby. Už v bibli se o tom naleznou některé zmínky (např. Josefův sen o snopech na poli). Starořecký básník Homér přisuzuje snům nadpřirozená práva: sny se podle něho dostávají na svět dvěma branami, branou ze slonové kosti přicházejí nepravdivé a falešné, branou z rohoviny pravdivé a prorocké. Velký význam pro život lidí byl v nábožensky zatíženém středověku přikládán také zjevení svatých ve snu, Krista, panenky Marie, apoštolů apod. A v nové době se udržela někde i důvěra ve snáře, v knihy apodikticky sdělující takové „moudrosti“, jaké představuje i náš citát. Ale tato důvěra samozřejmě znamená jen pověru a falešné představy o lidském osudu.

Tzv. *věštecké sny* mohou být někdy vyvolány i skutečnými podněty; choroboplodné zárodky, zvýšená tělesná teplota, onemocnění nějakého orgánu uvnitř těla mohou předem ve snu signalizovat nemoc. Organismus sám tak může reagovat na příchod nemoci, která tu už je, ale ještě nebyla zjištěna a rozpoznána. Nebo myšlenky na nemocnou osobu mohou vést ke snům o její smrti, a tento sen se pak může vyplnit, neboť — nezapomeňme — nemoc a smrt si jsou skutečně blízké. Konečně i psychický stav, jakožto reakce na samotný sen, může bezprostředně podnítit i děj, který se předem odehrál ve snu; např. napětí a rozčilení pověřčivého řidiče, který měl sen o havárii, vyvolá oslabení jeho schopností a ovlivní i jeho výkon, že pak v některé situaci nezvládne svůj vůz a skutečně havaruje.

Co bývá pravidlem pro různé vykladače věřící na věštecké a prorocké možnosti snů? Všimněte si — za prvé: vyprávějí jenom ty sny, jejichž příběh se přibližně podobá situaci skutečné, a když se situace ve skutečnosti sebehne jinak, pak o svém snu raději mlčí. A dále: symbolika snu připouští velmi volný výklad, totiž jisté domyšlení a přizpůsobení později se vyvíjející skutečné situaci. Konečně: sen si nikdy pořádně nepamatují a vykládají ho z hlediska přítomných událostí, aniž by si třeba byli vědomi chyb své paměti.

Ale též náhoda, jejíž pozadí ani neznáme, může ve snu sehrát zprostředkující roli. Tak jako se náhodně v ohromném vesmíru srazí nepatrný meteorit s naší planetou, tak náhodně může být v našem myšlení a pak i ve snech předjímána a „prorokována“ též situace, která se skutečně stane.

Nakonec však věřme vždy jiné lidové moudrosti, která nemá nic společného s „moudrostmi“ snářů: Že sázet v životní „sportce“ — chcete-li, na čísla a úkazy, které se zdají ve snu, znamená sázet vždy na špatného koně. Neexistují žádné přesné souvislosti mezi snem a budoucností!



ABYCH MOHL SPÁT

ANEB

UMĚNÍ ZDRAVÉHO SPÁNKU

B

udiž nám v tomto pojednání východiskem znovu Milošův dopis, především jeho první část. Proč asi nemohl tehdy po školení usnout? Ví to sám dobře a vypočítává téměř všechny příčiny své nespavosti: neznámé prostředí, nové a vtíravé dojmy, nepohodlné lůžko, nevětraná místnost, rušivé podněty, množství spolunocležníků, jejich hlasité oddychování, práce dlouho do noci...

A přece všechny tyto okolnosti mohou vyvolat přechodnou nespavost i u zdravého jedince. *Spánek je vlastně jenom zvyk* — návyk na jistou dobu, na jisté prostředí. Jako se v nás ozývá návyk na určitou hodinu jídla v podobě hladu, tak večer na nás zpravidla přichází „naše slabá chvílka“ nebo „naše hodina“, a my se cítíme ospalí, unavení, „zralí na lůžko“.

Okolnosti spojené se spaním jsou ustáleným zvykem i v záporném ohledu, například při nočním probouzení. Když se člověk v noci náhle probudí, neměl by se správně dívat na hodinky; stane se pak, že po nějakém čase bude toto probouzení podporovat úkaz, jemuž se říká velmi lapidárně „hodiny v hlavě“ (z německého Kopfuhr) — jinými slovy: člověk se v určitou hodinu ze spánku budí, poněvadž si na to už navykl.

Přechodná nespavost — či vlastně momentální indispozice spánku — není ještě známkou žádného tělesného onemocnění, ani žádné nadcházející nervové poruchy. Zdůrazňuji to proto, že lidé někdy své obavy z každé špatně prospané noci přehánějí. Jen když nespavost trvá delší dobu a zřetelně vyčerpává naše síly, můžeme mluvit o nemoci. Miloš si například své potíže se spánkem vysvětloval jinak a správně — jako důsledek celého řetězu událostí, porušujících jeho ustálený zvyk. *Nespavost však* — abychom byli spravedliví a nemluvili jenom o jeho případě — *se stala dnes problémem též obecným, řekli bychom kulturním a civilizačním.* Člověk naší doby nemůže

příliš často usnout. Příliš často a brzy se probouzí a dostatečně se nevyspí. Anebo má přerušovaný a neklidný spánek během noci.*)

A to jsou tři základní příznaky nespavosti!

Jak proti nim bojovat? — Je-li nespavost skutečně obecným a „kulturně-civilizačním“ problémem, pak je to otázka z hlediska duševní hygieny základní.

„Prosím vás — slyším najednou zase už onoho skeptického muže z první kapitoly — jakápak pravidla správného spánku, jaképak ‚Umění spát‘? Vezměte si příklad ze zvířecí říše! Zvířata také spí, a jak zdravě, a nikdo je přitom nepoučuje!“

Skepse našeho muže je znovu jen laicky podložená: Zvířata přece jen „někdo“ učil spát: byl to přirozený způsob jejich života, od kterého se lidé už dávno odchýlili. I tak má ale náš spánek mnoho společného se spánkem zvířat: Především účel spánku zůstává stejný, totiž *obnovovat a osvěžovat tělesné (u lidí i duševní) síly*. Dále je společné, že spánek je *přirozenou reakcí na únavu*. A nakonec obecně platí *spojení spánku s vlastním rytmem života*.

*) Konec konců nespavost se přehání vždycky, i při onemocnění, i při neuróze. Ale ani neurotik, jenž tvrdí, že v noci oka nezamhouřil, někdy neví, že několik hodin přece jen prospal a že se jen vlivem své celkové slabosti probudil ráno zase tak malátný a unavený, jako byl večer.



Všechno živé spánku podléhá, rostliny, zvířata i lidé. Ani obrovský kyklop Polyfém z Homérovy *Odyseje* mu v bájeslovné fantazii starých Řeků neodolal. Největší dravec pouště musí spát zrovna tak jako nepatrný živočich. Spánek je všemohoucí a vševládoucí. Staří Řekové ho pokládali za dar boha Morfea, kterého měli za bratra boha Smrti, i když je podobnost obou — samozřejmě — jen zdánlivá a ve své podstatě nesrovnatelná.

Člověk může třicet dní hladovět (jak ukázaly „závody v hladovění“), některá zvířata dokonce ještě déle, ale ani člověk, ani zvíře nedokáže třicet dní nespát.

Spánek živých tvorů se podrobuje jejich zvláštnímu i obecně přírodnímu a obecně životnímu rytmu, jak totiž soudí četní badatelé, fyziologové, lékaři, psychologové — Hess, Economo, Pötzl aj. Např.: „Spánek je problémem mnohem většího celku: vnitřní nutnosti živé hmoty čas od času se rytmicky podrobovat klidu a odpočinku, a právě tak i schopnosti této živé hmoty uvádět se vlastními silami do tohoto stavu klidu.“

Zvířata vyhledávají temná, odlehlá místa a lehnou si tak, aby jejich smysly byly co nejvíce chráněny před dojmy vnějšího světa a aby si svalstvo co nejlépe odpočalo. Ani lidem nesvědčí světlo a nepohodlí. Pes se otočí několikrát v kruhu, než najde vhodné místo k odpočinku, ježek se stáhne do klubíčka, dravec si přikryje hlavu tlapami, ptáci si ji skrývají pod křídly, had spí svinut v kotouč s hlavou uprostřed. Spí všichni se zavřenýma očima, i zajíc, o němž se tak často říká, že spí s očima otevřenýma.

Avšak — na rozdíl od zvířete — se člověk natolik vzdálil už přírodě, že je nyní vystaven novým zákonům a závazkům ke svému uměle vytvořenému prostředí. Je proto nezbytné, aby zachovával též vlastní hygienu spánku, odvislou od jeho specificky lidského prostředí. Co platí u zvířat, nestačí u člověka.

Některá zvířata ve dne spí a v noci jsou vzhůru. Souvisí to s jejich zvláštním životním rytmem. Pokusy lidské civilizace změnit specifický rytmus člověka a opustit heslo „Den k činnosti — noc k spánku“ jsou draze placeny; v něčem je člověk sice málo závislý na polaritě přírodního dění, v něčem ji však zanedbávat nemůže — nebo si potom poškozuje zdraví a ztrpčuje život. Kulturní, výrobní, rekreační, společenské a vůbec civilizační závazky mnoh-

dy zkracují člověku potřebnou délku spánku, mění i volbu příhodné doby spánku a někdy násilně zasahují do přirozeného běhu jeho života.

Někomu stačí méně než osm hodin spánku, neboť spí zdravě, hluboko a tvrdě, ale právě tato délka osmi hodin, tedy plná třetina dne, má být — podle Hesse — pro spánek zachována. Zvířata spí většinou déle a pravidelněji.

Zajímavým úkazem při spánku jsou zmíněné už hodiny v hlavě. Je to schopnost probudit se v určitou dobu, včas, nezaspat, aniž by dotyčný potřeboval budíka. Zdá se, že tu funguje jeden ze „strážných bodů“, který bdí i ve spánku. Psychiatr Hoff připouští tuto schopnost jen u některých lidí; nemají-li ji ostatní, není to nic neobvyklého.

Lékař Jores systematicky rozebral u lidí období 24 hodin, hledaje zmíněný rytmus lidského života. Našel jej také ve změnách vegetativních funkcí. Nejen teplota, puls, tlak, spotřeba kyslíku, vylučování moče aj. zaznamenávají u lidí pravidelné kolísání v rozmezí 24 hodin, ale některé látky v těle nabývají během této doby i jiného složení (deset tisíc leukocytů je příkladně večer v krvi hodnotou normální, ráno už abnormální; obsah cukru nebo chloru v krvi má své denní maximum a minimum; i vylučování žluče má svůj denní rytmus, nezávislý na příjmu potravy).

Při pokusech se ukázalo, a každý také ví z vlastní zkušenosti, že úbytek spánku z jednoho dne (nebo i týdne) se lehce nahradí a ani nahrazen být nemusí. Horší je to s trvalým úbytkem; ten dříve či později vede k poškození organismu, k poruchám nervové soustavy (k úbytku paměti a soustředivosti, ke ztrátě tělesných sil apod.). Minimum spánku se většinou odhaduje na takovou délku spánku, která člověku dovoluje, aby se ráno probudil osvěžen. Někdy to vlivem zaměstnání nejde. Pak si člověk musí na pomoc přibrat spánek odpolední. Ale pro dospělé je vždy přirozenější spánek jednofázový, na rozdíl od dětí a zvířat, které spí víckrát denně.

Nuže, skeptický pane, chodíte spát v pravidelnou hodinu? Nepřemáháte svou ospalost v navyklou dobu? Říkáte, že ne? Že se to dělá? Že neposloucháte ani „sebezáchovný signál vlastního organismu“ — zdravou únavu?

Ta je totiž prvním předpokladem zdravého spánku. Lze ji navodit procházkou a lehkým cvičením na zdravém vzduchu. Lidé z města a zvláště duševní pracovníci mají horší spánek než venkované, protože mají nedostatek pohybu a tělesné práce. Pobyť v zakouřené hospodě, ale i těžké studium a intenzivní duševní práce těsně před ulehnutím zdravý spánek nepodporují, jak také dosvědčuje Milošův dopis.

Nevybral jste si za ložnici tu nejhorší místnost? Říkáte, že na tom nezáleží, že jste tam jenom v noci? Chyba — v žádné místnosti se člověk nezdržuje tak dlouho jako v ložnici. Ta má být vždy nejlepší místností v bytě, nikoliv nejhorší.

Má být suchá, vzdušná a rádně vždy větraná. Někdy ani při otevřeném okně nedojde k dostatečné výměně vzduchu, když je například venku stejná teplota jako uvnitř, tedy v létě. Otevřeme-li dveře nebo jiný prostor až k podlaze, pohyb vzduchu se ihned zlepší. V ložnici má být vždy nižší teplota než v obývacím prostoru.

Lůžko nemá stát přímo u chladné stěny, a není-li mezi ním a stěnou nějaká přepážka, je třeba vždy postel poněkud odsunout od zdi. Tvrdší, nepříliš pérované lůžko s rovným povrchem je nejideálnější. Teplota lůžka je rozhodující v nohách. V zimě podkládáme pod prostěradlo teplou houni a na sebe, alespoň v pozdních hodinách, dvě přikrývky. V horkách se naopak stačí přikrýt tenkým prostěradlem až do ochlazení, pak dekou; těžké peřiny jsou nezdravým a nehygienickým přežitkem.

Miloš nemohl spát, protože neměl při spaní potřebný klid; také světlo je rušivým podnětem.

Ale na co ještě i Miloš zapomněl? Nevíme nic o jeho jídle, jež tvoří také důležitou podmínku zdravého spaní. Nejist tedy na noc příliš těžká jídla; žaludek potřebuje dvě až tři hodiny, aby takové jídlo zpracoval. Vepřová-knedlík-zelí, jež českému labužníku u jídelního stolu připravují chvilky rozkoše, mohou mu právě tak při spánku na lůžku připravit zase chvíle úzkosti a neklidu.

UČENÍ NENÍ MUČENÍ

Představte si, vážená, že knížka, kterou čtete, je učebnicí a vy se z ní máte připravovat ke zkoušce... (Nemyslím, že by to bylo žádoucí; je to jen příklad.) Především tedy — *baví vás tento předmět?* Učení je činnost jako každá jiná, a úspěch závisí v podstatné míře na tom, jak rádi či neradi se jím obíráme. To je tzv. zájmová hodnota učení. Jestliže nás vědomosti, které tu získáme, uspokojí řekněme, v duchovním směru, jestliže můžeme nabyté znalosti prakticky pro život uplatnit anebo — v jiném případě — jestliže

Dálkově studuji techniku, obor strojního inženýrství. Víte asi, co to pro vdanou ženu znamená. To heslo 'Učení je mučení' je najednou pro mne pravdivější, než když jsem před lety chodila do gymnasia. Říkám upřímně, nejde mi to. Ne že by mne to nebavilo, ale člověk má přitom ještě tolik starostí, v práci, doma atd. Nakonec kolikrát po dvouhodinovém učení zjistím, že nic z toho naučeného neumím. To aby měl člověk vůli ze železa! Anebo se už asi neumím učit, už jsem to asi zapomněla. Nemohl byste mi, prosím vás, nějak poradit? Existuje vůbec nějaká taková technika nebo metoda nebo nějaké triky — abych tak řekla — které by při studiu pomáhaly? Něco takového přece existovat musí!

(Záznam z diskuse.)

v učení soutěžíme se spolužáky, tak je vždy studium založeno na působivých a kladných pohnutkách.

S učením je to totiž jako s každou prací: práce bez efektu je nejtěžší a nejvíce unavující. Ale i negativní motivy mohou při studiu podporovat náš výkon. Třeba strach před následky při neúspěšné zkoušce u žáků povinných školou i obavy před trestem rodičů a učitelů, společenské následky jako ostuda, nebo i hospodářské důsledky pro pozdější život. To uvádím jen pro úplnost; plodnější jsou vždy ty předchozí kladné pohnutky.

Schopnost k učení je podmíněna různými vlastnostmi, nadáním, vůlí, vytrvalostí, trpělivostí, pílí, pozorností, pamětí, úsudkem, tedy vlastnostmi, jež je možno vytrénovat, ale i vlastnostmi nezávislymi na vůli; např. stářím. Žena, která začala studovat vysokou školu v pozdějším věku, může mít samozřejmě různé obtíže. Věřme jí na slovo. Nejsou to však potíže nepřekonatelné.

Nejvyšší schopnost studia je od čtrnácti do dvaceti, poměrně dobře se učíme ještě do padesáti, zvláště když máme stálý trénink, ale po padesátce už to jde těžší. Pokroky v učení u starších lidí jsou jen malé, a to vede k dalším překážkám subjektivního rázu: Učíme se tehdy dobře a rádi, když vidíme v seznamování se s novou látkou zřetelný pokrok. Naše dálková studentka už ho asi nevidí tak, jak by chtěla a jak to zná z mladých let, a to jí jistě překáží.

S novou a neznámou látkou se zprvu seznamujeme dobře. Máme o ni zájem. Vykazujeme v jejím chápání pokroky. Ale pak přijde určitá stagnace a učení nám nejde již tak rychle. To nepřímou brzdí i naši další snahu; zde potom přichází ke slovu už jen vytrvalost a kázeň.

Proces učení lze názorně představit vlnovkou. S jejími poklesy vždycky počítejme a nenechávejme se odradit žádnou stagnací.

S-křivka =



Mezi lidmi existují dva různé typy učení: typ *vizuální* a typ *akustický*. První se lépe učí, když učební látku *vidí*, když ji *čte*. Druhému spíše prospívá, když ji *slyší*.

Každý si to má možnost vyzkoušet; myslím však, že většinu tvoří typy vizuální — proto je důležitým předpokladem učení správné a rychlé čtení. Čtením získáváme naučené poznatky ve většině případů. Schopnost dobře a rychle číst není jen uměním, ale též prací pro oči.

Několik pravidel:

1. Pociťované obtíže zraku vyžadují neodkladné vyšetření očním lékařem. Totéž při bolestech hlavy.

2. Učíme se pokud možno při denním světle. Anebo při světle přímém, nebarevném, bílém.

3. Vyvarujme se mumlání, předříkávání, čtení nahlas, poněvadž zdržují rychlost čtení. To mohou dělat jen prokazatelně akustické typy.

(Řeknete: Na tom nic není, to je obecně známé. Ale musíme začít od základů, chceme-li naši čtenáře poradit. Učení nejsou žádné čáry, ale také žádné mučení.)

Triky? V čem asi spočívají? Napadlo vás například, že všechna grafická znázornění a obrázky mají v této knížce a kdekoliv jinde stejný význam jako tištěné slovo? Máte-li se z této knížky učit — abychom využili našeho příkladu — zachovávejte důležité pravidlo: nepřeskakovat nikdy žádná grafická znázornění, křivky, diagramy; dodají vám často důležité informace, bez nichž je text neúplný. Zeptal bych se vás tedy, zda jste důkladně prozkoumala křivku inteligence, zda jste si zodpovídala v duchu otázky testů, zda jste si prohlédla důkladně i obrazy malířů snu! Nutno to všechno prostudovat a za žádnou cenu nepřeskočit! Látka se lépe pochopí.

Z toho pak plyne další zásada, a promiňte, je-li těch zásad příliš mnoho. Zapadají však do sebe právě tak, jako má zapadat pochopená látka do starých a „zažitých“ vědomostí, čímž se pomáhá naší paměti.

Neužívejme však — pro pomoc paměti — žádných mnemotechnických pomůcek. Nejsou spolehlivé, často vedou k omylu a mnohdy vyžadují více energie než systematické získání poznatků. To ovšem vyjadřuje soustředění; spíše tedy dbejte o klid a vhodné prostředí.

V učebnici se osvědčuje podtrhávání, mnohdy i barevnými tužkami, pokud každá barva představuje rozdíly látky například co do podstaty, důležitosti a zásadnosti textu; osvědčují se též poznámky tužkou na okrajích stránek, na vložených kartičkách, na záložkách apod. Poznámky vždy musí být lehce čitelné, lehce schopné vyhledání, výstižné, aby vyvolaly bohatý okruh asociací, mají poskytovat přehled, odkud jsou; tedy má být uveden vždy autor, dílo, nakladatelské údaje, rok vydání u takových hesel a citací, jež nejsou obsaženy přímo v učebnici.

Správné postupy učení jsou někdy na první pohled méně hospodárné, protože jsou časově náročnější. Ale vyplatí se. Zpracuje-li například student nějakou část látky, nemá se pak nikdy ohlížet na „námahu“, aby získané poznatky a fakta vypsali ještě na papír vlastními slovy. Není to jen pomoc naší paměti, ale též kontrola, zda všemu fakticky a do hloubky rozumíme a zda jsme schopni naučené sami objasnit.

Něco pro chuť k učení, pro posílnění, jakýsi „aperitiv učení“: *Nikdo není vševědoucí! Ani znalosti chytrých a učených lidí nejsou než pouhými hranicemi v jejich vědomostech. Není nikdy ostuda sáhnout ke slovníku, když je nám nějaký pojem neznámý, když mu nerozumíme. Nikdo není vševědoucí! Tohle vědomí nás musí posílnit, jestliže se pouštíme do problémů, které nám byly dosud naprosto neznámé a které se nám zdají být nepoznatelné.*

Usmějete se možná, budu-li opakovat věhlasné pravidlo J. A. Komenského: Opakování — matka moudrosti. Protože se zdá být samozřejmé. Toto pravidlo bylo prozkoumáno mnoha experimenty a je skutečně důležitým zákonem každé lidské činnosti. I. P. Pavlov je ve svých fyziologických pokusech se zvířaty nazval posilováním podmíněných reflexů, návyků našeho chování. Když se jakýkoliv návyk neposiluje, pak vyhasíná, utlumuje se. Také americké pokusy prokázaly nutnost pochopení smyslu nabytých vědomostí a opakování. Některé úkony, které se nám zdají být už automatické, psaní, čtení, řeč, přešly nám do krve právě stálým opakováním, stálým posilováním.

Zvláštní kapitolu studia tvoří umění rozčlenit a plánovat si učební látku. A znovu — jako při každé práci — cena plánování nespočívá v úmyslu, ale v uskutečnění. Co je nám platný plán, když ho nemůžeme splnit? Důkladně rozmýšlet denní dávky studia, jež si stanovíme! Žádný člověk nedokáže studovat celý den; mozek potřebuje i odpočinek. Zábava je pro mozkovou činnost ideální přestávkou a odpočinkem; oddělte však ostře zábavu od práce, obojí dohromady nejde! Práce i zábava trpí, budeme-li sledovat například sportovní přenos v televizi a studovat současně přitom početní vzorce nebo ruská slovíčka.

Jestliže nás učební látka zajímá, můžeme učení přerušit až třeba za dvě hodiny. Ne však později; vždycky je třeba pak aspoň čtvrt hodiny odpočívat a není to nikdy promarněný čas. (Někdo v pauze doporučuje hledět na uklidňující barvy, na zelen přírody, pozorovat lidi na ulici, anebo se věnovat tělesné činnosti, práci.) Ale i když nás látka nebaví, nemá se přerušovat učení dříve než za dvacet minut. Učení potřebuje nějakou dobu na zapracování a tato krátká doba je zpravidla málo vydatná. Kratší chvíle učení nemají proto cenu. Zabývat se jinou, zajímavější učební látkou, střídat studijní předměty apod. je vhodné až v době, kdy se celkem zákonitě prosazuje únava a nuda.

Jak rychle se látka naučí, tak rychle se též může zapomenout. Ani dálkové studentce nesmí v pravidelném učení překážet její běžná činnost, práce, domácnost. Dojíždíte-li na konzultace jednou za měsíc, není možné přitom periody domácího učení vzdalovat od sebe na takovou dobu. Zpravidla se zapomene stará látka, než se naučí nová. Méně a častěji je více!

Individuální rozdíly v učení jsou veliké. S hodinkami při ruce si sama musíte vyzkoušet optimální dobu učení i přestávek.

Napadají vás možná také obavy před zkouškou.

Vždyť i dobře připravení žáci někdy při zkoušce neobstojí.

Možná měli trému, možná i vy jste nervózní, ale spíše se takový neúspěšný student dopouští jiných chyb, jež také ani nesouvisí s vlastní znalostí učební látky. Kromě dobré přípravy, která je samozřejmá, přijměte ještě tyto jiné „samozřejmé“ zásady:

1. Informuj se správně o okruhu látky, z níž jsi zkoušen! To znamená, že se nebudeš ostýchat zeptat se učitele na nejasnosti a podrobnosti otázky.
2. Zodpovědět otázku můžeš dobře jen tehdy — zvláště při písemných zkouškách — jestliže ti byla jasná před konečnou formulací.
3. Dbej také na to, abys byl v dobré tělesné kondici. Vyspi se na zkoušku dobře!
4. *Něco, co zní jako kacířství:* Obeznam se včas a dobře se zkušebními metodami svého učitele. Zakládá-li si na přesné formulaci myšlenek, podrob se tomu! V žádném případě však nevznášej proti tomu námitky při zkoušce!
5. Neuč se však nikdy jenom s ohledem na případné požadavky zkoušky, jen abys „proplul“!

JAK SE ZBAVIT ZLOZVYKŮ?

Když jsme se přestěhovali do Karlových Varů, mému muži to nesvědčilo. Sychravé zimní počasí — on trpí na průdušky; jiný kraj — ačkoliv jistě krásný; a také lidi, kteří s ním pracovali, mu nevyhovovali. Říkali tehdy známí: Na to si zvykne! To bude mít lehčí, až si přivykne!

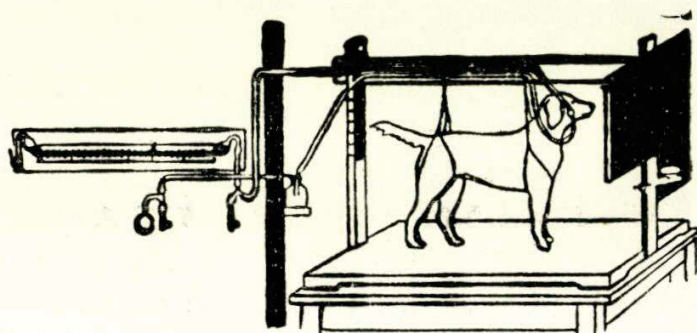
Co je to vlastně ten zvyk a proč by to měl mít člověk lehčí, zvykne-li si. Já většinu života vstávám například brzy ráno, v šest hodin, a stále si na to nemohu zvyknout, stále je mi to těžké a nepříjemné.

(Další dotaz paní K.)

Síla *zvyku* je veliká a hluboko v člověku zakořeněná. Básník Schiller dokonce zvyk přirovnává ke „druhé kojné“ a chce tím vyjádřit, jak hluboko a silně ovlivňuje zvyk náš život. Paní M. by ráda věděla, co tento pojem znamená, a tak — podle „zásad správného učení“ — se nebudeme ostýchat vzít si na pomoc slovník a dovíme se, že *zvyk je druhem „reflexní činnosti, jednáním, jež se provádí nevědomky a automaticky“*, při čemž se nám i vybaví, že *opakování a trénink* nazýval Pavlov *posilováním podmíněných reflexů, posilováním návyků*. Výklad *návyků* je nerozlučně spojen s pokusy I. P. Pavlova.

Malé školní extempore:

Vysvětlit „techniku“ pavlovských pokusů je dnes už, řekl bych, úkol pro děti ve škole. Každý žák dvanáctiletky zná schéma těchto pokusů: psa uvázaného ve stojanu.



Ale nechme teď mluvit zkoušeného žáka:

„Ukážeme-li psovi kus masa, tak po něm chňapne. Když mu však maso včas odtáhneme z dosahu, tak alespoň vyvine svůj slinný reflex a začne vylučovat sliny.“

(Totiž: Každý reflex se skládá z podráždění...)

„...pes vidí maso a cítí jeho vůni...“

(...a z reakce...)

„...to je to chňapnutí a slinná sekrece. Přechod od jednoho ke druhému se děje v nervové soustavě bezprostředně, nepodmíněně, a proto jsou tyto reflexy označovány jako nepodmíněné.“

(Ale to ještě není všechno: učitel by jistě chtěl slyšet víc.)

„Nyní však maso psovi jen ukážeme a nedáme mu je dřív, než předtím zazvoníme...“

(...nebo zvolíme jiný podnět, dráždění kůže, světlo. Pavlov působil na svá pokusná zvířata i vůní kafru, kterou jim pouštěl do pokusných stánek, kde byla uvázána.)

„Zazvonění před potravou budeme stále a stále opakovat. V případě, že nezazvoníme, pes maso nedostane vůbec.“

(Čeho se pak dosáhne?)

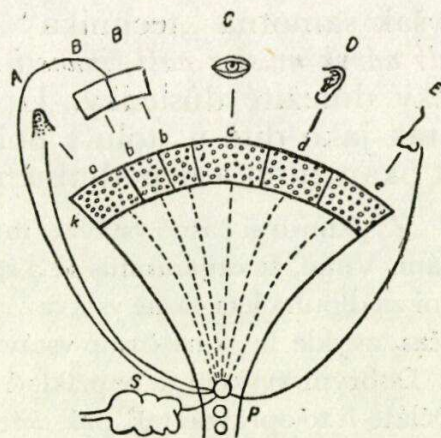
„Že pes už nechňapne po masu, když je vidí, ale čeká na zazvonění, protože se naučil, že teprve pak může maso dostat.“

(Anebo? Náš druhý případ:)

„V obráceném pořadí pokusu začne pes slinit až na zvuk zvonku, aniž by maso ještě viděl a cítil. K vypracování reflexu došlo za jisté podmínky, a tou je zazvonění, jež předtím vůbec s vlastním reflexním aktem nesouviselo; tyto reflexy jsou nazývány proto podmíněné.“

(Výborně! Původní nervová dráha z oka k pohybu, nutnému pro uchvácení potravy, či k orgánu slinné sekrece — mluvíme-li o dvou možnostech — není už uvolněna, ale tyto reakce se mohou dostavit až tehdy, předchází-li jim určitý nepřímý, podmíněný podnět, zde například dráždící sluch.)

Možno tu na tabuli vedle znázornit schéma podmíněného reflexu:



Je to skutečně školské extempore; příklady ze školy.

Jejich výklad však objasňuje, jak vzniká *zvyk* čili *návyk*, a to už jsme u našeho tématu i u dotazu paní M. Manžel paní M. si musí zvyknout, jak mu říkali známí, na *nové podmínky*, na nový kraj, na lidi — a pak bude spokojen.

Zvyk totiž není nic jiného než podmíněný reflex. Slovy školního příkladu: pes si *zvykl* na *zvuk zvonku*. Všechny drezúry zvířat s tímto postupem pracují. Ale podobně je to i s *návyky lidskými*, podobně je to s *výchovou, učením, přizpůsobováním*.

Dítě vidí na stole kouřící polévku, chystá se reflektoricky jíst, ale naučilo se čekat na jistou podmínku, musí se nejprve umýt, musí čekat například, až zasedne ke stolu otec apod. Reflex obdržel svou novou výchovnou podmíněnost.

Návyky přecházejí časem v tzv. automatismy; v jednání, jež provádíme nevědomky, mimovolně. Až manžel paní M. bude všechno v novém prostředí přijímat automaticky, bude to mít „lehčí“. Automatické vyřazení naší uvědomělé činnosti může jít potom tak daleko, že ani nevíme, zda tuto činnost provádíme.

Ráno po probuzení si natáhnu hodinky. Zpočátku, když jsem měl hodinky nové, jsem na to musel myslet, abych nezapomněl. Časem se však tento úkon pro mne stal neuvědomělým, automatickým. Až někdy signál z rádia mě přinutil zkontrolovat, zda jsem skutečně hodinky natáhl. Nevěděl jsem, zda jsem to udělal či ne.

Co však samotná „technika“ pokusů s reflexy, jak ji popisoval žák, neobjasní? *Že každý návyk musí z naší činnosti vyřadit něco jiného, nějaký jiný způsob chování.* A to má prakticky důležité důsledky. Určitou činností vyřazujeme či potlačujeme činnost jinou, tak jako dítě u stolu s polévkou muselo na základě vycvorených podmínek vyřadit okamžitou a nepodmíněnou reakci jídla.

Zvyknu-li si časně vstávat, musím večer jít včas spát a nutně pak vyloučit dlouhé ponocování. Víme, že organismus se o spánek šidit nedá. Paní M., která mluví o tom, že si nezvykla ani za dlouhá léta časně vstávat, *chodí asi příliš pozdě spát*, potřebuje více spánku! Kdyby chodila včas, zvykla by si na časně vstávání velmi brzy.

Dobrym zvykem je například odpovídat na dopisy ihned, ještě týž den, kdy je obdržíme. Děláte-li to opravdu tak, pak *snáze* ze svého denního programu vyšetříte půlhodinku a vyřadíte

jiné momenty, které by vám v této pohotové korespondenci zbraňovaly. S lehkým srdcem se zřeknete poslechu rozhlasu nebo i návštěvy kina, a takové zřeknutí vám nebude ani nepříjemné: zvyknul jste si dávat přednost povinnosti před zábavou, je vám to samozřejmé. Kdo si však zase například přivyknul korespondenci stále jen odkládat, cítí tuto činnost jako promarněný čas.

Vodítkem k rozlišení návyků je zjištění jejich *smyslu* a *účelu*. Pojmům *smysl* a *účel* musíme však dobře rozumět. Udeřit pěstí na stůl je návyk sice *bezúčelný*, má ale *smysl*, neboť něco vyjadřuje; je v něm obsažen výraz hněvu. Ráno pravidelně snídat je jistě *účelné*, nemá to však žádný zvláštní *smysl*. Vycvičit v cirkuse lva, aby skákal ohnivým kruhem, je *beze smyslu*, ale slouží to *účelům senzace*.

Zdravý a správný návyk se většinou nesmí protivit účelu a musí odpovídat tělesným i duševním možnostem toho, kdo si zvyk osvojil. (Například: Kdo pracuje dlouho do noci, nesmí ráno brzy vstávat, aby si krátkým spánkem nepoškodil zdraví.)

Ale návyk může mít *smysl*, což značí, že vyjadřuje *vnitřní úsilí* člověka, aniž by vyjadřoval *účel*. (Příkladně: Dochvilnost k vlaku dodržujeme, i když víme, že vlak vlivem hlášené sněhové kalamity přijede na nádraží o hodinu později. Pak jen *bezúčelně* na nádraží čekáme; *smysl* se však tímto čekáním neztratil.)

Zdánlivě nesmyslný a v současnosti zároveň bezúčelný návyk se stává zlovykem.

I zlovykům je však možno se odnaučit, právě tak jako jim podlehnout. *Odvykání* je však daleko obtížnější než *přivykání*, ač je to také jen *akt podmíněného reflexu*, znamenající „pouhé“ splnění některých *podmínek*.



Stojí tu vedle sebe dvě stará lidová pořekadla: „Zvyk je železná košile“, ale též: „Nevyháněj čerta ďáblem!“

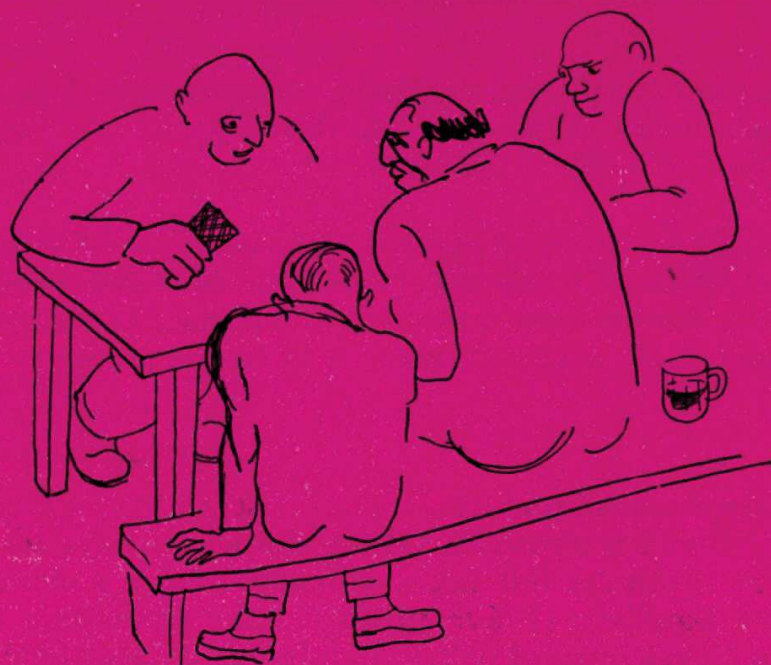
1 I. Tak předně — to o železné košili platí proto, že jsme vždy do jisté míry závislí na projevech, které jsme si osvojili a kterých jsme dříve soustavně používali. (V jistém smyslu to platí i o člověku, přicházejícím dochvilně na vlak, ačkoliv je hlášeno zpoždění. Ale zde není smysl jednání tak skrytý jako u zlovyků.)

Jak jen to naše dítě odnaučit cucat palec a kousat nehty? Říká se, že to přejde samo. Mám na to čekat? Jako každá matka bych chtěla mít dítě dobře vychované...

(Matka se táže na radu.)

Takové dětské zlovyky jsou bezúčelné a jejich smysl je skrytý; nutno ho proto především objasnit. Může být — v případě dumlání palce — výrazem přeneseného citu, pozměněným projevem něžnosti, na niž si dříve dítě asi zvyklo, ale již pak vlivem disharmonické výchovy na čas ztratilo. Bylo dříve rozmazlováno a najednou je k němu zaujímán tvrdší výchovný zřetel. To už se však nemůže odloučit od svých dřívějších nároků.*)

*) Nárok na cizí, např. matčinu něžnost je promítán do postoje k vlastnímu tělu, abychom tak řekli, do vlastního palce. To se odborně nazývá *falešnou projekcí*. Nejjednodušším příkladem falešné projekce je dětský zvyk promítat své city do jiných věcí. Dítě například vlastní nepozorností vrazilo do stolu, takže si způsobilo bolest. Mělo by se za svou nepozornost samo potrestat, ale nebylo k tomu vedeno. Sami jste často při takové příhodě říkali: „Ty, ty, stolečku, ty jsi našeho chlapečka uhodil! Tu máš, já ti dám!“ A sami zcela naivně dítěti takovou falešnou projekci předvádíte.



II. Vyhánět čerta ďáblem, jak praví druhé přísloví, je další výchovnou chybou. Zlozvyk násilně převedený tvrdým zásahem ke změně je vystřídán často jen novým, více či méně postřehnutelným, ale znovu negativním nešvarem. Vidíme to u nervózních dětí. Obrazně řečeno, v počínání dítěte — právě tak jako v chování dospělého — se tvrdým a jednostranným zákazem nešvaru vytvoří vakuum, do něhož se pak vecpe zlozvyk jiný.

2

Kousání nehtů nebo bezúčelné záškuby obličejových svalů a potrhávání rameny, tedy takřčené *tiky*, jsou časté neurotické reakce. Mohly mít dříve své oprávnění, řekl bych i svůj účel, a podržují si svůj skrytý smysl. Dítěti se nestříhaly nehty, nebylo pečováno o jeho čistotu. Vlivem nečistoty se mu často zanítily oči a dítě se bránilo pomrkáváním. Nosilo málokdy prané košilky, navíc těsné u krku, takže se snažilo z takového „chomoutu“ vyprostit škubáním ramenou. Změnou osobní hygieny i oblečení se tyto pohyby staly už bezúčelnými, ale přetr-

vávají. A dítě je za ně trestáno. Snaží se jim tedy vystříhat, ale najednou se začne zakoktavat nebo v noci pomočovat a znovu se tedy u něho objeví v podstatě ještě vážnější a nepříjemnější neurotické projevy.

Nejen při návycích, ale i při odvykání nešvarům je nutné vyřadit jejich projevy jinou rozmyšlenou činností, a to vždy bez násilného zasahování. Především však si objasnit skrytý smysl a dřívější účel zlozvyku. Vypátrat, které výchovné chyby zlozvyk podpořily, které „touhy“ a „nároky“ jsou v pozadí těchto příznaků, a pak je upravit správným výchovným přístupem.

To všechno — v přizpůsobené podobě — platí ovšem i pro sebevýchovu a přebudování nesprávných návyků a zlozvyků také v dospělosti. Příkladem budiž návyk na kouření. Tedy nešvar u mnoha lidí tak zakořeněný, že se s ním smiřují, ačkoliv je zdraví prokazatelně škodlivý. (Právě proto je také protiúčelný; a smysl má nadto falešný, neboť s ním člověk nutnost svého „uklidnění“ a „soustředění“ k práci spojuje zcela mylně.)

Vím, že kouření je nešvar. Ale tak jsem si na ně zvykl, že to nejde a nejde odnaučit. Zkoušel jsem to už mnohokrát. Jsem z toho celý zoufalý, čtu pořád, jak to zkracuje život...

(Z dopisu X. Y.)

Proti kouření pomáhá tzv. ovocná kůra. To je případ vyřazení škodlivého návyku návykem zdravým a tedy účelným. Kdykoliv dostaneš chuť na cigaretu, zajez tuto chuť nějakým ovocem! Jezte ovoce vždy právě v době, kdy si zapalujete cigaretu! Někdo ke svému velkému překvapení najednou ztratí chuť na kouření vůbec.

Nebo je také metodou vyloučení všech provokujících podnětů, jež ke kouření vedou, to jest podnětů které vždy předcházejí zapálení cigarety.

Zajímavý poznatek nám sdělil jistý lékař, který se sám ze svého kuřáckého zlozvyku „léčil“: „Tu první cigaretu ráno — a to je ta nejhorší, protože je počátkem řetězu dalších — jsem si vždy zapaloval při svém příchodu do ordinace. Všiml jsem si, že jsem dostal chuť kouřit, kdykoliv jsem si ráno oblékl plášť. Zkusil jsem ordinovat čtrnáct dní bez pláště; na tu první cigaretu mě pak přešla chuť, kouření jsem omezil, až jsem ho zanechal úplně.“

Jistě je toto odvykání nemožné bez vlastní silné vůle, nesmíme však ani zapomínat na činnost, která by vzniklé „vakuum“ zaplnila. (Všimli jste si, že kuřákovi stále něco *schází*, když si nemůže zapálit?) Samotná snaha o izolované přerušení zlozvyku většinou nebývá úspěšná; i *kombinace různých odvykacích metod je důležitá*. Ale předtím se nezapomeňme zamyslet nad podněty, které vždy momentálně nešvar provokují, aby se z nich pak nevytvořil bludný kruh zlozvyku.

Něco na způsob „ovocné kůry všeho druhu“ se nabízí k vyřazení nejen nešvaru kuřáků, ale i zlozvyků jiných. Pátat po nich tedy a dát jim uplatnění!

VE VĚKU SNĚNÍ

**„Dětství, jak všichni víme, je věkem snění,
odkrýváním světa dosud neznámého barva-
mi obraznosti, věk hravého života a šťast-
ných klamů.“**

(Psycholog J. Sully)



Cesta, po níž jsme přicházeli blíž a blíže k poznání individua, se chýlí ke konci. Samozřejmě to nebyla cesta bez zákrutů; na vedlejší cesty jsme však z různých důvodů zabočit nemohli, ani nechtěli. Ale musíme se chtě nechtě vrátit přece jen zpátky k východisku, letmo se podívat do *osady dětství*, která je světem jakoby sama pro sebe, plným zázraků, snů, kouzel a pohádek, jimž podléhají slova básníků, hledající prameny čisté a pravé poezie.

MALOU NOČNÍ HUDBU SLOV ODZPÍVANÝCH Z RÁJE
DO USÍNÁNÍ DĚTÍ ZAZPÍVAT BYCH CHTĚL
A ODDYCHNA SI DOZPÍVÁNO MAJE
BYCH DO DALEKA S NIMI ODLETĚL
DO ZEMĚ LAZURNÉ KDE VLEZLÉ ZIMY NENÍ
A LIDÉ NEVĚDÍ CO JE TO MÍTI HLAD
BOŽÍNKU JAKÉ BY TO BYLO POSEZENÍ
NA HOŘE Z MARCIPÁNU JEN SI VZPOMÍNAT

(František Halás: *Ladění*)

Svébytnou „lazurnou zemi“, jakýmsi exteritoriálním územím lidského duševna je dětství, neboť se od věku dospělosti poměrně ostře a výjimečně ohraničuje. Jak tělesné, tak duševní vlastnosti dítěte a dospělého můžeme oddělit demarkační čarou, kterou vymaže ze života teprve puberta, doba zrání a dospívání. Biologický růst, vývoj pohlavních orgánů, rozvoj smyslů a myšlení jsou zde v pohybu, jakého se nedopátráme nikdy později.

Téměř žádná z psychických vlastností není v dítěti ještě hotova, upevněna, ustálena. S výjimkou pudů a instinktů představuje se po narození dětská duše světu skutečně jako „tabula rasa“, čistá tabule, jak soudil už Komenský.

Lidský život začíná vlastně okamžikem početí v mateřském lůně. Po dobu 280 dnů matčina těhotenství se jedinec vyvíjí především biologicky a strukturálně; nervová a smyslová ústrojí se rozvíjejí teprve v posledních měsících. Ale už v 6. měsíci, kdy plod nabude lidské podoby,

zjišťujeme u něho jisté formy chování. Švýcarský lékař Minkowski zjistil, že lidské plody, operativně vyňaté pro onemocnění matky a udržované pak naživu ve fyziologickém roztoku, pohybují hlavou, ohýbají se, natahují ruce a nohy, reagují na dotyk celým tělem i otvíráním úst a stisknutím víček. Měly vyvinutý i počáteční smysl pro rovnováhu. Z pokusů Američana Spelta dokonce vyšlo najevo, že embryo je schopno „učení“, když v 8. a 9. měsíci byl u něho vyvolán pohyb na základě podmíněného podnětu dotykem.

Už málo hodin po porodu se rozvíjejí dětské smysly. Oční reflex například reguluje množství světla, vstupující do oka. V prvním týdnu už většina novorozenců reaguje na zvuky a již první den života rozeznává sladkou či kyselou chuť. Citlivost na bolest se objeví za dva dny.

Ačkoliv se zprvu soudilo, že dítě zrakem nejdříve vnímá barvy achromatické (svět je pro ně jen černý, šedý a bílý), byly tyto domněnky v poslední době vyvráceny; novorozeně reaguje už na různě zbarvené papírky.

Dětské myšlení se pohybuje nejprve na obrazivé, fantazijní úrovni. Nejsilnějším poutem se světem se dítěti brzy stává fantazie, jeho obrazivost. Ještě než se vytváří pojmové zobecňování, dítě na způsob animismu přírodních národů vidí v přírodních jevech zásahy nadpřirozených bytostí. Autorita v dětské psychologii, Švýcar Piaget, uvádí, jak dítě dokáže obětovat nejmilejší hračku, aby magicky uzdravilo svou matku, a je přesvědčeno, že jeho „oběť“ skutečně matku před smrtí zachránila. Je to iluzivní chápání věcí.

Projevuje se i ve hře dětí. Už Darwinovi se hra jevila jako příprava na budoucí činnost. Kotě si hraje s klubíčkem, aby si cvičilo svaly pro budoucí lov. Dítě se ve hře připravuje k účelné činnosti dospělých, k práci. Ale zvířecí mládě na rozdíl od mláděte lidského zůstává při hře vždy „uvnitř své bytosti“; jen člověk dokáže vyjít ze sebe sama, přestává být tím, čím je, a na okamžik hry se stává tygrem nebo psem, jezdcem a vojákem, rytířem a princeznou, tatínkem a maminkou. Věcem propůjčuje cit, jak jsme to viděli v případě „falešné projekce“. Právě tak jako primitivní člověk miluje i dítě své hračky a propůjčuje jim ve své fantazii život.

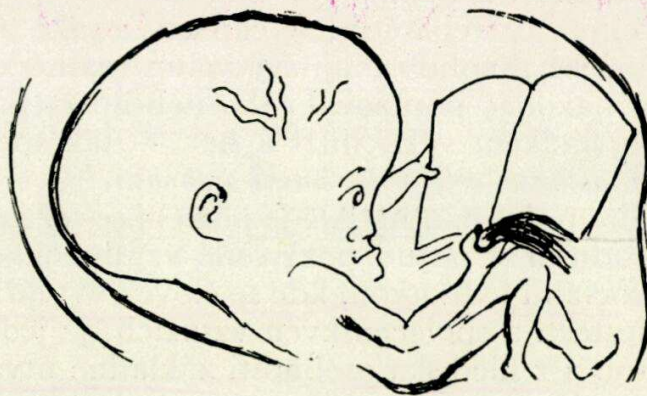
A nyní — pro přehled — dvě tabulky, znázorňující jednak pohybový vývoj v raných fázích dětského věku, jednak rozvoj slovní zásoby až do věku dospělosti:

Věk	Pohybový úkon
1 měsíc 2 měsíce 4 měsíce 7 měsíců 8-9 měsíců 10 měsíců 11 měsíců 1 rok 14 měsíců 15 měsíců	dítě ležící na břišku zvedá hlavu zvedá hrudník s podporou sedí sedí samo stojí s podporou leze chodí, když je voděno samo se vzpřímí přidržujíc se samo stojí a leze po schodech samo chodí (někdy i dříve)

Věk	Rozsah slovníku	Věk	Rozsah slovníku
1 rok	2-3 slova	4 roky	1.540 slov
1 a půl r.	22 slov	5 roků	2.072 slov
2 roky	272 slov	6 roků	2.562 slov
3 roky	895 slov	18 let	15.000 slov

(Podle M. E. Smithové)

Poznámka: Z tabulky slovního rozvoje je patrné, jak závratný je rozvoj slovní zásoby v raném období do 4 roků.



Prudký spád v tělesném vývoji i v nabývání duševních vlastností, citů, poznatků a slov je však též procesem s mnoha překážkami; řečištěm plným přejí. Obvykle mluvíme o „šťastném dětství“, a přece tu není jen samo štěstí, ale i překážky, přeje, nebezpečí, pocity vedoucí k pozdějším zmatkům, které na mapě života trvale zanechává i dětství.

Ano, utíkáme se do tohoto světa iluzí a her rádi ve svých vzpomínkách, rádi se vracíme do krajin snění a dětské obrazotvornosti, kde jsme prvně poznávali nekonečně mnohotvárný svět a také — v kouzelném klamu — předpokládali jeho ovládnutí magickými silami. Jen jedenkrát jsme právě tady byli šťastnými rytíři a krásnými princeznami z pohádek. Avšak dětství, které jsme prožili, se nám dnes v dospělosti jeví už docela jinak, zapomenuli jsme už všechny jeho tváře a v našich vzpomínkách teď zbylé pocity šťastného života už zcela zapudily nepříjemné rané zážitky a dětské smutky, které však existovaly také. Spíše zapomínáme vždy to horší než dobré, a je to jeden z přirozených a účelných zákonů, že „paměť, pomahačka srdce, spouští závoje nad smutnými obrazy“. Je to zákon velmi účelný a rádi mu v životě přiznáváme jeho platnost, nesmí se však nikdy stát podnětem k přesvědčení, že tato jeho účelnost postačí. V klamných vzpomínkách na šťastné zážitky dětství si dospělí totiž často ani neuvědomují, že oni právě rozhodují o tom, zda věk jejich dětí je skutečným „věkem štěstí“. Zapomínají na osudnou závislost dětského života na životě rodiny, školy, výchovných institucí. Zapomínají na dětskou bezbrannost a každý dětský protest vidí jako přestupek, nemilosrdným očima velitelů. Zapomínají, že dítě vnímá smysly a chápe citem. I třeba čtyřleté caparty a také třeba desetileté školáky tlačí mûry děsivých snů, jež mnohdy mají své velmi reálné kořeny v nepochopené výchově a jež je nutno nakonec posuzovat jako nebezpečí pro celý budoucí život. Neboť v dětství, v tomto sladkém věku iluzí a her — jak správně stále připomíná psychologie — skrývá se tajemství celé příští lidské osobnosti.

Štěstí rodiny je pro dítě požehnáním. Ale je potřebí se též zeptat, kolik z nás, aniž bychom možná tušili, odnáší si odtud pokřivené vztahy jako šrám v duši pro celý život. Rodina je první sociální jednotkou, kde se člověk vytváří od svého narození ve svých duševních vlastnostech a společenských vztazích, je jednotkou z hlediska výchovy základně důležitou a z hlediska osobnosti základně utvářející.

Ale rodinná výchova a vůbec život v ní není už výlučně záležitostí jednotlivce, individua; rodina nejsem „já“ — rodina, to jsme „my“. Vztah rodičů a dětí například neotevívá už jenom „cesty k sobě“. V něm se obráží také počátek cest k druhým, které jsou právě tak důležité, ne-li důležitější než nejvlastnější pohroužení do sebe, než nejintimnější duchovní sebezpitva a sebeanalýza. Porozumět sami sobě znamená také — *porozumět druhým*.

CESTY K DRUHÝM

Také ve MNĚ je trochu TEBE, řekl bych tedy úvodem k poznání druhé tváře člověka — člověka jakožto bytosti sociální, a tuto tvář máme všichni, u všech se projevuje v nejvlastnější duševní podstatě. Všem se naskýtá možnost sledovat a pozorovat člověka uprostřed lidí, kteří ho obklopují, kteří jsou s ním svázáni biologicky — druhovou přirozeností i společnými projevy kultury a civilizace, a také velmi si příbuznými představami, city, myšlenkami a činy, tedy společnou „civilizací chování“.

Řekněme však hned na počátku, že se tu naskytne příležitost na projevech, představách, citech, myšlenkách i činech několika mála lidí, několika z vás — Vojtěcha, Magdy, Jany a Miloše — zobecnit problémy, jež jsou společné většině a snad vůbec všem. Poznat druhou tvář člověka se daří tím lépe, kdykoliv se lidé znají důvěrně nebo alespoň dobře. Právě vás, Vojtěchu, Magdo, Jano, Miloši, mám možnost poznávat dosti dobře, svěřili jste mi i své intimní problémy. Mám je teď při ruce jako doklady, vaše osobní záznamy a deníky, dopisy a úvahy, a ty pak zároveň obsahují zamyšlení nad našimi společnými otázkami.

Člověka netvoří jenom individuální vlastnosti, vrozené rysy a předpoklady k různým schopnostem, ale i souhrn všech společenských vztahů, třeba už v tom nejkonkrétnějším — řekněme „sousedském“ — smyslu: *to je pak složená i složitá mozaika jiných lidských podstat v nás, obraz chování a projevů lidí, s kterými se denně střetáváme a setkáváme. Že ve mně je trochu i tebe, platí tedy o nás všech všeobecně, neboť nikdo nežije v izolaci, a všichni jsme spolu na jedné planetě. V průsečíku osobnosti například Vojtěcha Vojtěcha nebo Jany Jany se také střetá osobnost Adama Adama, jejich otce, nebo Evy Evy, jejich maminky, ale i Jiřího Jiřího, protože ten je — řekněme — jejich dávným přítelem z dětství, a konečně i Magdy Magdy a Miloše Miloše, protože ti jsou jejich milenci a manželé. Dokonce tady pak*

platí, že čím si jsou lidé bližší — když totiž na společné planetě vytvářejí daleko menší „světy“, v rodině, partě, okruhu známých a přátel, v nejbližším okolí — tím jsou vlivy jednoho člena blízkého okruhu na druhého patrnější a pozoruhodnější. *Možno je také snáze vystopovat i snáze určit, odkud vliv vychází a jak se vrací.*

S určitým modelem takových blízkých vztahů a vlivů se denně setkáváme. Sděluje například jistý mladý muž:

Všiml jsem si, jak přejímám způsoby svého vedoucího... Je to starý pán, trochu zapomnětlivý, všechno si píše, je zvyklý znovu a znovu si úkoly připomínat a znovu vždy je připomíná i nám, i když na nich už pracujeme. Nezapřu, že nám mladším to dává často podnět k vtipům a smíchu... Ale najednou jsem zjistil (anebo to první u mne zjistila má žena?), že jsem sám zrovna takový: od jisté doby si dělám na papír poznámky, co všechno dneska zařídít; kalendář mám na stole už popsáný; opatrně jsem se naučil vážit věty a formule, vyhýbám se přímé odpovědi, taktizuji — zkrátka jako náš šéf. Je to dost divné pomyšlení, že jednou budu také tak předmětem posměchu...

Nebo citujeme z dopisu jedné matky:

Říkám vám, pane doktore, kluk je celý táta, ta chůze, ty pohyby, kolikrát jsem nejistá, mám-li se zlobit či smát, když mě také tak cepuje: to nesmíš ... to musíš ... Jak to manžel rád dělá — a zrovna před dětmi.

Řekneme: nápodoba! Ale jak a odkud se rodí a kam se zas ztrácí jednou už přejatý způsob chování? Nezapomeňme totiž ani zde na důležitou okolnost, na níž se snad všichni shodnem a již proto můžeme nazvat společenským zákonem: *Vztah člověka k příslušníkům jeho okolí a jeho všechny reakce na ně jsou různorodé a značně proměnlivé.* Pohybujeme se mezi různými lidmi, společenský život je nesmírně složitý, mnohostranný a často i zamlžený, ale i naše psychika je právě tak složitá. Podstatou sociálního chování, základem všech postojů, návyků, způsobů, činnosti vnější i vnitřní, není jen nápodoba, ani sugesce (jak soudili dřívější zastánci sociální psychologie), avšak skutečnost podobně vyvěrající z jediného celistvého procesu mezi osobou a osobou, nebo

osobou a skupinou osob, mezi individuem a sociálním okolím, totiž skutečnost vzájemného podněcování i sebepodněcování. Jedna osoba vyjadřuje pedanterii — jak ji vyjadřuje např. šéf našeho mladého muže; druhé osoby odpovídají výsměchem — kolegové a mladý muž sám. Ale najednou pedantické jednání šéfa podnítl v muži stejnou reakci, takže dochází k výměně postojů a reakcí. Dítě nejenomže vyvine reakci na druhou osobu, ale svou představivostí vezme na sebe i roli jiného a podněcuje sebe právě tak, jak k tomu bylo podněceno chováním otce k matce apod. Takové dvojitě podněcování, to jest, podněcování sebe sama vlastními výrazy a podněcování jiných i ve zpětné vazbě, jeví se jako nejdůležitější prvek a jakási základna sociálního chování lidí.

V citech a představách promítaných do společenských vztahů nikdo nemůže na lékárnických vztázkách odvažovat dávky kladného či záporného přínosu jednoho člověka pro druhého. Říkám — na lékárnických vztázkách; ty nejkřiklavější rozdíly možno zvážit pouhým potěžkáním v rukách, nejméně nápadné rozdíly a vlivy jsou však mnohdy ovlivňovány mimovolnými činiteli, bez účasti naší vůle, nelze je ani jednoznačně jako v početní rovnici v člověku vydělit — to dokázala snad jen schematická literatura. Zde byl kladný hrdina vždy jen „ružový“, a buď se pohyboval mezi stejně „ružovými“ lidmi, anebo bojoval proti „černým“ nepřátelům.

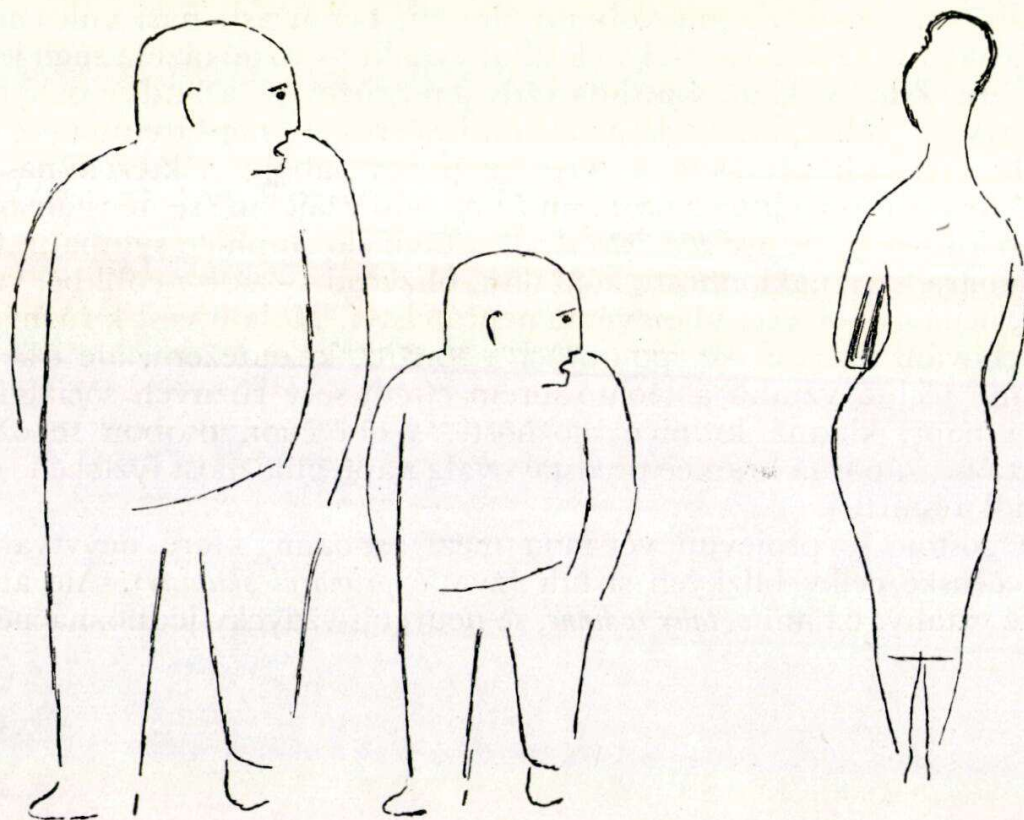
Podle toho však, zda převládá kladný či záporný náboj v některém našem vztahu k jiné osobě nebo skupině jiných osob, můžeme tyto vzájemně se neustále podněcující vztahy (odborně nazvané sociální interakce) sestavit do stupnice sympatií, lásky, přátelství a kamarádství, náklonnosti, kontaktu, blízkosti — až k neoblíbenosti, vzdálenosti, nesympatii, nenávisti, averzi a bojovému nepřátelství. Mohou vést k různým formám sociálního chování i citění, ke spolupráci a soužití, k soutěžení, ale i ke konfliktu. (Při výzkumu těchto vztahů a těchto forem citění se v různých sociálních testech vyjadřovala např. kladná hranice možností: s dotyčnou osobou se oženit nebo provdat se za ni; záporná hranice představovala např.: možnost fyzického odstranění nebo rozsudku smrti.)

Záporné postoje se projevují většinou mezi osobami, které nevytvářejí užší či menší společenské celky blízkých si lidí (zvané primární skupiny). Ale ani nejbližší příbuzenské vztahy, ba ani vztahy rodinné, se neurčují vždycky jednoznačně kladnými

* Sw. u. Bertholdy - „Kourny“

postoji — sympatií či láskou, jen láskou nebo snad jenom dobrem apod. I rodina ve svém poměrně přehledném a malém společenském prostoru, kde se odehrávají však stejně dramata jako komedie, představuje v tomto smyslu nádobu dosti tajemnou, nádobu složitého společenství, v níž voda někdy vře a jindy je chladná, v níž sociální vřelost citů jednou stoupá a jindy se ztrácí — alespoň na povrch — téměř k nule; to všechno podle zákonů neustálé proměny a neustálého vývoje. A také rodina — nejmenší ze sociálních jednotek vytvářejících společenskou strukturu — může být modelem společenských celků daleko širších a nepřehlednějších, neboť právě tak zde, stejně jako v širším „prostoru“, působí konec konců proměnné a pohyblivé vztahy sociální.

Začněme tedy obrazem společenství, jež večer co večer u rodinného stolu shrnuje vlastně všechny ty změny a poměry podle podob, které se právě vytvořily a ke kterým došlo ve vzájemném a každodenním styku jejích členů.



RODINA : rodiče + děti

D

(Jana), 21. ledna 1961

očetla jsem právě skvělý román, napsal ho Mauroia, objevila jsem ho u Vojtěcha v knihovně. Nevím, kdy on ho četl, mám jen podezření a nechtěla jsem se zmiňovat o jeho „tragických letech“, o době, kdy právě on — po svých prvních úspěších v životě — pocítoval rodinu jako něco tísnivého, co mu nudně, měšťácky a přežile zbraňovalo v „rozletu“. Jak jsem ho ale tenkrát za to nenáviděla; byla jsem vlastně ještě malá holka, ale věděla jsem dobře, že byl náš a že se nám pozvolna svým jednáním odcizoval. Úkradkem jsem pozorovala večer zklamání rodičů, jejich smutek, když se Vojtěch tenkrát ve svých osmnácti letech odstěhoval ke kamarádovi. Jak byla tenkrát třeba maminka zklamaná tímto nevděkem, tímto jeho cynismem, který nečekala právě od něho — od svého miláčka. Víím, že Vojtěch byl jejím miláčkem a nijak mi to nevadilo... *snad někdy, ale to bylo chvilkové...* Myslím, že rodina je to nejposvátnější; jak ráda na ni budu vždy vzpomínat v dobrém, v tom nejlepším! Vojtěch to nakonec poznal sám, když se vrátil. (A my taky byli všichni rádi.) Sám poznal, kde může hledat v životě největší oporu, kterou mu dávali otec a matka, pokud ještě žila, *až někdy mi připadlo, že byli příliš pyšní na svého úspěšného a chytrého syna...*

Co tvoří rodinu, je tkáň velmi jemná a zároveň velmi složitá. Vždyť uvážíme-li její psychologické pozadí, obráží velmi silně poměr obou rodičů, vzájemný vztah plný

nečekaných zvrátů a vyústění, které dětská duše ještě nechápe, ale citově je spolu-prožívá. Obráží i bezmocnost lidského mláděte, slabost i sílu mateřské lásky, protest i podlehnutí autoritě otcově. Obráží konečně soužití sourozenců, utkané z nejrozto-divnějších náklonností i rozporů — jak vytušíme i z Janina deníkového hodnocení — z přitažlivosti a žárlivosti zároveň.

V dětství jsem svou starší sestru nemohl vůbec snést, ale nyní... Jak se mám, prosím vás, oženit, když ji mám tak rád, že ji prostě nemohu dost dobře opustit. A to není jenom záležitost svědomí, i když vím, že ani ona kvůli mně — když zemřela matka (otce jsem poznal jen v raném dětství, byl to tyran) — se tehdy neprovdala. Nebo že by to rozhodnutí zůstat svobodným ovlivnil i smutný obrázek, který vytvářelo manželství mých rodičů, pokud byli spolu?...

(Z vyprávění jednoho klienta.)

(Takových předsevzetí a nejistot není ani dnes mezi lidmi málo, i když obecně pozorujeme, že se dnes sourozenci daleko snáze vymaňují ze závislosti na sobě než dříve. Ale k tomu — stejně jako ke „smutnému obrázku“ manželství rodičů — se ještě vrátíme.)

Sledujme nyní další postavení rodinných členů, situaci rodiny jako celku. Co ji připodobňuje k celkům širším, je také existence rozhodných, posilujících nebo zase drtících *sil hospodářských*, postavení této sociální buňky v blahobytu nebo chudobě, jež ovlivňuje podobně jako vnitřní faktory psychologické. *Rodina je pevně spjata všemi psychologickými a sociálními vazbami uvnitř i navenek, v každém členu se obráží její hospodářské, sociální i psychologické pozadí někdy pevnějšími, někdy rozplývavějšími obrysy — v jejich vlastní osobnosti, v jejich charakteru, zvycích, citech, představách a myšlenkách, v jejich intimním životě i v jejich společenských projevech, a to i později, kdy původní forma rodiny je vystřídána už třeba formou novou, odchodem dětí a založením vlastní rodiny.*

Hospodářské a sociální postavení rodiny je samozřejmě životně nejdůležitější, ale primát působení na její členy má — jak se domnívám — zmíněné pozadí psychologické; konec konců je to logické: psychologický stav rodiny působí na psychologii jedince víc než jiné síly, anebo přesněji: tyto síly působí na psychologii jedince nej-

více prostřednictvím psychologie rodiny. Historie ukazuje velmi zřetelně, jak významné osobnosti kulturního života nebyly hospodářskými okolnostmi ovlivňovány ve svém významu a činnosti zdaleka tak, jako duchovním a kulturně bohatým prostředím, harmonií, citovou výchovou rodiny. Slavní lidé a významní duchové vyrůstali třeba v prostředí sociálně neutěšeném, a pokud jim bylo poskytováno bohatství jiného druhu, odnášeli si do života harmonii a tvořivé základy, jež později mohli společnosti vrátit. A tam, kde se shledáme se „sociálními případy“ dětských delikventů, mladistvých zločinců a narušených, přiřazují se k neutěšeným faktorům hospodářským, jež nikdy nejsou pro negativní vývoj těchto případů rozhodující, vždycky ještě faktory neutěšené výchovy a rodinné psychologie, jež tu nakonec vždycky rozhodující jsou.

Soustředíme se tedy na tento duchovní a výchovný zřetel, který rozhoduje o osudu člověka i v dospělosti. Dětství tvoří — jak víme — zdaleka nehotový obraz člověka v psychologickém smyslu, na děti působí rodinné vztahy bezprostředně a přímo a nejvíce.

Okolnosti zrození člověka nás samy upozorňují na důležitost vůbec prvního vztahu, který se v člověku odrazí: dítě se rodí z matky a vyrůstá v citlivé a citové atmosféře mateřské lásky. Přes všechno poctivé úsilí civilizované společnosti (a zejména naší společnosti) nedaří se dosud vyhledat náhradu této mateřské lásky v moderních institucích dětských zařízení, v jeslích, dětských domovech či útulcích. Tyto náhrady se ukazují často jen jako náhražky. A tento velký experiment, který podniká především socialistická společnost, prochází dosud údobím nejistoty a zmatků před konečnými výsledky. Z jedné strany je tento experiment nutný: ukazuje se, že právě tak jako odumírají přežilé formy hospodářské a společenské, mizejí i přežilé formy společenského vědomí, včetně kultury, psychologie, výchovy. Ale člověk se brání rozporu, v němž vězí mnoho z těžko překonávaných potíží moderního života. Technický pokrok, zaměstnání žen, nutnost zvýšené produktivity, kolektivní řešení, socialistické proměny civilizace přinášejí viditelný pokrok — ale zarážející je u lidí relativně pomalá proměna intelektuální, citová, psychologická a duchovní. Tak vidíme, že ani výchovné instituce neplodí stejně kladné výsledky, jaké zplodila revoluce v oblasti hospodářské. Ani nejdokonalejší jesle, ani nejlépe

vedené dětské domovy, ani nejkvalitnější a nejzodpovědnější pracovníci dětské péče nemohou nahradit největší oporu dítěte, alespoň ne v raných fázích jeho života, ve věku novorozeneckém a kojeneckém, oporu *mateřské lásky*.

Je to základní úrodná půda pro duchovní a citový vývoj dítěte. Zprvu ona jediná je živinou a mlékem něhy i sladkého porozumění, pak splavným proudem, po němž se tak klidně maličký může seznamovat se světem, nakonec i oporou a útočištěm, které do smrti nepřestaneme vyhledávat alespoň ve vzpomínkách.

Matka, nebo osoba povýšená na matku tím, že pečuje se stejnou láskou o své dítě, má k němu vztah, který je hoden přívlastku „zbožnění“. Má svého malého boha, a právě tak i dítě zbožňuje svou matku. Matka je bytost nejvyššího poslání, které kdy příroda mohla životu dát; své dítě živí, pečuje o ně, je mu pramenem potravy a lásky, tepla i blaha, odnímá mu bolest v nemoci, přináší radost. Není hranice, na níž by se zastavila její láska. „Neublížil sis, synáčku?“, táží se její oči, kdykoliv jsme jí v nerozvážném kroku mládí způsobili bolest. Tak to říká ve svém deníku i Vojtěch, po svém návratu domů, do rodinného kruhu. A bude to v něm ještě dlouhá léta přetrvávat jako výčitky svědomí.

(Vojtěch), září 1954.

...vidím stále před sebou Tvé oči, maminko. Říkaly: Jak se Ti vedlo? Ptaly se mne: Neublížil sis tam venku mezi cizími lidmi? Po svém návratu domů jsem konečně pochopil, že *mateřská láska je učitelkou všeho, co lidé pokládají za jediné východisko života — lásky k člověku*. Ve své síle i odevzdanosti, ve svých slabostech i chybách nalézá svou hřejivou, pravou a snad i jedinečnou podstatu. Pochopil jsem také, že mít dobrou a milující matku, to není jenom významný, ale výhodný počátek života všech dětí. Už do vínku její cit poskytuje důvěru, optimismus a přesvědčení, že život stojí za to, aby byl prožit.

Málo hřejivá, málo obětavá mateřská láska vzbuzuje záhy v dítěti pocity úzkosti a nespokojenosti; začínat život bez lásky je zlé, opravdu zlé. Ale dítě samo nesmí být nikdy soudcem nad tím, co ještě nechápe; v dětské náklonnosti k matce není místa pro žádnou abstraktní spravedlnost. Synové a dcery, Vojtěch nebo Jana — pokud

vyrůstají v dobré a citlivé lidi — nemohou nikdy váhat ve své lásce k matce; oni ji prostě milovat *musí* a neříkejte mi, že dítě, které nemiluje svou matku, vyroste v dobrého člověka.

Kdyby však dítě bylo opravdu soudcem, nemohlo by pochopit, že velikost jeho nároků a jejich splnění ze strany matky mohou vést k tragickému paradoxu mateřské lásky — příliš něžná a příliš citlivá matka v dítěti záhy a předčasně probouzí prudké a vášnivé city, rozporuplné vlastnosti, rysy nevyrovnané povahy, a později se to všechno při stoupajících nárocích dítěte může obrátit i proti té, která je podnítila. Rozmazlené dítě přichází do skutečného života v závoji klamu. Zvyklo si všechny překážky lehce překonávat svým bezohledným, vždycky splněným přáním.

Snad proto, aby zachovávala výchovnou harmonii v rodině, a proto, že matka je většinou ve svých nárocích na dítě daleko mírnější, existuje v rodině ještě výchovná funkce druhého rodiče. Řekl bych, že účelnost rodinné tkáně, jež je výsledkem mnohaletého zdravého vývoje lidské civilizace, se zachovává i *výchovným posláním otcovým*. Otcova přítomnost má v dítěti hned v prvních letech života probouzet vědomí povinnosti, vědomí hranic jeho nároků, vědomí odříkání, vědomí životního řádu. Otcova láska k dítěti se vyvíjí proto pomaleji a je také pomaleji opětována.

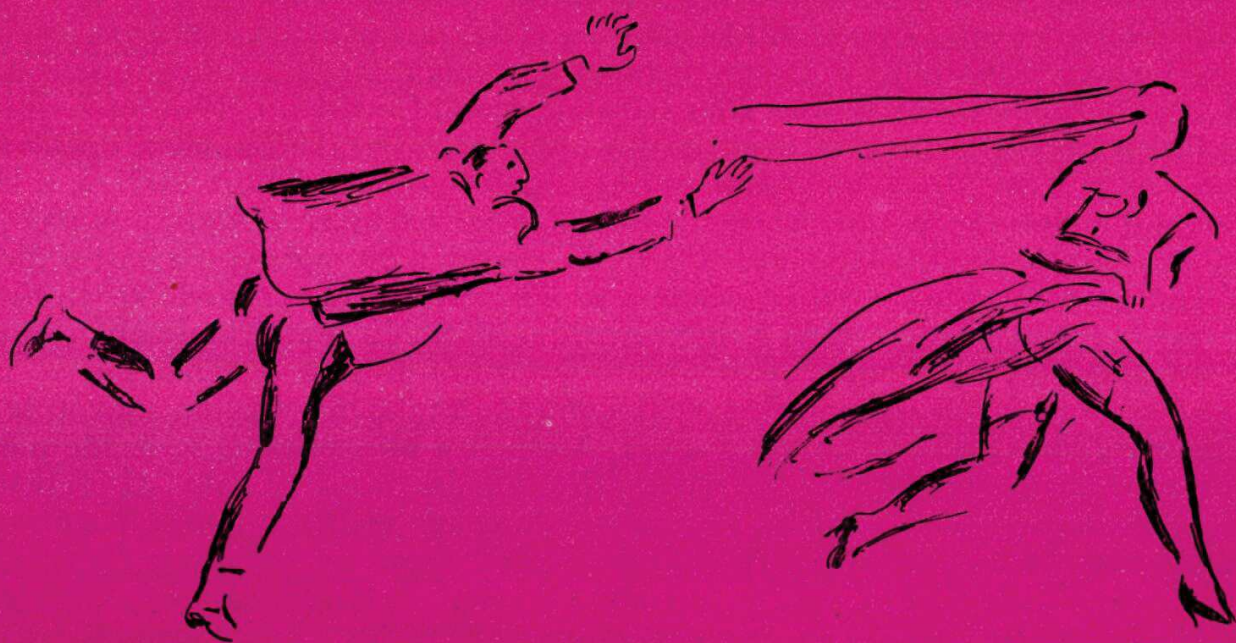
Nuže, to je další přirozený zákon rodinné společnosti: dva lidé, kteří se z lásky k sobě spojí a kteří chtějí vidět zázračné pokračování své lásky v dítěti, jsou pak jeho společnými vychovateli, i když každý z nich ve výchově hraje svou zvláštní úlohu. Tam, kde jeden z rodičů chybí, přesouvá se jeho povinnost na zbylého. Je to tím těžší, čím byl vždy postoj rodičů k dítěti rozdílnější. Spojit mateřskou něhu s autoritou čeká pak otce, anebo tuto něhu s touto autoritou musí sloučit matka.

V rodině je rodičům poskytována veliká volnost a taková svoboda, s jakou se neshledáme v žádné jiné sociální organizaci. Alespoň v tom smyslu, že je zde možno mluvit a jednat opravdově, projevit názory, jež v jiném prostředí zakrývá přetvářka, anebo společenský ohled. Vědomí svobody vede někdy rodiče k jejímu zneužívání; a chybují, když si vyřizují své účty a neshody před dětmi na rodinném fóru.

Jestliže se správně zdůrazňuje, že pro děti z rozvedených manželství — když jeden z rodičů vhodně převezme i výchovné povinnosti druhého — není samotný rozvod tak těžký jako kritické období před ním, málo se zato zdůrazňují následky rodinných

neshod pro budoucí manželství dětí. Každé manželství souvisí s předobrazem, který mu poskytl příklad rodičů. Vzpomeňme jen na vyprávění našeho klienta, který se váhal oženit nejen proto, že nechtěl opustit svou svobodnou sestru, nýbrž i pro špatný příklad, který mu manželství jeho rodičů poskytlo.

Videňský psychiatr Hoff popisuje neurózu mladé ženy, která se měla vdávat a v posledním okamžiku utekla nastávajícímu ženichovi od svatebního obřadu. Byla v ní sice touha sňatkem se zabezpečit a založit rodinu, avšak bylo v ní také „iracionální nutkání“ od tohoto úmyslu upustit. Rozpor mezi „chci“ a „nechci“ je podle Hoffa pro neurózu typický. Ukázalo se, že mladá žena zažila trpké dětství s rodiči, kteří spolu byli jako manželé velmi nešťastní.



Rodinná harmonie, pečlivé zvážení výchovných opatření a ctnosti společného života mohou také na nejmenší míru snížit nebezpečí, které ze zvláštních, téměř fyziologických příčin se rozprostírá kolem *problému generačního*; mluvím o osudných roztržkách mezi „vzpurnými“ dětmi a „zklamanými“ rodiči — a jak ukazuje případ Vojtěchův, nelze se o nich nezmínit, neboť to pak znamená zavírat oči před skutečností.

Podle slov Jany prožíval její bratr všechnu péči v rodině jako tísnící, nudné a „přežilé“ omezování jeho vlastních představ a nadějí. Teď nepochybujeme, že se mýlil; nepochybuje o tom — naštěstí — ani on sám. Ale proč je tedy tento úkaz tak obecný? Proč se objevuje i v rodinách, jež v žádném případě nemůžeme podezírat ze špatné péče o děti?

Souvisí to s povahovými změnami, s přirozenou touhou po samostatnosti a nezávislosti, která se v těchto nevděčných a „tragických“ letech, zahrnujících dospívání, u dětí objevuje. *Pevně zakotvený řád rodiny, který stanovili rodiče a vštěpovali jej dětem, připadne dětem náhle „strnulý“ a „přežilý“ a popouzí proti sobě jejich revoltu, znovu a znovu přicházející s každou novou generací.*

„Každá rodina v sobě tají vnitřní, speciální nudu, která pudí k úteku všechny její členy, pokud v nich zbývá trocha života. Avšak ona má též jednu antickou, mocnou ctnost, spočívající ve shromažďování členů u večerního stolu, v jejich snaze být vůči sobě takovými, jací jsou.“

(Paul Valéry)

Každá rodina plodí tyto dvě síly. Je to tkáň velmi jemná, jak už jsme konstatovali, a zároveň velmi složitá. Představuje touhu člověka po intimním společenství, onu „antickou mocnou ctnost“, ale i zvláštní „vnitřní nudu“, ba co více — někdy i prostředí nedychatelné a plné střetnutí, z něhož dítě dříve či později hledá únik.

Rozpory mezi rodiči a dětmi se staly námětem nesčetných románových podobností. Tak třeba v Balzacově *Otci Goriotovi* je rodinná atmosféra vylíčena v bezmezném a téměř nesmyslném lpění otce na dcerách, ale též v jejich chladné krutosti k němu. V *Evženu Grandetově* spatříme zase útisk, jemuž jsou od otce vystaveny žena a dcera.

U Franze Kafky, dnes snad nejdiskutovanějšího spisovatele moderní doby, se často zrcadlí podivně mdlý a pasivně revoltující poměr syna k otci (ne bez autobiografických souvislostí), markantně například v povídce *Ortel*. Zde postava nemocného otce, přese všechnu svou bezmocnost, ztělesňuje síly, jež popouzejí synovskou vzpouru proti ní, revoltu však zcela marnou a neuskutečnitelnou. A tento podivný vztah Kafka vylíčil také přímo, sugestivní formou *Dopisu otci*:

„Připouštím — píše zde autor — žes byl vůči mně kupodivu často vsutku v právu, v řeči se to rozumělo samo sebou, vždyť jsme spolu sotva hovořili, ale i ve skutečnosti. Avšak ani to nebylo nic zvlášť nepochopitelného. Byl jsem přece v celém svém myšlení tísněn Tvým silným vlivem, také v myšlení, jež se nesrovnávalo s Tvým, a v tom obzvláště. Všechny ty myšlenky, zdánlivě na Tobě nezávislé, byly od počátku zatíženy Tvým znevažujícím soudem; snášet to, než se myšlenka úplně a trvale uskuteční, bylo téměř nemožné... Stačilo, abych se z čehokoliv radoval, aby mě to plně zaujalo, abych přišel domů a vyslovil to, a Ty sis v odpověď ironicky povzdechl, zavrtěl jsi hlavou, zabubnoval prsty na stůl: Taky už jsem viděl hezčí věci... ..že Tě Tvá zcela odlišná povaha nutila, abys neustále a zásadně působil dítěti taková zklamání...“

Aniž to jistě zamýšlel, pražský spisovatel tak umělecky vlastně vyjádřil myšlenky Freudovy psychoanalýzy, že mezi rodinnými členy, zejména mezi synem a otcem a matkou a dcerou, se objevují určitá napětí. Psychoanalýza mluví o tzv. „*oidipském komplexu*“, který je základní její formulí pro vyjádření rodinných vztahů a jejich sexuálního pozadí.

Na základě starořeckého mýtu o královském synu Oidipovi, který ze žárlivosti zabije svého otce a dopustí se krvesmilstva se svou matkou, promítl Freud toto drastické řešení do moderní rodiny a určil je tam jako vztah základní. *Oidipským komplexem* trpí synové ztotožňující se

se svou matkou a pociťující nepřátelský vztah k otci. U dívek je tomu obráceně (tzv. *komplex Elektrín*).

Mezi třetím a pátým rokem věku ocitá se prý dítě k jednomu z rodičů ve vztahu sexuální (!), soustřeďujíc se na erotická přání. Když se ukáže jejich nesplnitelnost, asi kolem sedmého roku, uvolňuje se tato sexuální vazba na rodiče a mění se na pouhé „něžné city“ k nim. Nastává doba sexuálního odpírání. Erotické touhy k rodičům se vrací znovu v pubertě, ale osobnost dítěte je už tak silná, že odvrhne krvesmilné představy a přesouvá erotiku z rodiče na jinou, cizí osobu, při čemž současně probíhá i uvolnění v napjatém vztahu k druhému rodiči.

Odmyslíme-li si to, co psychoanalytici přičítají pouhému sexuálnímu vztahu jakožto základu veškerého soužití, popřeme-li tedy poučku, že člověk zůstal dosud na živočišné úrovni, když základ jeho života je pudový — přesto musíme přiznat, že na této psychoanalytické teorii jako vždy je určité zrunko pravdy, pro které se stala tak přitažlivou. Často se v rodině skutečně vytvářejí taková napětí i taková spojení. Jsme svědky, že muži kladou požadavky na své manželky z přetrvávajících hledisek a nároků, jež měli na svou matku. A zejména po smrti otcově se stává vztah mezi matkou a synem ještě vřelejším, ještě krásnějším a ještě více pak ovlivňuje i synův přístup k jiným ženám.

Ve vlastním manželství se synovi vracejí vzpomínky z dětského světa štěstí. Hledaje štěstí u ženy, nenalézá je. Zapomněl, že štěstí a spokojenost mají nekonečné množství podob a že mají vždy nové tvářnosti. Zapomněl hledat to nové a brání se opustit svět, který je opředěn závojem klamných vzpomínek. A také matka, při svém stáří většinou konzervativní, se nesnáší dosti dobře s myšlenkou, že její „malý bůh“ patří teď jiné ženě. Vznikají obligátní rozpory mezi tchyní a snachou. Zaníceně a vášnivě popisují tuto tragickou příchuť rodinných vztahů umělci, kterým byla matka vším (Stendhal, D. H. Lawrence aj.).

To je však — v jistém smyslu — únik ze života, to je i nepřátelské životu. Nemá to jiný smysl než klamný a z hlediska přítomnosti už bezcenný. Uvědomujeme si přitom, že i citové vztahy prodělávají vývoj? Nikoliv snad jen ve změnách a střídáním milovaných objektů, ale hlavně ve smyslu rozlišení a odstínění naší lásky. Syn k matce i v padesáti cítí podobnou něhu jako ve svém dětství, ale je to láska už s přílivem

nových nároků a jiných povinností. A mluvím tu zejména o synovi a matce — ne snad, že bych chtěl hájit existenci oidipského komplexu — ale všimněte si, že i Jana ve svém deníku „na chvíli“ žárlila na svého staršího bratra, který byl matčiným miláčkem. Neboť tento vztah matky a syna i jeho proměna v době, kdy syn zakládá svoji vlastní rodinu a věnuje lásku své ženě, představují v jistém smyslu tragický rozpor, tragicky pocítovaný vývoj.

Přes veškerou intimitu a vnitřní vymezenost nezůstává rodina nikdy před ostatním světem hermeticky uzavřena. (Bylo by také chybou, kdyby o to usilovala.) Rodina je součástí větších společenských celků a dotýkájí se jí i situace zevního světa, kde neplatí už dobrovolné a dobrotivé zákony, ani se už nesetkáváme zde s takovým pochopením a vroucností ve vzájemných vztazích. Také rodina a její členové žijí v „cizím světě“. Roli zprostředkovatele s tímto cizím světem bere na sebe většinou *otec*, rozhodně více než matka. *Pro děti je otcova osobnost představitelkou vnějšího světa, zatímco matka představitelkou světa nejintimnějšího.* V otcových rukách se dočasně nalézá klíč ode dveří, za nimiž nedočkavě někdy a netrpělivě děti čekají. Je-li toto čekání příliš netrpělivé, je-li volání světa za dveřmi příliš vtíravé a silné, je-li konečně otcova síla, s níž třímá klíče, příliš nápadná — nemůže to neprobudit v synově postoji možnosti vzpoury. Není ve většině případů namířena ani tak proti osobnosti otcově, jako spíš proti roli, již otec v rodině účelně a svědomitě dosud zastával.

Pak přirozené a zákonité rozdělení původního rodinného organismu odchodem dětí do života není mezi otcem a dětmi tak tragicky pocítováno jako ve vztahu mezi dětmi a matkou. S odlukou od otce se děti smiřují daleko snáze, ačkoliv — na druhé straně — naznačili jsme už také zvláštní vztah, který v rodině k otci zaujímá dcera; u ní dochází také k „přenosu“ otcovského ideálu na muže, jehož si vyvolila a jenž se jí přesto zdá ve srovnání s otcem méně dobrý a méně významný. Souvisí to však s *idolizací velkých vzorů*, která je nám všem vlastní a která ovlivňuje naše představy a myšlenky. Proto jsou manželé dcer významných a úspěšných otců na tyto obecně se projevující představy a myšlenky mnohem méně citliví a nevadí jim, pokud jejich manželky splňují jejich vlastní představy o ženách a matkách.

Konečně — jak se projevuje vztah mezi dvěma ženami dvou generací v rodině, mezi matkou a dcerou? Zde se také vyvíjí určité nebezpečí, zejména u mladých

matek. Kromě obvyklého porozumění a nerozlučného přátelství se totiž mezi matkou a dcerou může objevit něco jako *soupeřství dvou žen*. Ale takový vztah měl už jistě své neblahé předznamenání, neboť nemůže nikdy vzniknout ze skutečné mateřské lásky. Matčina žárlivost, bázeň před stárnutím, smutek nad ztrátou půvabu, anebo zase dceřina závist nad matčinými výhodami materiálními a společenskými dávají tušit povrchní, ne-li macešský poměr v minulosti. Takové pocity by měly z rodiny už navždy vymizet, protože nejsou ospravedlnitelné žádnými omluvami, ani sociálními, ani psychologickými. Není těžké je v sobě potlačit. Není těžké se naučit přijímat nevýhody stáří i pochopit „nevýhody“ mládí; je to konec konců úděl, jemuž se dobrovolně a spokojeně podrobují většina matek i dcer.

Pokud se týče vzpoury dětí a jejich nevděku k rodičům, nepomohla je odstranit dosud žádná morálka. Hlásání morálky se zejména u dospívajících míjí s účinkem, je to období romanticky laděné, nepřátelské proti všem pravidlům a receptům. Téměř pro všechny z nás to byla „tragická léta“. Ale to neznámá, že se tu opouští hlediska *morální výchovy*, že tu mají rodiče rezignovat na možnost etického působení; přesto však ne bez rozvahy posuzujeme i názory, že by svá „nevděčná léta“ měly děti prožívat mimo rodinný kruh, ve školních nebo pracovních internátech, pečlivě a psychologicky správně vedených. Jejich návrat k tomu, co navěky bude symbolizovat pro nás lásku a štěstí — ke krbu rodiny, by byl vždy vroucnější a byl by i více oceňován jimi samými; vzpomeňme na případ Vojtěchův.

Můžeme se spokojit tedy s faktem, že u většiny z nás zvítězila ona „antická ctnost“ a touha po intimním společenství nad „vnitřní rodinnou nudou“ i nad vlastními pocity rozvratu. Ale musíme také uvážit, že „rady stáří jsou jako paprsky zimního slunce; osvětlují, ale nehřejí“, jak řekl Vauvenargues. Odchod z rodiny našeho dětství znamená pro nás proměnu celého světa, ale to neznámá, že starý svět rodiny se z nás úplně vytratil. Jeho vlivy poznamenávají celý život. *Bude-li rodinné prostředí citlivé a harmonické a bude-li otevřeno všem podnětům ze světa, který čeká přede dveřmi, nepřestane se k němu bytostně vracet i v nejhezčích vzpomínkách. Stane se pak také závazkem a ideálem pro novou, stejně šťastnou a stejně harmonickou rodinu, kterou sami založíme.*

Co je to PŘÁTELSTVÍ?

(Magda), 3. listopadu 1961

Teď mi už nic nebrání vrátit se k otázce, kterou jsem si před časem dávala, a zdá se, že marně. Kteří z lidí, jež mě obklopují, jsou mi nejbližší a nejdražší, kteří jsou mými nejlepšími přáteli? Čím dál víc si uvědomuji, že tato otázka nenalezne jednoduchou odpověď. Martu znám už tak dlouho a přece mě zklamala ve vztahu k Milanovi. Divím se, jak je to možné — ale na druhé straně ji musím omlouvat. Při tom všem, co o mně napovídala Milanovi, aby ho definitivně získala na svou stranu, byla mi nejbližší právě v těch těžkých dnech, kdy mi umřela maminka. Jak ji mohu nenávidět? Smiřuje mne to. Snad měla Milana radši než já. A Věra, která se ke mně chovala vždycky tak laskavě a které si právě pro její ohledy stále vážím, nenašla pro mne tehdy ani slůvka a zdálo se, jako že se mi vyhýbá. Ale nebylo to snad jen z přirozeného taktu, anebo nechtěla mne snad rušit v prvních vzpomínkách? Jak je to těžké posoudit! Víím však, že se spoustou svých známých, ať už se někdy naše vztahy třeba drobně pokřivily (možná i mou vinou), mám pocit, že mi rozumějí a hlavně — že i já jim rozumím. O některých lidech bych snad mohla říci, že jsou mi nesympatičtí, dokonce v jednom či ve dvou případech mohu mluvit o nenávisti, ale rozlišovat mezi přáteli — není to věc nadmíru těžká? Byť by mi byl každý z nich jinak sympatický?

A tak Magda — i kdyby chtěla být spravedlivá — nemůže být ve stejném vztahu k Martě i k Věře, ačkoliv obě tvoří její nejdůvěrnější společnost. Ani subjektivní touha po rovnováze v citovém přínosu k druhým nepomáhá; vždyť i tvrzení malých dětí, že mají rády „maminku stejně jako tatínka“ je jenom iluzí.

Každý z tvých přátel, Magdo, je ti „jinak sympatický“ a rozlišovat mezi nimi je „věc náramně těžká“. Ano, společnost blízkých si lidí trochu připomíná neustále se měnící a proudící roztok, do něhož čas od času přikapává barevná látka, která se v něm nejrůzněji rozplývá, usazuje, vstřebává. Každé barevné kapce je možno přiřkládat vždy jinou hodnotu našeho vztahu ke společenskému okolí. Ty společenské vztahy, jež ve stupnici s různými odstíny můžeme označit převážně jako kladné, pozitivní a plodné, představují především vztahy *rodinné*, dále vztahy *milostné* a konečně vztahy *přátelské*. Každý z nich má jiný zdroj a jiný průběh (jimi se projevuje osobní náklonnost), tu živen více těmi a tam jinými duševními vlivy a činiteli.

Základem mateřské lásky je pud. Na její zdroje se nepotřebujeme tázat, rodí se zároveň s dítětem. I láska mezi mužem a ženou má v sobě hodně pudového, nevyzpytatelného. Ale zamysleme se — spolu s Magdou — nad vztahem zcela odlišným, v němž nad pudem převládá vědomí, i když je často ovlivňováno nesdělitelným citem. Tímto vztahem je *přátelství*.

Z okruhu našich známých jen málokoho povyšujeme do významného stavu svých přátel. Říká se, že málo přátel obstojí ve zkoušce těžkých dní. Naše přátelství si totiž zasluhují jenom ti, kteří také nás přijímají s pocitem největší sympatie. To je nutná reciprocita přátelského vztahu.

„Málo přátel... obstojí ve zkoušce našich prožívaných dnů. Nejmilovnější zrazují, už je nepoznáváme. Byli to druhové lehkých chvíl. Nápor vichřice je odnáší, rostliny s mělkými kořeny, které vyrve poryv větru, zůstávají toliko duše s hlubokými kořeny.“

(Romain Rolland)

Bezpochyby je přátelství velmi silným poutem, kromě vztahů milostných a rodinných poutem nejsilnějším. Ale ani to není u každého z nás vždycky stejně silné. *Jedni jsou schopnější budovat přátelství než druzí.* Někdo navazuje okamžitá přátelství a brzy je ruší, někdo zase je ve vyhledávání svých kamarádů daleko váhavější a opatrnější. Ne nadarmo je přátelství pojímáno někdy jako křehká květina, vyrůstající pomalu z půdy, která by jiný vztah, například lásku, dávno zadusila. Pomalu vyrůstá, neboť většinou jen pomalu se rodí nová pochopení. Někdy však přichází přátelství i bleskově, jako láska na první pohled; žádné okolnosti se nezdají rušit jeho vznik, stačí drobná poznámka, malý čin, úsměv a gesto, abychom náhle pochopili spřízněného člověka. Čím si to vysvětlit? Především *povahou každého jednotlivce.*

Vztah dvou lidí vychází vždy z obou psychických podstat, z obou jeho povahových hranic. Vodivé pole, které se mezi nimi vytváří, je ohraničeno dvěma různými povahami a osobnostmi. Člověk společensky odvážný, v chování rutinovaný a extenzivní má mnoho přátel a je všude vítán jako dobrý společník. Jeho „vodivé pole“ je na konci značně široké. Dokonce mohou být jeho přáteli i docela rozdílní lidé, různící se ve svých názorech a ve svých zájmech, někdy i vzájemní odpůrci a nevdí mu to, neboť dokáže silou své přizpůsobovací schopnosti, silou nápodoby nebo konečně i silou své autority vhodně pro určitou situaci spojit různé i protikladné postoje svých přátel. Abychom si však rozuměli — nemám vůbec na mysli bezcharakterní oportunisty, kteří se vtírají do přízně nejrůznějších lidí i nejrůznějších názorů. *Jde spíše o lidi kladného charakteru, o lidi vnitřně bohaté, se širokým rejstříkem zájmů a názorů, o ty, kteří shledávají různorodou společnost nanejvýš zajímavou a třeba i nanejvýš podnětnou pro získávání životních zkušeností.*

Kdybychom chtěli sáhnout k velkému příkladu z naší doby, v němž se harmonicky střetly touhy poznávat a přátelit se s nejrůznějšími lidmi, nesměli bychom opomenout básníka Vítězslava Nezvala. Ze svědectví mnohých lidí, svázaných s českou moderní socialistickou kulturou, i z vlastních jeho zповědí literárních se zřetelně přesvědčujeme o jeho široké a košaté osobnosti, tak bohaté na častá a vroucí přátelství.

„Vlak se dal do pohybu. Znovu a znovu jsem cítil ve svých rukou ruce svých přátel. Znovu a znovu jsem byl ujišťován jejich vzdalujícíma se očima, že nejsem sám, že se nemusím pokládat za osamocena. Mával jsem šátkem. Mával jsem všem těmto drahým bytostem, které přišly, aby mně ulehčily hvězdami svého srdce okamžik odjezdu z města, kde jsem nechal kus srdce. A představil jsem si oči přítele, které tu chyběly, které patrně právě v této chvíli viděly ve spánku některé z těch zázračných dobrodružství, jimiž je sen milosrdný i k nemocným, i k umírajícím. Posílal jsem těmto očím pozdrav z kupé, které se nyní podobalo ulici ‚Git-le-Coeur‘.“

Myslím, že takové široké „vodivé pole“ přátelství vychází z humánní zásady, že *téměř každý člověk zaslouží naši úcty*. Úcta k druhému vždycky předchází přátelský vztah. Neznamená to ovšem, že bychom takovou úctou dokázali projevit jenom člověku, u něhož nevidíme žádné omyly, žádné chyby. Snad právě tehdy, když jsme vedeni rozumovou úvahou, že též sami jsme chybující, mohou drobné zápory a vady našeho společníka i utužit naše city k němu. Rozumem se propracováváme k srdci. V naprosté dokonalosti, kterou připustíme konec konců jenom teoreticky, by bylo něco nadlidského i nelidského, co by těžko vzbuzovalo naše sympatie, ale spíše pocity poníženosti a méněcennosti.

Opakuji: *přátelství, přestože ovlivňované nesdělitelnými city, buduje se na zralé a vědomé úvaze*. Tvoje přítelkyně, Magdo, jak vysvítá z tvého deníku, jsou lidé docela odlišného typu. Marta se zdá být energická a aktivní, Věra zas mírná, laskavá a trochu bázlivá. A přece k nim zaujímáš spravedlivý a sympatický postoj a — podle svých slov — i oběma rozumíš. To je výsledek moudré úvahy i rozhodnutí nedat se unést okamžitou náladou. *Přátelství spočívá na pochopení* a je tedy správné, hledáš-li u Marty i Věry ono „porozumění“, které je zárukou vašeho vztahu.

Možná, že v životě jsme zaujali k někomu záporný postoj, aniž jsme bez předsudků a kriticky zvážili, *zda nejsme k němu přísnější než k sobě a zda jsme náš vzájemný poměr nepokazili nakonec vlastním přičiněním*. To by nebylo správné. Magda, jak vidět, zvolila jinou cestu, cestu správnější a spravedlivější, cestu sebekritiky a rozvahy.

Avšak rozumové chápání volby a vztahu přátelství někdy a u někoho může přejít i v sobeckou kalkulaci. Co je však blízké jakémukoliv prospěchářství, je z přátelství samozřejmě vyloučeno, a to ještě rozhodněji než případně neuvážená citová rozhodnutí. Dva přátelé si vždycky vyhovují, pomáhají, ulehčují práci, úkoly, život. Vzájemná pomoc je tu vždy nezištná. V pustém prospěchářství ničíme však úctu k sobě i úctu, již bychom měli chovat k přátelům. Kdyby Magda vážila činy svých přítelkyň na pouhých výhodách, nemohla by jistě dojít k moudrému a hlavně morálnímu rozhodnutí. V rozvaze o přátelství není místa pro počtářské sloupce cifer „má dáti“ nebo „dal“.

Nyní však: Lze vůbec nějak seřadit alespoň nejprostší důvody, jež naše přátelství ničí? Můžeme Magdě poradit, čeho se má držet při přátelských vztazích k jedněm a při prostém společenském kontaktu s druhými?

Alespoň důvody opravdu nejzávažnější:


Přátelství kazí každá nediskrétnost. Mezi přáteli existují drobná tajemství, soukromá přání a tužby, které se sdílejí jen ve dvou či ve třech. Mezi svými. Za důvod k přátelství považujeme i to, že vzniká z pradávne lidské touhy rozdělovat své bytosti, přenášet city a myšlenky ze sebe ke druhému, sdělovat se. Od pradávna touží člověk rozdílet nejen své vnější statky, ale i svůj vnitřní svět osobám, jež jsou mu nejmilější. Prozrazení těchto malých tajemství je zároveň zradou na přátelství. Neboť nevíme, zda je naši známí pochopí vždy tak, jak to očekával přítel od nás.


Jiný druh nediskrétnosti, nedůstojný přítel, spočívá i v tom, když nám blízké osoby donášejí pravdu či ještě spíše nepravdu o nás řečenou, aby nás zarmoutili či popudili proti jiným. Z přehrad, jež vytvářejí klepy a pomluvy, ostré a nepřesně adresované výtky a nepochopení, nevznikají přátelské okruhy, nýbrž kliky a skupinky navzájem těžící ze slabosti druhých. Každý, i kritický společenský postoj by měl spočívat na lidském pochopení a taktu, natož pak postoj přátelský. Nelze zachovávat ani mezi přáteli mlčení o chybách a omylech druhého, ba právě mezi přáteli ne. Tyto chyby si však vyčítejme sami mezi sebou (pokud ovšem nepřerostou rámeček úzkého osobního kontaktu), aniž by z toho druhý, který nám není tak blízký, měl podivné zadostiučinění, že narušil náš vztah a získal z něho pro sebe pochybné společenské výhody.


Když se mluví o věrnosti v přátelství, není to jenom vnější označení. Věrnost někomu


di v on v mudi?


prokazujeme řečí a postojem právě v situacích, při nichž naši přátelé účastni nejsou, v okruhu lidí, kde jsou neoblíbeni, kde je jim zatěžko bránit se. Na chyby a omyly našich nejbližších upozorňujeme především je samé, nikoliv společnost, která je mezi sebe nepřijala.


 Netajíš přede mnou své nejvlastnější názory a nepřizpůsobuješ je okamžiku strávenému v mé společnosti, abys je za chvíli zavrhl?


 Dovedeš chápat mé chyby, odpouštět, pomáhat mi odstranit je zcela nezištně a přitom mít na paměti mé dobré vlastnosti?

 Chováš ke mně úctu pro to, jaký jsem i jaký bych mohl být?

 Jsi ke mně nezištný a pokládáš svou pomoc za samozřejmou?

 Zachováváš mnou svěřená tajemství?

 Jsi rád v mé společnosti jako já ve tvé?

 Dovedeš mne za všech okolností obhájit proti pomluvám, jako to já dovedu udělat pro tebe?

ANO. Pak jsi skutečným mým přítelem. Přátelství se podobá přísaze, která obsahuje tyto a ještě jiné zákony věrnosti, pochopení, nezištnosti a úcty.

JE VÁŠ ŽIVOT BEZ PŘÁTELSTVÍ?

(Miloš), 14. ledna 1959.

Když jsme opouštěli školní lavice, zněla mi v uších slova mé poslední kompozice: Ať nás nikdy neopustí onen kouzelný kruh přátelství, do kterého nás uzavřela škola! Ať nás provází celým dalším životem! — A při těchto slovech jsem si častokrát vzpomněl na Jindru... Jeho osud, a znám ho dlouho, neboť jsem s ním chodil téměř čtyři roky do jedné třídy, mne dojímá. Připomínal mi zamřížované a žalostné zrcadlo. Právě tak asi jako jsou lidé, kteří nedokážou milovat, tak asi se najdou jednotlivci, kteří neuzavírají žádná přátelství. A mezi tyto nešťastné lidi Jindra patřil. Je to snad tím, že nikdy nepoznal domov, rodičovskou lásku a že neustále žil mezi cizími a nepřátelskými lidmi, že od dětství musel projevovat samé ústupky druhým? Marně jsem se s ním po celou dobu snažil spřátelit. Jako by mu každé sblížení s druhým, sotva jen dal trochu nahlédnout do svých myšlenek a do svých přání, říkalo: Pozor, nepřítel! Co proti mně má? Co proti mně zase nastražil? Jak se mám bránit? — Copak není tohle, co Jindra prožíval, dostatečně žalostný osud?

Vzájemná blízkost ve smyslu místním, například spolupráce na jednom pracovišti, sousedství nebo spolužáctví, neznamena ještě samozřejmě vzájemnou blízkost ve smyslu psychologickém. Milošův spolužák, i když s ním chodil čtyři roky do jedné třídy, nebyl proto ještě jeho přítelem. Tento zatrpklý a osudem poznamenaný člověk nedovedl navázat přátelství ani tehdy, když se dopracoval významného společenského postavení, jež mu poskytovalo příležitosti ve společenském i psychologickém smyslu. Proč? Nenašel už v sobě dostatek energie a odvahy, aby přebudoval svůj dřívější „ochranný životní postoj“, jak si na něj navykl ve svém smutném dětství, nenašel sílu, aby se vymkl z podezíravosti a ostražitosti i vůči svým kolegům a spolupracovníkům. Připadá nám to někdy jako posunuté za hranice lidského soužití,

jako zručně znetvořený příklad darwinovského pojetí životního boje, když namísto přátelských vztahů si člověk buduje postoje ostražitosti a bázně vůči svým bližním. Avšak Milošovo svědectví (a možná svědectví každého z vás) může potvrdit, že je to bohužel i skutečné.

Miloše by však jistě zajímalo, proč právě Jindra byl takový. Netvrdím, že je možno vždycky bezpečně určit příčiny a motivy lidského chování; možno však upozornit na jejich základní předpoklady. A budeme-li znát základní příčiny, budeme vědět, kde začít s léčením takové zvláštní společenské nemoci, již je nedůvěra a bázlivost.

Tady se znovu ocitneme u zjištění, že každá předchozí fáze lidského života — a dětství zejména — je pro lidské postoje a sociální vztahy jednotlivce rozhodující i v dospělém věku. Obraz člověka, který rozumí životu a naučil se života citově využívat, má jakousi svou soukromou předmluvu, logický pretext a předchozí souvislosti: lidé, kteří své dětství prožili v rodinném kruhu nebo vůbec v laskavém prostředí a jejichž výchova byla harmonická, citová a otevřená, neuzavírají se nikdy před ostatními, a dokonce ani zklamání ve společenských vztazích je neodrazuje od vyhledávání dalších a nejrůznějších přátel. Podobně to bývá i s jejich duševním zdravím; u lidí, v dětství vychovávaných harmonicky a s láskou, nalezneme daleko méně neurotických příznaků, než u jedinců pocházejících z narušeného výchovného prostředí.

Vznik a trvání přátelských vztahů se podrobují vždy také určitým vnějším vlivům, možno téměř říci — nátlaku z vnějška, podnětům vydražďujícím přirozeně lidský společenský smysl, přirozené sociální potřeby. Proto celkem všeobecně platí, že ku sblížení lidí až po přátelské vztahy dochází nejčastěji při společném úkolu a na společné práci. Každé prostředí, v němž převládají zájmy mimoosobní, společenské a navíc zaměřované jedním a jednotným směrem, například tedy prostředí pracovní, skrývá v sobě podmínky takového „nátlaku“. Ze spolupracovníků se stávají přátelé. Máme jedinečný příklad ve vztahu Marxe a Engelse. Kdyby si Jindru získal Miloš nejdříve spoluprací, společným učením, pravděpodobně by nutnost jednotných zájmů při zvládnání úkolů podnítila i jeho přirozený společenský smysl, přes všechny zábrany skryté v jeho osobnosti, a oba chlapce by sblížila. Jestliže Miloš však v touze sprátnit se útočil nejprve na Jindrovo soukromí, nemohl se tento jeho přístup k získání nedůvěřivého člověka setkat s úspěchem.

*1. důležitá a nejzákladnější příčinná podmínka
v praxi mezi kolektivními skupinami a jednotlivci.

Jiné podněty k navazování důvěrných styků poskytují situace, které jsou pocíťovány jako obtížné nebo i tragické. Přátelství vzniká často v boji — nebo ve vězení, v nemocnici nebo při jakémkoliv životním ztroskotání obou partnerů. Lidé dříve si naprosto cizí, kteří prodělali bok po boku křest ohněm, dokáží ve válce obětovat za druhého i svůj život. Vězňům nacistických žalářů připadlo samozřejmě, že se dělili o poslední skývu chleba a o poslední cigaretu. Maně si vzpomínám na italský film s Vittoriem De Sicou *Generál della Rovere*, kde se velmi názorně ukazuje, jak z člověka sobeckého a neschopného kladného sociálního kontaktu, šmelináře a příživníka, obohacujícího se na úkor obětí režimu, stává se vlivem obtížné situace v nacistickém vězení, kde se nakonec ocitne, člověk úplně jiný, povahově kladný a soucítící se svými druhy a se vším lidským.

Stupnice přátelských či nepřátelských poměrů ve společnosti má určitou podobu s tónickou stupnicí klavíru. Také zde mohou vzdálené tóny, například oktáva, vyznít harmonicky a na druhé straně tóny si blízké, jako je sekunda, znějí v disonanci. Lidé se mohou cítit přáteli i na dvou různých koncích světa a třeba vedle sebe se mohou nenávidět. Každá blízkost, každé přátelství však předpokládá předcházející možnosti sblížení a tak základní rovnice vzájemných vztahů zní: *Kontakt a sympatie jsou souběžné veličiny, neboť narůstání jedné má za následek i přírůstek druhé.*

Blízkost přítele odstraňuje tíživý pocit samoty, který nás mnohdy přepadá i uprostřed civilizace a kultury, uprostřed všech těch mikrofonů, televizorů, tlampačů a telefonů, jež k nám mluví v tisíci hlasech. Byť by byly sebesugestivnější, nenahradí osobní důvěrný styk. Nenahradí sdělení informací nejdůvěrnějších, nejdůvěrnějších strastí i radostí, které vzájemně pěstují nejbližší přátelé.

Sdělená bolest — poloviční bolest. Sdělená radost — dvojnásobná radost. *Přátelství má duševně hygienický význam, léčí neduhy osamělého člověka.*

Jsou však i jiné situace a jiné vztahy, v nichž člověk společné radosti a strasti ještě intenzívněji prožívá. Jsou situace — ale tak už nadepíšeme další kapitolku: —

KDY
ČLOVĚK
OPRAVDU
NENÍ
SÁM...



Stalo se to, aniž by snad kdokoliv z nás dvou to čekal. Přišlo to znenadání jako letní bouřka, jako telegrafická depeše, že prožiju něco, čemu ostatní říkali vždy „štěstí“, jako přival teplé vlny odkudsi z jihu. A přece už dávno předtím se to v nás obou muselo chystat a uzrávalo to až do té chvíle, kdy tenkrát na letním karnevalu jsme stáli blízko sebe a Miloš mne začal líbat. Najednou, znenadání jsem poznala, že k Milošovi cítím něco víc, než je pouhé přátelství. Zatočila se mi hlava — ano, byl to přímo fyzický pocit, na

(Jana), 19. května 1959

který si dobře pamatují. V duchu jsem později odpouštěla i příběhům z laciných románů, v nichž hrdinka v mužově náručí prožívá podivně sladkou a zároveň mučivou chvíli. Miloš stál u mně a řekl, že mne miluje, a já jsem byla opravdu šťastná, jak člověk v devatenácti dovede asi být, a cítila jsem, že ho také miluji, ale neřekla jsem to, protože jsem ani nemohla... Ale bylo to všechno tak samozřejmé, i všechno potom, kdy jsme se scházeli a kdy jsme se líbali i trýznili a hádali, až dodnes; a přemýšlela jsem často o tom všem a vím, že básníci mají pravdu, že všechno je pravda, co řekl Shakespeare a Dante a Puškin a Máchá. Zajímalo mne jen, jak se to stalo, že ona vzájemná touha, která se nás zmocnila, uzrála a změnila vztah, o němž jsem se možná — jaksi zevně — domnívala, že je pouze přátelstvím...

Prožíváš, Jano, pocity, které jsou známy miliónům lidí a které jsou v nich přítomné každodenně, odjakživa, včera, dnes, v tuto chvíli. Slovo, jež se snad nejčastěji ozývá nejen u básníků a umělců, ale u všech lidí (zejména mladých) na celém světě ve všech svých pádech a příbuzných výrazech je — *láska*. Ačkoliv právě toto slovo o několika málo písmenech nepředstavuje vždycky přesně totéž; má široký rozsah a množství významů. Mluvíme o „lásce mateřské“ a „synovské“, o „lásce k vlasti“ a „k věcem“, můžeme milovat svou práci a ctnosti a šaty, které nejraději nosíme.

Avšak — myslím — k nedorozumění zde dojít nemůže. To, co prožili a prožívají Jana s Milošem, je *láska*, — *vztah mezi mužem a ženou*, je to — abychom použili Janiných slov — „něco víc, než pouhé přátelství“, i když také tento vztah je společensky založen vždy na stejné nezištnosti, porozumění a čistotě jako přátelství. Podobně jako přátelství je láska nebo zamilovanost — chcete-li, sociálním vztahem. Vytváří *dvojici*, nejmenší společenskou jednotku, a pohybuje se tak i na *sociální úrovni*. Znovu se zde vytváří ono „vodivé pole“ citu a rozumu, ale řekli bychom sloučené ve zcela jiných poměrech a v jiném dávkování. Poměrně klidnou a vyrovnanou citovou atmosféru přátelství, volného střídání úvahou, nahrazuje láska mnohdy rozbou-

řenými vlnami citu, prudkými hnutími mysli, něčím, co rozumově ovlivňujeme zcela nepatrně a mnohdy jen okrajově.

„Svým začátkem se láska podobá lidské touze, neboť její předmět — věc nebo osoba — ji vzrušuje. Duše se cítí zjitřena, jemně v jednom bodu zraněna drážděním, jež k ní přichází od objektu. To dráždění má tedy dostředivý směr: přichází od objektu k nám. Milostný čin však začíná teprve po tomto vzrušení; lépe — podnícení. Skulinou, již otevřel podněcující šíp objektu, vytryskne láska a zaměří k němu: směřuje tedy opačným směrem k podnícení a každé touze. Jde od milujícího k milovanému — ode mne k jinému; směrem odstředivým.“

(Ortega Y Gasset)

Tehdy večer na letním karnevalu, kdesi na opuštěné cestě v parku, Miloš Janu objal a řekl, že ji miluje. Jana pak pocítila to, „čemu ostatní lidé říkají štěstí“. Zatočila se jí snad hlava, přijala toto Milošovo *vyznání* (kterým se uvádí milostný vztah vždycky, ať jde o vyznání slovy nebo činy), a skulinou jejího srdce se přelil k Milošovi pocit stejné *touhy*, odpověď stejného *zalíbení*. Vznikla mezi nimi láska.

Co rozhodlo, že se to stalo právě v tento okamžik a ne jindy, nevíme. Obecně tušíme jen některé vnější a situační podmínky, při nichž k vyznání dochází. (To vyznání pak oddělilo od sebe dva různé vztahy — Milošovo *přátelství* k Janě od Milošovy *lásky* k Janě.) Jestliže se předtím Miloš a Jana stýkali jako přátelé, jestliže předtím spolu hovořili ve škole, nebo v zaměstnání, nebo před kinem, na hřišti nebo na plovárně, ukázalo se, že toto prostředí nebylo tenkrát ještě příhodné k onomu vyznání; počátek lásky potřebuje zpravidla přiměřené prostředí k tomuto citu, jakousi romantickou kulisu, letní noc, květnový večer, opuštěnou cestičku v parku, nebo hudbu zaznívající do otevřeného okna, citové dojetí a stržení.

„Každá láska prochází etapami rozdílné teploty“, praví dále filosof prve už citovaný; a takovou teplotu nebo citovou atmosféru připravuje prostředí.

Je to všechno víc hezké než vidět!

Něco tak vznešeného, co prožívá mladý člověk v zamilování, se jen těžko může vyjádřit v prostředí, které city stlačuje a stísňuje. A tak — stručně řečeno — muž ženě poprvé nevyznává většinou lásku ani ve vlaku, ani v kuchyni u plotny, ani u psacího stolu, na němž rýsuje výkresy.

K zamilování dochází vlivem zcela jiných podnětů než při uzavírání přátelství; jsou to spíše podněty stojící mimo rozumovou úvahu; podkladem milostného vztahu, ať chceme či nechceme, je totiž pohlavní pud. Ten spolu s ostatními pudy, jako je pud rodičovský, sociální, sebezáchovy aj., tvoří v naší osobnosti tu součást duševna, kterou jsme zdělili a která je nám vrozena, bez zřetele na rozumový podklad. Neberte to jako striktně biologický pohled na člověka, brzy totiž přejdeme k dalším momentům, v nichž láska prospívá, ale — člověk je od pradávna (a vlastně už od své předlidské podoby) puzen k osobě druhého pohlaví, aby se s ní pohlavně čili sexuálně ukájel. Je to vrozený a biologický zákon. Někteří to jmenují „tělesnou žádostivostí“ a odsuzují vidět v ní podstatu lásky. Zajisté — sama tělesná žádostivost k lásce nestačí, avšak ani bez ní láska vlastně neexistuje, alespoň ne u mladých lidí.

Láska, milostné zanícení a zamilovanost se projevují touhou po duševním i tělesném splynutí s milovanou osobou. Jedno se neobejde bez druhého. Pouhá sexuální vášeň k vyjádření citu ovšem nestačí, ale též tzv. platonický vztah, který představuje lásku bez pohlavních projevů, je vlastně pro lásku okleštěním. A mluvíme-li nejprve o sexuální úrovni lásky, je to proto, že začínáme s tím, co je v člověku prvotní, biologické.

*Duševní úroveň lásky je ta nejdůležitější. V civilizované společnosti a u kulturních lidí je tato úroveň nekonečně širší a podstatnější než její — řekl bych — biologická základna. Miloš má rád Janu, protože k ní především cítí náklonnost ve smyslu psychologickém, povahovém, protože se s ní už asi předtím, než došlo k jeho vyznání, duševně sžil, protože našel zalíbení v její povaze, v jejích zájmech a sklonech, stejně jako v její tváři a postavě. Zalíbení v těchto věcech bude vždy rozhodující pro výběr, kterým se láska určuje.**

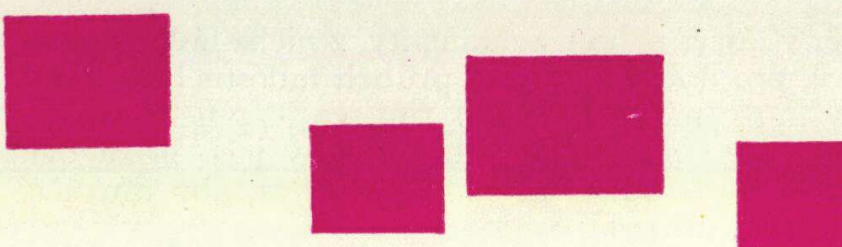
*) Psycholog H. Ellis se před lety pokusil stanovit, čím se řídí výběr (či volba partnera, -ky) u muže a čím u ženy. Na ženě muž oceňuje prý především půvab, pak smysl pro ženské povinnosti a teprve na třetí místo klade požadavky na inteligenci. Také pro ženu byla mužova inteligence — podle Ellisova zkoumání — druhotná. Žena prý nalézá zalíbení nejvíce v mužových povahových vlastnostech jako je energičnost, samostatnost a schopnost jednat. Tělesný půvab je prý rozhodující až jako třetí v pořadí.

Zajímavé je pak, jak tento výběr v lásce, nebo též momenty, z nichž láska vzniká, jsou rozhodující pro celý její vývoj, pro dobrý či špatný průběh milostného vztahu. Zde se kulturní člověk naší doby může náležitě utkat s tím, co je v něm pudové a mimovědomé. Chci dokonce říci, že to *musí* učinit, chce-li, aby jeho láska byla trvalejším vztahem, poutem, jímž se bude odlišovat od lásky zvířat, aby mu něco krásného a šťastného v duševním směru přinesla.


Poslyšte tedy „radu začínajícím milencům“:

Jestliže milostný cit vzplane pouze na základě tělesné žádostivosti, na základě čistě sexuální přitažlivosti a erotického zalíbení, není předpověď lásky dobrá. *Když však cítíme, že naši vyvolenou opravdu milujeme nejen proto, že bychom s ní chtěli eroticky žít, ale jinak, v psychickém smyslu slova, že se s ní chceme sžít duševně a že pro nás představuje bytost podobných zájmů a podobných duševních cílů, a takové soužití uskutečníme, bude mít i naše láska pevnější kořeny a nepokazí ji druhotně pak vznikající touha po tělesném splnutí.* Po každém erotickém vzplanutí a ukojení přichází období stísnění, odporu a vystrízlivění z vášně. Jestliže se naše zalíbení opírá jen a jen o partnerovu erotickou přitažlivost a naši sexuální žádostivost, odpor se přenáší i na partnera. Najednou — když vášně pominula — člověk nemá už objektu své touhy co říci a je mu dokonale lhostejný.

Miloš, kterého Jana miluje, musí prominout, když ocitujeme také jeho vyznání (z několika úryvků jeho milostného dopisu). A protože nepochybujeme o jeho upřímnosti a známe též deníkový záznam Jany, můžeme předpokládat, že jejich láska vystavená především na souzvuku duševním, bude mít průběh příznivý:



(Miloš), 3. ledna 1960.



Milá Jano,

už druhý dopis ve dvou dnech! Plním slovo neuvěřitelně snadno. Vždyť psát Ti — řekl jsem Ti to v dopisech pokaždé — znamená myslet na Tebe více než jindy, více než před usnutím a o samotě, znamená vidět Tě před sebou, zpovídat Tě a vysvětlovat Tvé znepokojující dotazy, milovat Tě jako když jsem s Tebou, jenomže ve snu, pomyslně, ve čtvrtém rozměru věcí, který je asi rozměrem každé lásky. Jak si vybavuji rozhovory s Tebou! Jak se přitom těším na naše setkání! ... Těším se, že každé další naše setkání ve mně utvrdí podstatu našeho *příštího* života, to mohu nejlépe poznat dnes, kdy jsem obklopen lidmi, které jsem zatím neměl čas poznat... .. Jakoby se čas zastavil v bodě, kdy jsme se na nádraží rozloučili... .. Teprve s Tebou je mi jinak a jsem rád, že Ti to mohu napsat upřímně a opravdově — tuším, že s Tebou dokážu žít plným a světlým životem. Vidím to z toho, jak dnes už přímo zoufale lpím na přítomnosti a nesmírně důvěřuji budoucnosti... .. Kolik kilometrů bílého a růžového papíru bylo už popsáno žhavými slovy lásky! Připadám si jako spoluviník na tomto kazi-světském počínu, nelze však, nelze jinak, Kolik slov stačí lásce? Nevím. Hledám ta slova, jimiž bych řekl všechno co nejupřímněji — „že jsem do Tebe strašně moc zamilovanej“. Toto je pravda a nic než pravda a bude to asi pravda navěky.

Tvůj Miloš

KOLIK SLOV STAČÍ LÁSCE?

Řeknete, že je to film před časem natočený barrandovským studiem. Shlédli ho možná Miloš a Jana, (a třeba proto v Milošově dopise otázka stejného znění), viděl ho možná i Vojtěch a Magda. Ale já tu nemíním rozebírat jejich dojmy z filmového představení, ani rozebírat film samotný. Nezajímá mne, zda tito mladí lidé shledali v příběhu Zazy a zamilovaného cyklisty podobenství se svým vlastním příběhem, zda dokonce nepoznali kus pravdy v překážkách jejich lásky, jež byly způsobeny ženskou naivností i prohnaností pana šéfa, omezeného starého donchuána. Nikoliv, ani o tomto věčném trojúhelníku nechci mluvit. Držme se však Milošova dopisu: Kolik slov mu stačilo k vyznání, k lásce? A jaká to byla slova?

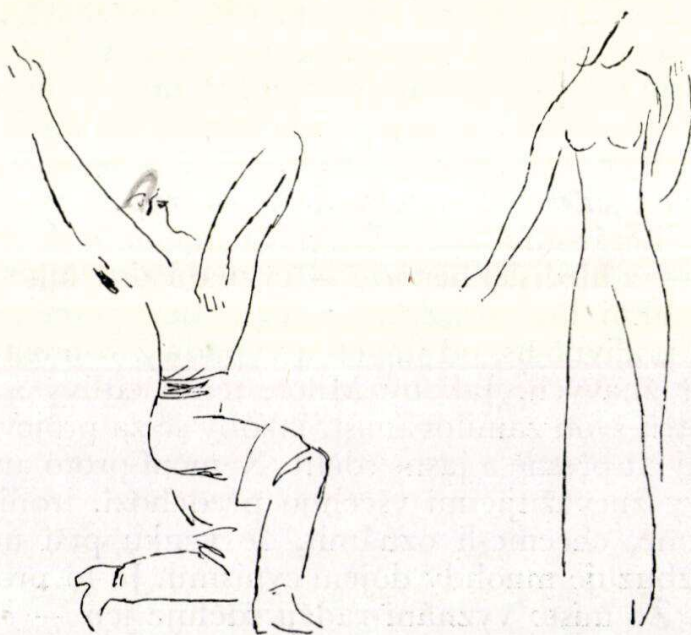
Že každá láska prochází etapami rozdílné teploty, platí jak v individuálním vztahu, tak pro milostné vztahy vůbec, takřkajíc historicky. Taková slova, jež Janě adresuje Miloš ve svém psaní, nevolil by asi milenec starověkého Řecka ani romantický rytíř středověku.

Staňme se na chvíli literárními badateli a povšimněme si slovního vyjádření v Milošově vyznání, tedy — z hlediska historie — vyznání dnešního člověka. Která věta sděluje jeho cíl, jeho ohnisko? — „Že jsem do Tebe strašně moc zamilovanej“... Ano, a ta se též čímsi podivně liší od jiných a vypadá z kontextu ostatních slov, milých, vroucích, téměř žhavých. Jakoby Miloš, tento citlivý a citový mladý muž, chtěl něčím náhle zastříť svou zamilovanost, jakoby se za projev citu styděl, a přesto chce a touží tento svůj cit přesně a jasně sdělit. Nemění proto ani obsah sdělovaného citu, ale říká jej slovy znevažujícími všechno předchozí, ironickými, přízemními; slovy, kterými mluvíme, chceme-li oznámit, že venku prší nebo že máme hlad.

Dnešní generace vzbuzuje mnohdy dojem cynismu. Je to proto, že se za svůj cit stydí a že ho zastírá. Že místo vyznání raději sděluje jen — *oznámení*. Ukrývá své

prožitky a za slovy zdánlivě chladnými a nezúčastněnými skrývá svůj cit, i lásku, i jakékoliv vyznání. Tytam jsou doby romantických vznětů z lásky slavného Cyrana z Bergeracu k Roxaně. Vzpomeňme v jakých on slovech vyjadřoval svou skrytou touhu:

„V TĚCH VŠECH, V TĚCH VŠECH, V TĚCH VŠECH,
JEŽ VZNIKLA NAJEDNOU, JEŽ V SMĚSI ŘÍCI MUSÍM
BEZ KYTKY SOULADU: VÁS MILUJI! SE DUSÍM!
VÁS RÁD MÁM, ŠÍLÍM JIŽ, TOŤ PŘÍLIŠ! K ZOUFÁNÍ!
TVÉ JMÉNO ROLNIČKOU MI V SRDDI VYZVÁNÍ,
A V OKAMŽIKU TOM, ROXANO, JIŽ SE CHVĚJI,
JAK ZAZNÍ JMÉNO TVÉ, ROLNIČKY V SRDCI ZNĚJÍ!“



Ve slovech jistě značně vzdálených dnešnímu vyznání. Která už nemají nic společného — svým vnějškem, formálně — s oznámením „že jsem do tebe strašně moc zamilovanéj“.*) Chápejme: mladému člověku, který je vychováván dnes k strohosti, úspornosti a zřejmému obcházení citových výlevů, jsou i slova Miluji tě, pronášená patetickým hlasem, naprosto cizí a vzdálená. Historie zkrátila hodiny milostného vyznání středověku na několik okamžiků málo vzrušeného šepotu moderní doby.

Konstatuji to ovšem, aniž bych chtěl dnešnímu vyznání lásky upírat jeho *vnitřní obsah*. Nemyslím, že by dnešní mladík či dívka, protože v jejich jazyce nezbývá už mnoho místa pro květy a rozkvetlé zahrady, méně milovali než jejich romantičtí předchůdci. Příčiny onoho zastření citu, slov „pod míru pravdy“, disimulace prožitku a všeho toho, co ústí ve vyznání „že jsem do tebe strašně moc zamilovanéj“, má zřejmou souvislost také se zákony moderního života, s civilismem našeho století, s jeho zrychleným tempem a vnějškově strohým přístupem k věcem našeho srdce. Úspornost ve slovech a výrazech obráží zřetelně moderní literatura; Hemingway nebo mladá sovětská próza; i lyrika i výtvarné umění zdvihly prapor boje proti „upovídánosti“ v umění. A konečně film: miliónům mladých předehrává každý den moderní kinematografie výtažky milostných vyznání a útržky milostných rozhovorů, ve svých vnějších prostředcích co nejméně citově zúčastněných.

Miloš bezpochyby miluje svou Janu právě tak silně jako kdysi Romeo svou Julii. Byl by schopen největších obětí pro svou lásku. Díváme-li se však na jeho vztah z pozice diváků v hledišti, tedy takříkajíc z vnějšku, spíše se jeho láska podobá výrazu onoho němého cyklisty z filmu *Kolik slov stačí lásce*, než rétorickému vyznání romantického Cyrana z Rostandova dramatu.

Láska přetrvává staletí a je samou podstatou lidství, avšak její pojem a význam také prodělávají svůj vývoj. A náhledy na ni se různí v historii lidské společnosti dosti podstatně.

*) Jedna zajímavost: Současný teoretik divadla Melchinger, když analyzuje jazykové prostředky moderního dramatu, sycené citem, nazývá taková oznámení, která zastírají svůj citový obsah, pojmem „pod míru pravdy“ — totiž: slova a cit „pod míru pravdy“. Uvádí příklad: pocítuji lásku a řeknu — Ty mrcho! Stejně tak tento cynismus mladé generace, jímž se stlačuje cit „pod míru pravdy“, vyjadřuje západoněmecký spisovatel Borchert v úvodní povídce svých *Signálů svědomí*. Tam píše doslova: „Svině stará, řekneme pak té, kterou nejvíc milujeme.“

O VÝVOJI VZTAHU MUŽE K ŽENĚ —

(neboť je pokládán za aktivní a tím i z hlediska vývoje pozoruhodný, kdežto ženin vztah k muži je v lásce spíše pasivní, což mimo jiné souvisí bezpochyby s dosavadními společenskými konvencemi) — bylo napsáno už množství odborné literatury. I beletrie však, protože dávno představuje lásku jako své ústřední téma, podává jasná svědectví.

„Žena byla pro muže původně kořistí — tělem, jež ulovil. Toto lovecké stanovisko bylo vystřídáno jemnějším názorem s obrácenými úlohami, Řekům takřka neznámými. Žena jako lup a kořist přestala časem uspokojovat. Zjemnělý muž si přeje, aby se mu vzdalo to, co ulovil. Tak se z honby stává získávání. Kořist se stává odměnou. Toto podivné přesunutí zaměňuje úlohy: z lupiče se stává zajatec. V dobách čistě pohlavního pudu se muž jako lupič vrhá na každou dosažitelnou krasavici. Ale ve stavu duševně erotické citlivosti se muž ovládá a očekává od ženiny tváře napřed pozvání — nebo odmítnutí. Kultura „kortezie“ zahajuje tento nový poměr mezi pohlavími a žena je její zásluhou povýšena na vychovatelku mužů.“

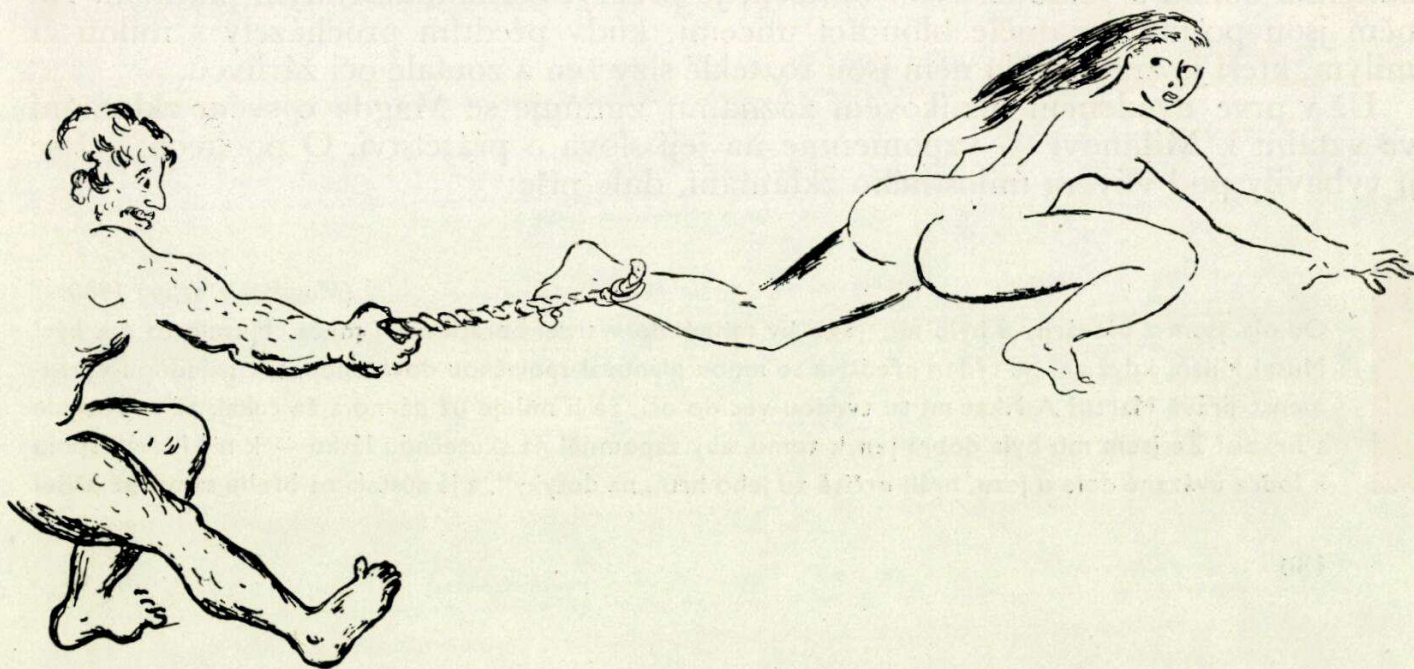
„Ve starých Athénách je oficiálně uznávaným vztahem jedině láska homosexuální — milostný poměr muže k muži a ženy k ženě. I když přirozeně se muži ženili a ženy vdávaly, pohlavně spolu žili a měli spolu děti, byla taková láska nedůstojná mužské cti. Každý významnější člen tehdejší athénské společnosti měl svého milence. Klasický básník starověku Anakreon je zcela lhostejný při svém vyznání k tomu, jakého pohlaví je milovaná bytost. Manželskou lásku ve starověku nevytváří subjektivní náklonnost, ale objektivní povinnost; není příčinou, nýbrž nejvýše doplňkem manželství.“

„Žena byla pokládána ve starověku pouze za nástroj rozkoše a za zakladatelku rodiny. Na lásku k ní se pohlíželo s pohrdáním. Podívejme se jen na dramata starořeckých básníků, kteří nám podávají věrohodná svědectví o charakteru doby: u Sofokla láska v našem smyslu

chybí. U Euripida se zamilovávají pouze ženy a mužům tento cit nepřísluší. Na počátku řeckého umění, v epice, se neuctívá láska, ale hrdinské činy bohů a později mužů.“

„Neboť zvítězí-li vášeň nad posláním, přestává být muž mužem. To je mýtus o Samsónovi; o Herkulovi u nohou Amfaly. Všichni antičtí básníci opěvovali otroctví zamilovaného hrdiny. Krásný Paris je špatným vojákem; Carmen ničí svého milence; Manon ho žene od zločinu k zločinu.“

„Až do středověku nemůže být o individuální lásce mezi mužem a ženou v našem smyslu ani řeči. Po celý starověk uzavíraly se sňatky bez ohledu na osobní volbu partnerů; jejich rodiče to obstarávali za ně a nebylo zvykem, že by tato tradice byla porušována. Romantický prvek lásky, jak jej známe z dnešního pojetí, se dostává do literatury teprve ve staré keltské básni o *Tristanovi a Isoldě*, která se z Anglie dostala nejdříve do Francie, pak do Německa a i k nám a je dnes přebásněna nebo nově upravena téměř ve všech evropských jazycích. Motiv z této básně se pak stal hlavním motivem celé novověké evropské poezie. Většinou tu jde o námět nešťastné lásky, z níž nemohlo vzejít manželství pro nepřekonatelné překrady hospodářské a třídní. Přitom je tento motiv citovou revolucí proti staleté tradici, že láska je určena a nikoliv svobodně volena.“



„Strašné je, že není možno žít ani s ženami, ani bez nich.“

(Lord Byron)

„Středověký feudalismus a novověký kapitalismus narušují samu podstatu duševního prožití lásky svým neurvalým lpěním na zachování statků, kapitálu a rodinného majetku. Kupčení s láskou, prodávání se do manželství, láska zakrytá peněžním žokem — to jsou smutné zkušenosti těchto dob, známé z děl Balzaca, Emila Zoly, Gorkého, u nás např. Mrštíků (*Maryša*) aj. Ideologický nástroj těchto období, náboženství, stálo v cestě rozvíjení vztahů mezi mužem a ženou na základě rovnocennosti. Žena je tu vždy Evou, z níž pochází prvotní hřích. Náboženství si přálo, aby jediný vroucí cit člověkům zahrnula láska mystická, láska k Bohu.“

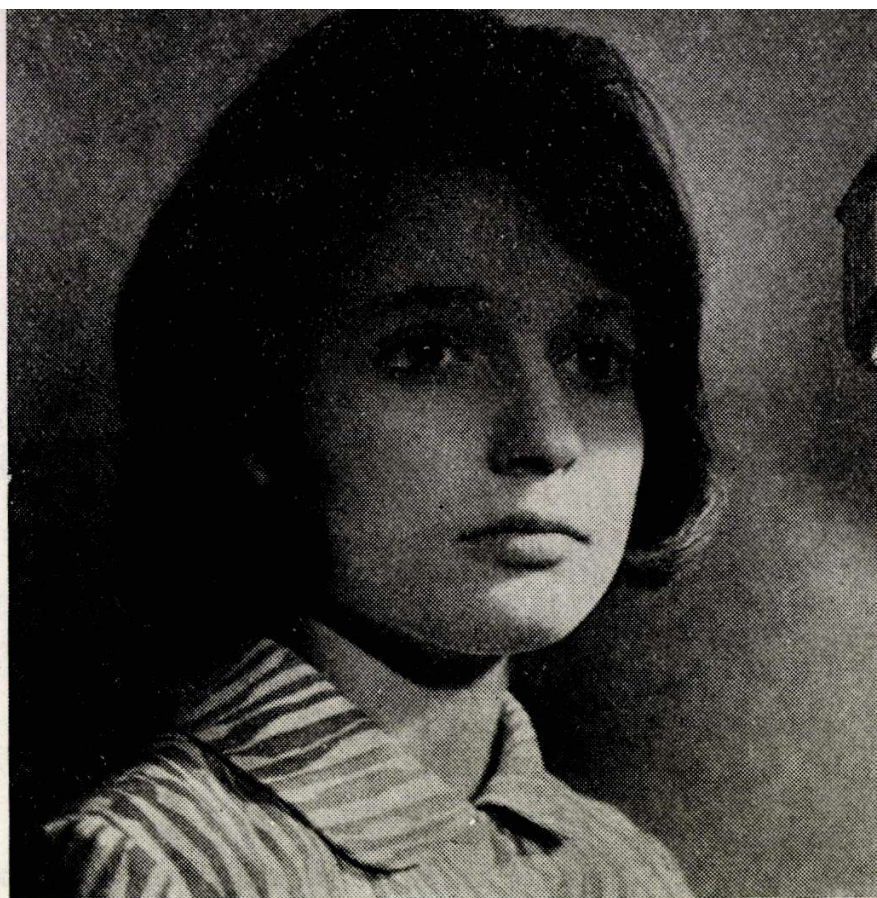
S LÁSKOU JE TRÁPENÍ,

říkají nám však také tváře nešťastně zamilovaných a odmítnutých nápadníků i žárlivých milenců i milenek. Obraz mladé dvojice, vedoucí se za ruku parkem, se zářícíma očima a roztouženými obličejí, je překryt černě malovaným plátnem. Na něm jsou postavy osaměle bloudící ulicemi, kudy předtím procházely s milou či milým, kteří je zradili. Na něm jsou rozteklé slzy žen a zoufalé oči žárlivců.

Už v prve uvedeném deníkovém záznamu zmiňuje se Magda o svém zklamání ve vztahu k Milanovi — vzpomeňme na její slova o přátelství. O pocitech, jež se jí vybavily pod vlivem milostného zklamání, dále píše:

(Magda), 4. srpna 1960.

Odešla jsem z plovárny a bylo mi, jako by mi někdo v srdci obrátil ostří meče. Muselo to tak být? Musel Milan, když ani ne týden předtím se mnou plánoval společnou dovolenou, tak najednou vyznamenat právě Martu? A říkat mi tu tvrdou věc do očí, že ji miluje už dávno a že čekal, až se rozejde s Jirkou? Že jsem mu byla dobrá jen k tomu, aby zapomněl na skutečnou lásku — k ní? Plavali spolu k loďce uvázané dole u jezu, hráli určitě tu jeho hru „na dotyky“, a já zůstala na břehu sama, až přišel



Vojta a zval mě na volejbal. A já řekla, že mě bolí hlava, že nechci, ale on viděl — že jsem plakala, a věděl, že Milan už tři dny s Martou chodí, a všichni to věděli, jen já ne — než mi to Milan sám řekl. Odešla jsem z plovárny. Ale věděla jsem, že večer půjdu ulicí, kde vždycky Milan na mne čekal, právě v tu dobu a na ta místa že půjdu, kde jsme se setkávali, jako kdybych tím mohla zadržet své zklamání. Lidi byli protivní, nejvíce ti, které jsem se strnulým úsměvem zdravila, řeka mi už nezpívala, bylo mi pusto, pusto, pusto. Srdce, ten dutý a otrlý sval, se nemohlo náhle ubránit. A večer jsem nemohla spát. Přišla za mnou maminka a ta to už věděla a její oči mi říkaly: Takové lásky, děvče, není vůbec škoda. Já to také vím, maminko, ale co je to všechno platné, když je to pořád a právě Milan, který je mou jedinou láskou...

Láska je pocit v plném slova smyslu paradoxní, protikladný. Vždyť vezmeme jen toho, kdo miluje: není on šťastný a nešťastný zároveň — ze strachu před ztrátou toho, koho miluje? Palčivé puzení k milované bytosti těší, ale též mučí. Chtěli bychom mít milovanou osobu jenom pro sebe, ale zároveň bychom jí všechno odevzdali. Okamžiky slastiplné idealizace se v myšlenkách na objekt naší lásky mění v pochybnosti o tom, zda představy o ní nejsou příliš pomyslné a ideální.

Existuje tu nějaká pomoc — pro Magdu a tisíce jiných, zklamaných a opuštěných?

Zklamání v lásce, žárlivost a city s ní spojené, jež se často vyhrocují prudkým hnutím mysli (až vraždou a sebevraždou, jak je o tom znám smutný příběh Othellův) jsou největší duševní trýzní. Pomáhá blízkost přátel, příbuzných; léčí pak jenom zapomenutí. (Ale někdy ani „čas neléčí, když nechce“, někdy i „čas je šarlatán“, jak věděl dobře mladý český básník Orten.) Málokdy člověku pomáhá rozumové řešení. *I když žárlivost, rozumově vysvětlena, je vlastně zbytečná, neboť — buď mě má rád (a), a pak mi nemůže být nevěrný (á), nebo mě rád(a) nemá, a pak si nezaslouží mou lásku. Avšak už na počátku jsme řekli, že na rozdíl od přátelství, které se rodí po rozvážlivé úvaze, láska má co činit s pudy, city a projevy mimovolními. A člověk není jenom tvor rozumový, ale vyjadřuje ho také cit.*

„Klidný rozchod, který tvoří hodnotu přátelství, je v lásce nahrazen stálým strachem před ztrátou toho, co milujeme.“

(André Maurois)

Prvopočátek našeho zklamání hledejme vždycky už v naší volbě, v našem výběru. Ani zde není dobře stavět si vzdušné zámky, žádat splnění nespílitelného. Každý ať je psychologem sám pro sebe: ať pozná, zda sám si zvolil takového partnera, který si zaslouží důvěru. Znamená to poněkud pozměnit stupnici hodnot, podle níž objekt naší lásky vždy posuzujeme: *Ať každý povyšuje důvěryhodnost člověka, stálost jeho povahy, odpovědnost, duševní harmonii a čest nad všechn pŕvab, okázalost a osobní pŕitažlivost svého partnera. Ať jsou ty první vlastnosti nadále pro něho rozhodující ve výběru lásky, ať se především do nich dokáže zamilovat.*

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

NA SVĚTĚ NEJSME JEN MY DVA!

což nechce být výrok, který by svou podobností s veršem nějaké kolektivní písně protestoval proti milostnému vyznání, spíše však je to ujištění, že naše úvahy nebyly ukončeny. Že název první kapitoly „I ve mně je trochu tebe“ potřebuje jisté doplňky i výzkumy zaměřené jiným směrem.

Hovořili jsme dosud o vztazích, které by matematicky vyjádřily asi tuto jednoduchou rovnici:

$$1 + 1 = 2$$

anebo:

$$2 - 1 = 1$$

a v nich jsme zkoumali jak pravou stranu, oba členy zvlášť, tak i levou výslednou stranu, vzájemný vztah. Existují však ještě jiné rovnice, s více členy, a dokonce s neznámým počtem členů, tak asi jako:

$$1 + 1 + 1 + 1 + 1 + 1 = 6$$

nebo:

$$1 + 1 + 1 + 1 + 1 + 1 \text{ atd.} = n.$$

Na světě nejsme jen my dva, jen ty a já, jen Miloš s Janou nebo Magda a Marta, Miloš a Jindřich, Vojtěch a Jiří. Je nás tu — řekněme — neznámý počet, ono „n“ z naší rovnice, které představuje *kolektiv*, skupinu lidí místně či názorově si blízkých. Co je však pro nás zejména důležité na této skupině? *Že nesporně má své specifické společenské a psychologické zákony, řídící se ne už individuálními zvyklostmi a postoji, ale vzájemnými vztahy, kontakty a vzdálenostmi všech členů navzájem.*

Přitom podržme důraz nejprve na slovech „společenské zákony“; namítnete proto: Co s tím má společného psycholog, nebo psychologie jako věda? Když přece je vědou o duševním životě *člověka*? Copak kolektiv nebo *skupina* (jak je kolektiv též nazýván) má nějakou duši?

Měli bychom tedy přece jen naše úvahy ukončit a přenechat slovo povolanejším? Ale nezapomeňme ani na slova „psychologické zákony“!

A protože vím, kde najdu všechny tyto námitky, otevírám Vojtěchův poznámkový blok; bude dobře vyjasnit si problém hned v zárodku, a kdo jiný než Vojtěch, který se vášnivě zajímá o otázky politické a sociální — (sestavuje si výstřižky z časopisů a novin, zapisuje přednášky a pokouší se o vlastní komentáře na okraj těchto problémů) — by mi mohl dělat spolehlivého oponenta. Tak například je tu jeho záznam z přednášky o *třídním pojetí* společnosti; použijeme ho, i když není zrovna přesně formulovaný:

(Vojtěch), září 1962.

Člověk je produktem ekonomických vztahů a podle toho může být v základních zřetelích posuzován. Kapitalista jistě může být laskavý a dobrý, ale jeho laskavost a bodrost končí tam, kde začínají jeho ekonomické zájmy, zájmy vykořisťovatelské, jichž je přes veškerou svou „laskavost a bodrost“ nositelem. Dělník může být bezcharakterní i zlý člověk, ale jako produkt ekonomických vztahů je vždycky obětí, které se v kapitalistické společnosti ubližuje.

Tohleto všechno, co zní jako věty z učebnice politické ekonomie, nemůže a nechce vyvracet ani individuální, ani tzv. *sociální psychologie*, zabývající se ne už jedincem a jeho individuálními postoji, ale vzájemnými vztahy ve skupině: jsou to základní určení, o nichž zde Vojtěch mluví, *třídní* vymezení lidské povahy a jednání a jako taková jsou podmíněna *objektivně*. Existují však dále i takové stránky lidského jednání a chování, které je možno posuzovat jako *subjektivní odraz*, u nich je možno vyhledávat psychologické zákonitosti. Listuji ve Vojtěchově bloku pár stránek dále. A nacházím místo, kde tuto skutečnost pozoruje:

(Vojtěch), říjen 1962.

A co mne nejvíc zajímalo na dějinách lidí, byly přehrady, které je vždy od sebe oddělovaly a které vedly ke vzniku vzájemného nepřátelství, národní nenávisti, válečných požárů a pohrom. Domnívám se, že kromě prvotních hospodářských příčin mají tyto společenské pohromy ještě jakési jiné, řekl bych, subjektivní činitele. Neboť otázka „kam patřím“ a „s kým půjdu v boji či válce“, řídí se netoliko hospodářskými ohledy, ale i nejniternějším mým přesvědčením o správnosti vlastního postoje a cesty.

Především mi dovol, Vojtěchu, abych nadále používal tvého termínu „nejniternější přesvědčení“. V něm je totiž skryt onen *duševní* prvek, ona *psychologická* skutečnost, a ta opravdu dokáže lidi spojovat a vytvářet z nich ucelený kolektiv, názorově stejnorodou skupinu.

Náš mozek je nejvyšší organizace hmoty, je nejvýše organizován, uspořádán; a nedivme se, že chce mít také všechno organizováno a uspořádáno, z hlediska organizace se dívá i na společnost. Pomáhají mu tady východiska hospodářská, třídní, národnostní stejně jako názorová, psychologická, ideová — ta, která představují společné „nejniternější přesvědčení“. I psycholog má právo třídit společnost podle svých odborných názorů a východisek; *hledí však přitom na člověka jako na podstatu, která se neustále vyvíjí*. Dějiny nás dostatečně poučily, že přes všechna třídní vymezení a základní sociální určení dokáží vynikající jedinci ve zralé situaci vlivem svého nejniternějšího přesvědčení vyslovit poslední „sbohem minulosti“, i když byli s touto minulostí třídně a hospodářsky spjati.

„Konečně v dobách, kdy se třídní boj blíží rozhodnutí, stává se rozkladný proces ve vládnoucí třídě, v celé staré společnosti tak prudkým, tak ostrým, že od ní odpadá i malá část vládnoucí třídy a připojuje se k třídě revoluční, ke třídě, v jejíž rukou je budoucnost.“

(Marx – Engels)

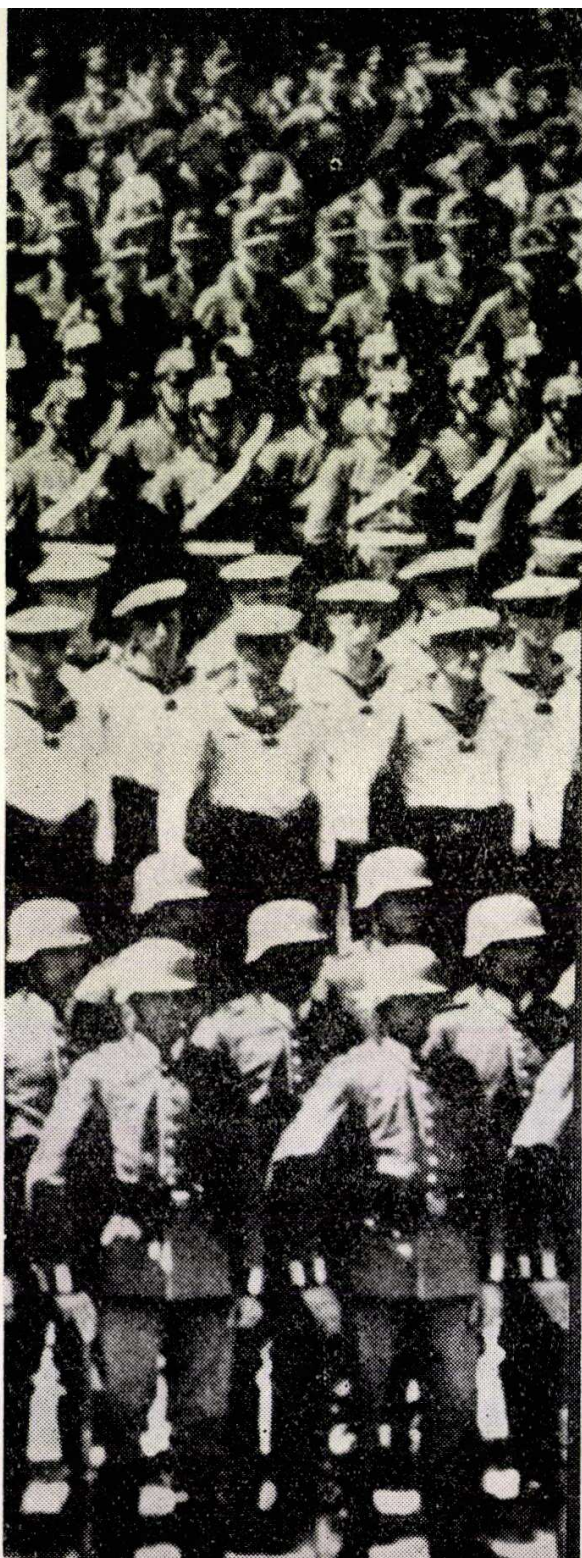
„Vidíš-li dobře, může tě jen zbabělost zdržet činu. Pochopíš-li vše, nemůžeš nenabýt velkolepé vůle změnit vše, rozorát a zasít novým zrnem.“

(Julius Fučík)

Nedokázali snad sami autoři *Komunistického manifestu* dát přednost „nejniternějšímu přesvědčení“ a „velkolepé vůli“, o níž tu hovoří Fučík, před sociálním a třídním určením, které je svazovalo s buržoazií? A pro takovou „velkolepou vůli“ najdeme důkaz i v naší husitské revoluci: Jejím jádrem byl sice drobný lid, nevolníci, ale k nim se připojili i příslušníci šlechty a kléru, kteří věděli, že sbohem minulosti dát musí.

Nakonec správně, Vojtěchu, chápeš, že i dějiny mají svou subjektivní stránku, že zkoumat historii společenských vztahů do všech důsledků znamená také zkoumat jejich sociálně psychologické projevy, takříkajíc „duši lidí“, nejniternější jejich přesvědčení. Jde o to, jaký vliv přisuzujeme té či oné sociálně psychologické anebo i individuálně psychologické skutečnosti.

* / Jsi to - ať už, to je BUBEL !



Jome jen součastí

"KOLEKTIVNÍHO JÁ"?

(Vojtěch), leden 1960.

Měl jsem dnes možnost shlédnout německý film *Akce Teutonský meč*. Je to dokument, ale přinesl mi hrůzné zamyšlení. Jak si vysvětlit, že se téměř celý velký národ zvrhnul do podoby zfanatizovaného stáda? Že zešlely (neboť jak jinak to nazvat?) takové spousty lidí všech vrstev, lidí, kteří pro svého führera zapomněli, že každý má být svým vlastním führerem, a že je přece jen rozumovou bytostí, druhem „homo sapiens“! Je známo, kdo Hitlerovi dopomohl k moci a jaké bylo pozadí vývoje v Německu třicátých let, ale neměl snad Hitler skutečně nějakou fascinující sílu, dar, kterým strhoval masy? A je-li taková síla, je dána člověku duševně normálnímu?

Dovolte nejprve osobní vzpomínku: Pamatuji se na jednu příhodu z války, bylo mi snad patnáct let a jel jsem s otcem vlakem, kde v kupé s námi seděli nacističtí vojáci. Bylo to v dobách Hitlerova „blitzkriegu“ v Sovětském svazu a nacistické sebevědomí bylo tenkrát veliké. Jeden z nich, středoškolský profesor, a dva vysokoškoláci se vzrušeně bavili s dalším cestujícím, Čechem. Zachytil jsem jenom jednotlivá slova, ale otec mi potom řekl: Ani oni Hitlerovi nevěří, ale myslí, že on je dobrým prostředkem k tomu, aby se mohli zmocnit světa. *Tak byli vychováni — v touze vládnout.*

Stručně pak shrňme Vojtěchův záznam: Vojtěch si uvědomuje, že to byly monopoly a koncerny, jež se ve strachu před sociální revolucí v Německu utekly k financování Hitlera a ustavení jeho moci. Ale zároveň naznačuje, že je ochoten věřit i výkladům vysloveně subjektivním. Uznáváme-li totiž subjektivní moment, kterým se ovlivňuje pohyb dějin a vývoj společnosti, tedy vlastně *vliv psychologie osobnosti na dějiny*, nelze ho nikdy korunovat na samospasitelný, jak je to módou měšťácké historie od dob Carlylových.*) Dějinné výklady odmítající historicko-materialistické pojetí jenom do nekonečna obměňují slavný, ale nesprávný výrok Pascalův:

„Kdyby měla Kleopatra o trochu delší nos, vypadala by Evropa dnes zcela jinak.“

Tak podle Zweiga například by nezaniklo Napoleonovo císařství, kdyby jeho diktátor neměl u Lipska bolení břicha, podle Bertranda zase by Francie v 18. století ovládla svět, kdyby Ludvík XIV. nemluvil fistulkou, a podle Stracheye by se Anglie nestala nejmocnějším impériem své doby, kdyby královna Alžběta nemusela zůstat pannou.

*) Anglický historik Th. Carlyle (19. stol.) se celým svým dílem snaží zdůvodnit názor, že nikoliv společenské masy, třídy a skupiny, ale geniální jedinci způsobují změny v historii a společenský vývoj.

Zde ovšem jakýkoliv odpovědný a vědecký pohled na lidské dějiny končí a začíná — mírně řečeno — obraznost spíše básnická, nebo pak idealismus, subjektivismus a bludy.

A vraťme se z dějin znovu do doby nedávné — k pomyslné „fascinující síle“ Hitlerově, na niž by pomalu Vojtěch věřil... Po válce vyšla na Západě kniha *Psychologie diktatury*, kde se autor, americký psycholog Gilbert, snaží podat výklad hitlerismu z pozic trochu podobných hlediskům carlylovským, jenomže navíc — a to je dvojnásob diskutabilní — je Gilbert ještě psychoanalytik: Analyzoval pohlaváry Třetí říše, souzené v Norimberku, a chtěl svým vyšetřením potvrdit psychoanalytickou myšlenku, že do společnosti se promítají chorobné symptomy duše jako vůdčí momenty, že totiž nacismus v Německu byl pouze dílem zakomplexovaných a ne-normálních mozků Hitlera, Göringa, Hesse, Rosenberga, Goebbelse aj. Už předtím vytvořila psychoanalýza mýtický pojem „kolektivního Já“, který má být společným a sjednocujícím duševním prvkem mnoha osob, místně či dokonce názorově svázaných. A Hitler — podle Gilberta — prý toto „kolektivní Já“ Němců ovládal a dokázal je přivést až přímo k fyzickému běsnění po kultu nacionální moci, ale též k vlastní oslavě a k naprosté podřízenosti svým krvelačným plánům.

Nejen ekonomický třídní rozbor tehdejší situace a nejen prostý rozum, který říká, že Hitler bez peněz by zůstal i nadále jen občanem Schickelgruberem, ale i přímé zkušenosti (v tisíci a tisíci případech podobných mé příhodě z vlaku) vyvracejí takový názor (jak ho například vyjadřuje Gilbert) jako nesprávný a jednostranný. Je vždycky zlé, když brýlemi na blízko chceme určovat věci v dálce nebo dokonce za rohem, když mikroskopem chceme zkoumat celé město. To je totiž případ Gilbertův, to je zde i případ psychoanalýzy a v náznaku i případ Vojtěchův, který by byl ochoten věřit na „fascinující sílu“ Hitlerovu. Posuzováno z hledisek sociální psychologie, nikdy nebyla tato síla skryta ani v žádném Hitlerově „génii“, o němž vytvářel propagační báje Goebbels, ani v jeho komplexech, jak se dnes domnívá Gilbert, nýbrž v úkazech sociálně psychologických a daleko širších: v tradiční militaristické výchově německého měšťáka, ve výchově drilem skoro až k zvířecí poslušnosti. Takto vychovávaný člověk potom v bezejmenném kolektivu, zvaným dav, snáze podléhá zvláštním zákonům sugesce a nápodoby, jež — jako první sociálně psy-

x) Každý Hitler v psychologii a vůbec SOCIÁLNĚ
BLOBNY!

chologické úkazy — je třeba bez senzace a bez falešného vysvětlování dále podrobit zkoumání. Poskytně to některé nezbytné informace, než se znovu vrátíme k jevu, který oba dva úkazy spolu vytvářejí — k pocitu „kolektivního Já“.



„ŘEKNĚTE MI, CO JE TO SUGESCE?“



(Starý Milošův záznam z r. 1953).

Dnes s námi učitel provedl zajímavý pokus. Nevěřil bych tomu, kdyby mi to někdo vyprávěl, kdybych to sám nezažil. Přinesl si nějakou záhadnou tekutinu, o níž prohlásil, že nepříjemně páchne, a pak ji před našima očima v několika kapkách přelil na vatu. S výrazem odporu odstoupil potom stranou, od katedry. Vyzval nás, abychom se přihlásili, až ucítíme zápach. Za chvíli zdvihli ruku kluci v prvních lavicích, pak to došlo až ke mně, ucítil jsem nějaký zápach a přihlásil jsem se taky, a nakonec zdvihli pod vlivem zápachu ruce i ti vzadu ve třídě. Všichni jsme svorně prohlásili, že jsme zápach cítili přesně v době, kdy jsme se přihlásili. Odpovídalo to časovým možnostem šíření zápachu. Ale učitel jen pokynul spokojeně hlavou a řekl, že to, co přelával na vatu nad katedrou, byla jen voda a nic víc. Byla to jen naše sugesce, které jsme při pokusu podlehli. Zápach nebyl skutečný, ale zdánlivý.*)

*) Milošův učitel tedy přesně opakoval pokus, který učinil se žáky ve škole sovětský psycholog P. I. Bull.

„Řekněte mi, co je to sugesce?“ zeptal se pak učitel při zkoušení Miloše. Miloš vstal, přišel na stupínek, obrátil se na Honzu a jakoby ozvěnou opakoval: „Řekněte mi, co je to sugesce?“

A nás napadá: neměl by Miloš dostat za to jednotku? Vždyť uměl víc, než předpisují osnovy, jak praví klasifikační litera, neboť názorně ukázal, jak sugesce působí a že souvisí také s takzvanou nápodobou, když totiž v této nápodobě končí.

Obě reakce, sugesce i nápodoba, často neprávem ztotožňované, mají důležitý vliv na společenské vztahy lidí.

Miloš však dostal pětku. Učitel jednak neměl vůbec smysl pro legraci, jednak nedopatřením neznal definici Floyda Henryho Allporta, autority v otázkách sociální psychologie, která praví, že sugesce je „rozumem neovlivněný souhlas“, tedy jakýsi druh plně neuvědomované reakce na nějaký popud, a tento popud že vychází většinou z míst, která chápeme jako prestižní, neboť jim bezmezně podléháme. (A něco pro Vojtěcha: Existuje termín „prestižní sugesce“, kterou se mnoho psychologů pokoušelo vysvětlit povahu demagogického vůdcovství, jako bylo např. führerství Hitlerovo.)

A teď abychom došli k závěru scény: Učitel vyjádření prestižní sugesce u Miloše zavrhl, napsal mu pětku a chtěl, aby jako hodný žák řekl to, co se předtím naučili: *Sugesce je zvláštní úkaz, který se projeví ze vztahu mezi dvěma či více osobami a vyjadřuje se jako působení a ovlivnění jedné strany druhou, a to nejčastěji pomocí slov.*

Obrátme nyní však list — v našem pojednání i v deníku devatenáctileté Jany, která se zajímá o problémy spojené se sugescí úplně z opačného konce: *Hledá totiž společensky kladné využití tohoto jevu a chtěla by vědět, kdy slouží sugesce obecnému prospěchu?*

(Jana,) 27. dubna 1961.

Jméno vychovatele A. S. Makarenka na mě často působilo jako fráze. Kolikrát jsem to slyšela z rádia a ještě ve škole... Ale když jsem se sama rozhodla být vychovatelkou, koupila jsem si Makarenkovu knížku *Začínáme žít*. Je to „pedagogická poéma“ a taky tak jsem ji stále chápala. Více než skutečnost, spíše poeticky. Jako skutečnost románu nebo básně. Mohu všemu tomu, o čem píše Makarenko, věřit? Že může správná výchova tak očividně přeskupit zlé síly v člověku, i když je vlastně ještě nedozrálým člověkem, dítětem?

Dnešní naše společenská praxe ukazuje stále větší a větší závislost jedince na sociálních útvarech a zařízeních — a je to ku společnému prospěchu i k prospěchu jednotlivce.

Zůstaňme v oblasti, která se týká Janina případu a kde je Jana vlastně doma, protože je vychovatelkou — v oblasti výchovy i výuky. Ta je též sugestivní. Makarenkova *metoda výchovného příkladu* je vlastně jen sugestivní snahou vyvolat u dítěte napodobovací reflexy po dospělých, kteří jednají v souhlase s morálkou. Když bezprizorný zlodějíček přišel do gorkovské kolonie, všude uviděl nehlídané věci, jídlo, peníze. To ho možná svádělo, aby pokračoval ve svých dosavadních prohřešcích a aby kradl dál. Ale zároveň se přesvědčoval, že ostatní chovanci kolonie, kteří vypadali právě tak zanedbaně jako on, kolem těchto předmětů chodí a ani je nenapadne si je neprávem přivlastnit. A většinou to pak rozhodlo; nápodoba je skutečně silná. (Jak svědčí pozdější deníkový záznam Jany, z listopadu 1961, uznala mladá vychovatelka realnost Makarenkovy „poémy“ na základě vlastní pedagogické zkušenosti. Líčí, jak se v dětském domově podařilo převychovat mladého chlapce ze zanedbané alkoholické rodiny právě metodou výchovného příkladu. — A takových příkladů bylo v pedagogické literatuře popsáno už mnoho, netřeba je opakovat.)

Také v lékařství, zejména při léčení chorob duševních, se využívá sugesce. Říká se: Víra tvá tě uzdravila, a to je v jistém směru pravda. Na nemocného musí lékař skutečně i sugestivně působit, když mu vymlouvá jeho nervové obtíže, když provádí tzv. psychoterapii. A konečně každý lék, který užijeme proti jakékoliv nemoci, má zvláštní efekt už v tom, že o něm víme, že je lékem; jak ukázaly četné farmakologické pokusy, má každý lék svůj sugestivní význam.

A co *nápodoba*? Co říci o jejích základech? Má takřkajíc fyziologickou půdu, z níž vyrůstá. *Možno si ji spolu s dalšími duševními projevy představit jako jistý druh podmíněného reflexu, při němž jedna jeho reakce působí jako podnět pro reakci druhou.* Názorně si to přiblížíme, pozorujeme-li dítě, které se učí mluvit a stále opakuje jedno slovo, když vlastní artikulací napodobuje předtím vyslovené hlásky.

Přitom se ale nápodoba neděje u lidí téměř nikdy slepě. Možno snad říci, že není plně uvědomovaná, ale nikdy nepostrádá určitý vnitřní smysl, který je téměř vždycky možno v každé nápodobě vyhledat. I pokusy na zvířatech bylo prokázáno, že teprve

když zvíře vykoná množství průzkumných pohybů a neuspěje, napodobuje pohyby druhého zvířete, jež bylo úspěšnější.

Dnes už velká většina psychologů podporuje tvrzení, že *napodobujeme především činy, jež mají pro nás smysl* a jež vedou k vyplnění nějaké tužby, že jde tedy vlastně svým způsobem o „uváženou“ nápodobu lidských činů.

Kansaský badatel J. F. Brown vyjádřil tento názor: Průměrná americká dívka přijímá účes své oblíbené filmové hvězdy nejen silou neuvážené nápodoby, nýbrž hlavně proto, že věří, že nový účes ji více připodobní herečce nebo hrdince, již herečka představuje. Nápodoba tu má předem vytčený smysl.

Už v pravěku bylo chování našeho předka, který tančil před ohněm v předvečer lovu svůj rituál, smysluplné a účelné. Sugestivně sice přejímal pohyby druhých i napodoboval pohyby lovené zvěře, ale to všechno bylo jen účelnou přípravou na budoucí lov a kromě toho se tím vytvářela naprostá důvěra v úspěch příštího jeho počinání.

Sugesce a nápodoba, tyto spojené nádoby vzájemného ovlivňování lidí ve skupině, nepřestaly nikdy znepokojoval armádu psychologů. Jejich role je příliš zřejmá, než aby byla pomíjena, není však třeba jim přikládat roli základní. Jsou to projevy pouze subjektivní, subjektivně podněcované a působící, samy však vysvětlit chování lidí ve společnosti nestačí.

Aby se jejich význam prozkoumal, prováděly se pokusy s dětmi na školách, v prázdninových táborech mládeže, v provozovnách s větším počtem pracovníků a v různých pokusných shromážděních.

Francouz Binet zjistil, že určitá činnost navozená sugescí pokračuje, i když už by se měla změnit. Řekl několika dětem, aby určovaly délku čar, ukázaných najednou. Délka prvních pěti čar se postupně zvětšovala, ale pak byly čáry všechny stejně velké. Prvními pěti čarami bylo postupně zvětšování tak vsugerováno, že je děti viděly i u dalších čar.

W. Brown z Kalifornie zjistil, že sugestibilita — tedy schopnost podléhat sugesci — je u žen vyšší než u mužů.

Psycholog Sherif provedl pokusy se sugestivním ovlivňováním hodnotících (estetických) měřítek. Vyzval zkoušence, aby podle literární hodnoty oceňovali jednotlivé pasáže z děl Dickense, Poea, Scotta, Conrada, Stevensona. Zkoušenci je posoudili podle svého postoje k tomu či onomu autoru, ačkoliv přečtené ukázky byly vlastně vybrány pouze ze Stevensonových spisů.

Nelíbí-li se nám někteří vynikající lidé, máme sklon nesouhlasit s názory, které jsou jim připisovány. Líbí-li se nám, jejich domnělé názory schvalujeme. Lidé, kteří měli rádi Marka Twaina, Čechova nebo Gorkého, G. B. Shawa nebo Edisona, souhlasili s jejich stanoviskem, a když byla tato stanoviska označena jako názory osob jiných, jim nesympatických, projevovali svůj nesouhlas.

Sugesci podléhají nejvíce děti v 7. až 9. roku, pak křivka sugestibility klesá; starší děti a dospělí jsou už méně sugestibilní, nepodléhají tak jiným názorům a vlivům, jak zjistili C. Hull a P. Huse.

Ale současně s tím, co se zkoumaly tyto sociální projevy, všímají si jiní badatelé vlastního základu *sociálního chování*, a jak jsme již řekli, je tímto základem *vzájemné podněcování*, tedy činnost, která vychází od určité osoby a která vyvolává svéráznou odpověď osoby jiné, jež zase má vliv na toho, od koho původní podnět vyšel.

Představme si situaci: Věřitel vyhledá dlužníka a domáhá se splacení půjčky — hraje v tom roli řekněme částka padesáti korun. Nejprve vymáhá svůj dluh mírně: *naznačuje*, že potřebuje těch padesát korun, které dlužníkovi zapůjčil. Mluví o tom, že bral malou zálohu, že měl neočekávané vydání, že je v podezření u své ženy, že příliš mnoho utratil apod. Zkrátka — hledá určitý podnět pro to, aby získal na své úsilí kladnou odpověď, to jest, aby mu dlužník obnos vrátil. Dlužník je nyní podnícen k tomu, buď půjčenou částku vrátit, anebo přemluvit věřitele, aby mu dále počkal. Podněty věřitele i reakce dluhujícího jsou dosud mírné. Při dalším setkání — v případě, že předchozí náznaky nebyly účinné — se podněty věřitele stupňují: provádí už *nátlak* na dlužníka, hrozí, zlobí se. Dluhující osoba pak musí stále jinak odpovídat *na tyto podněty*, utíká před ním, skrývá se nebo zapírá a snaží se svými vlastními podněty docílit dalšího prodlení. Dojde-li ke *konfliktu*, tedy k *silnému podnětu*, dluh je obyčejně zapraven. Zaplacení dluhu pak rázem *změní* postoj věřitelův, jeho hněv vyprchal a nyní se oba dva chovají zase jako dříve: věřitel dlužníka

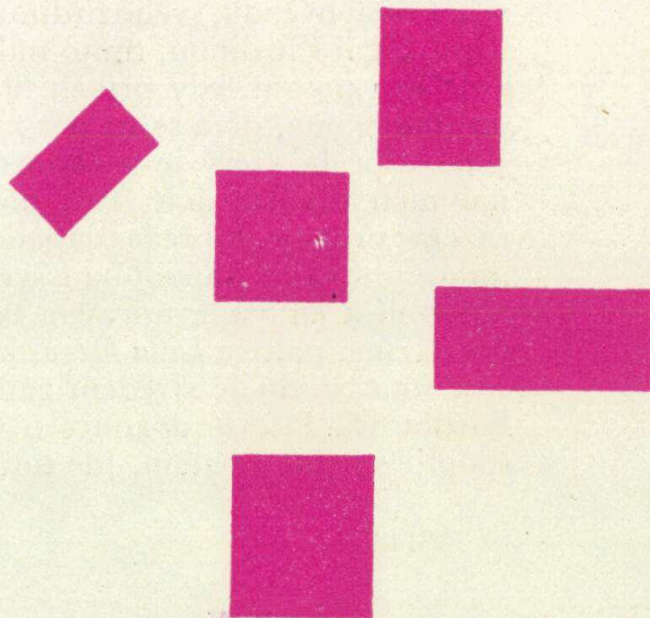
nevyhledává, dlužník se věřitele nestraní. Ale lehká změna zde přece jen nastala: mohl se změnit jejich další postoj k sobě, nedošlo už mezi nimi k obnovení důvěry. Ve společnosti v důsledku neustálého a vzájemného podněcování nastává také změna vzájemných postojů lidí k sobě. V tomto smyslu je třeba rozumět například teorii Baldwinově nebo Meadově (což jsou psychologové, kteří se zabývali sociální činností a chováním lidí): Podstatou sociálního chování je výměna podnětů a reakcí, dávání a brání. Z nich pak vznikají různé postoje, základy sociálních vztahů.



CHCETE BÝT FILMOVOU HVĚZDOU? ANEB SUGESCE A NÁPODOBA VE FILMU

(Vojtěch), 11. března 1959.

Vidím-li průměrný americký film nebo i film francouzský a anglický, neubráním se pocitu, že jeho „hodnoty“ (tedy to, co prospívá produkci filmu, tj. co film vynáší), jsou způsobeny nesmírnou popularitou hvězd, které ve filmu hrají. Kdesi jsem četl, že dnes v Hollywoodu tyto hvězdy určují všechny okolnosti, za kterých film vzniká. Příjmy Williama Holdena z *Mostu přes řeku Kwai* nebo Marlona Branda z *Tramvaje zvané Touha*, honoráře Binga Crosbyho, Elisabeth Taylorové, Lollobrigidy a Brigitte Bardotové dosahují částky sta tisíc i milionů dolarů. Zdá se, že film je dnes ovládán — v kapitalistických podmínkách — podivným „kultem hvězd.“



Čas od času jsme téměř všichni nuceni ve svém životě užít některých ne zcela vlastních postojů, některých přejatých způsobů chování, které nám — protikladně k předpokladům — skýtají iluzi bohatšího vnitřního života. Mládež zejména a lidé, kteří dosud hledají svůj životní smysl a štěstí, většinou tedy dospělí lidé mladšího věku, jsou strháváni k nejrozmanitějším náhradám a náhražkám svého mnohdy chudého a banálního života.

A co nejlépe vytváří takové náhražky a náhrady, odborně zvané *kompence*, to názorně ukazuje film. Vojtěchův postřeh o kapitalistických podmínkách filmové výroby se nám dobře hodí k tomu, abychom sugesci, nápodobu a všechny druhy náhražek ukázali na příkladu člověka našeho věku — u filmového diváka.

Neboť ve filmu, v nejmasovějším umění našeho věku, se do osudu jeho hrdinů promítá touha miliónů mladých po něčem, čeho se jim nedostává, ať už materiálně nebo ještě spíše na úrovni psychologické, v romantice a dobrodružství; potom tedy takové *promítnutí a ztotožnění s hrdinou* či hercem, který hrdinu představuje, příkladně vyjadřuje možnosti dnes velmi běžného vzájemného ovlivňování lidí.

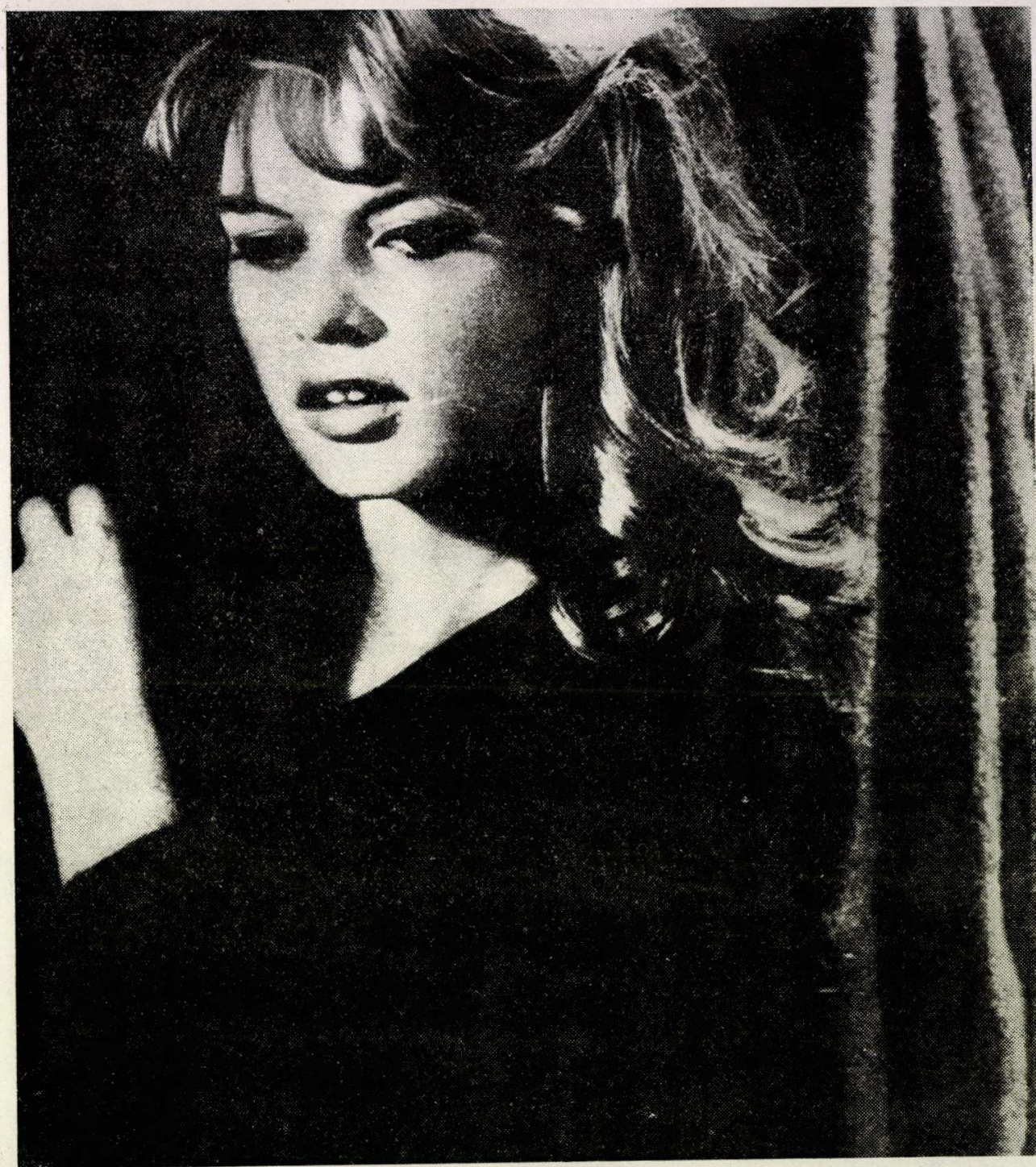
Správně poznamenal Vojtěch, že tomu tak je zejména na Západě. Americkému a západoevropskému divákovi především představuje film onu „celuloidovou drogu“ ve dvou hodinách pomyslného života, života snů. Každý návštěvník kina chce vidět svou hvězdu, svého hrdinu, s nímž po celé ty dvě hodiny vytváří společný osud. Ztotožnění s hrdinou, tímto miláčkem davů — hvězdou, trvá dvě hodiny, ale projevuje se i potom, kdy příběh filmu mohl být už zapomenut; hrdina je tu stále před našima očima, dívá se na nás z reklamních poutačů, plakátů, obálek knih, časopisů. Jeho úspěch, který je — konec konců — tím nejpodstatnějším, co může v těchto naivních představách život poskytnout, je způsoben jeho vzhledem, účesem, výrazem; proto je dobře ho napodobit. Iluze ztotožnění se tím ještě zvýší. Tisíce a možná milióny diváků napodobují své filmové miláčky vším, postojem a způsoby, i módou oblečení a chování, úpravou tváře, účesem, pohyby, nedbalostí apod. Nápodobou docházíme pak ke *kultu hvězd*, k jejich nesmírně rozšířené idolizaci.

V současnosti je středem zájmu filmových fanoušků francouzská hvězda Brigitte Bardotová. Píše se dokonce o velikém „mýtu“ západoevropské civilizace, který se spojuje s jejím jménem. Jde totiž o to, že tato křehká a mladistvě vyhlížející půvabná

bytosť vyplnila práy v povědomí veřejnosti „prázdná“, které zde zůstalo po posledním eroticky přitažlivém ideálu, jímž byly temperamentní a žensky vyzrálé Italky Lollobrigida a Sophie Lorenová. Na jejich místo nastoupila nyní tato představitelka erotické přirozenosti, živočišnosti a mladistvé nevinnosti — a to nezůstalo bez důsledků také na vkus a představitelství filmového obecního, zvláště mužů. Takže dnes — ve věku celulooidové drogy, již je film — má-li muž potřebu uvidět svůdnou ženu, navštíví kino, kde před ním na plátně líbá Robert Hossein Brigittu Bardotovou v *Odpočinku válečníka*, nedávném jejím filmu, a dívka, která u něho pak v jeho soukromém životě bude chtít mít úspěch, musí se této jeho představě eroticky přitažlivého ženství přizpůsobit vším, čím může. Pokud to nemůže být zrovna vzhledem a výrazem tváře, tak alespoň nenuceností a přirozeností, s níž se Brigitte svléká a obléká, s níž líbá a touží, s níž jí a spí a směje se a pláče... Že erotická představitelství mužů (nebo zejména mužů) má určitou spojitost s vývojem erotického ideálu ženství v dějinách kinematografie, potvrzuje jenom myšlenku o nesmírném vlivu filmu na psychiku moderního člověka. Četní specializovaní „historici“ na dějiny erotiky ve filmu i v tzv. civilizované společnosti nepřestávají o těchto souvztažnostech hovořit. Ale pro nás je zajímavější otázka, která se nápadně podobá té obligátní: co bylo dříve, vejce nebo slepice? Co bylo dříve? — Brigitte Bardotová se svou kočičí živočišností a nenucenou přirozeností, s níž si obléká kostým biblické Evy, tato konkrétní osoba z filmového plátna, podle níž si počali vytvářet své intimní touhy mladí muži našeho pokolení a podle níž se začaly strojit a chovat jejich dívčí vrstevnice, anebo — nejprve tyto mužské ideály a ženské způsoby, podle nichž dnes tak legendární Brigitte volila své role na plátně? Zdá se, že také mezi filmem a jeho divákem, mezi životem a jeho celulooidovou kompenzací se odehrává vzájemné podněcování postojů.

Velmi markantním a poměrně nedávným příkladem hvězdného kultu je také kariéra nedávno zesnulé hvězdy amerického filmu Jamese Deana, skutečně nadaného a vynikajícího představitele mladých „rozhněvaných mužů“ USA. V šestadvaceti letech ukončil Dean svou slibně se rozvíjející uměleckou i životní dráhu havárií v závodním automobile. Po jeho smrti, roku 1956, putovaly tři filmy s ním natočené v tisíci kopiích po amerických a západoevropských kinech a všude sklízely ovace







mládeže. Poštovní úřady v USA uvedly, že ještě rok po Deanově smrti docházelo na jeho adresu každý měsíc deset tisíc dopisů — (čehož ovšem využila jedna obratná obchodní firma, odpovídala na dopisy, posílala dobírkou hercovy fotografie, knížky o něm, jeho sádrové masky, reprodukce předmětů, jichž používal, verše a písničky o něm atd). Ale i ve staré Evropě se rozšířil tento Deanův kult. Ve Švédsku například, donedávna známém svou střízlivostí ve věcech vkusu i chování, počali mladíci při každé příležitosti nosit právě takové prosté bundy a kalhoty, v jakých hrával ve svých rolích Dean, a co horšího — uváděli do zmatku dopravní bezpečnost Stockholmu, Götteborgu a jiných měst svou „deanovsky šílenou“ jízdou na skútrech a v automobilech. I v konzervativní Anglii, která prý těmto sociálním módám jinak nepropadá, se objevilo množství klubů, oslavujících zmytologizovaného hrdinu.

Jiného herce amerického filmu, známého zpěváka Elvise Presleyho, zbožňovala v minulých letech americká mládež jako idol rokenrolu. Při jeho vystoupeních upadali mladíci i dívky do jakéhosi hysterického transu: váleli se po zemi, řvali, podléhali ničivému amoku jako primitivové.

Že by mezi nimi kolovalo cosi nadpřirozeného, mystického, jakási extáze či náhlé šílenství, a že by se právě takhle projevovalo „kolektivní Já“?

Všechno, co souvisí se sugescí a nápodobou, souvisí také úzce s tím, co bylo svého času — před padesáti lety ponejprv — označováno pojmem „davová psychologie.“ ||

JAK SI VYSVĚTLIT POJEM DAV ?

Vracíme se tak nazpět k naší rozpravě o „kolektivním Já“, k rovnici, která praví, že

$$1 + 1 + 1 + 1 + 1 \text{ atd.} = n$$

a která vyjadřuje neznámý počet členů, vytvářejících onu zvláštní a nesourodou skupinu lidí, jíž se říká *masa* či *dav*.

Ale začněme historií. Když před více než padesáti lety chtěli psychologové zkoumat člověka ve vztahu k druhým — neboť už Aristoteles ve zlatých dobách je inspiroval slavnou poučkou, že člověk je *zoon politikon*, tvor společenský — vybrali si právě sugesci a nápodobu jakožto hlavní nástroj toho, co člověk provádí v davu. Totiž: *Přestává tu prý existovat jako samostatné individuum a vlivem tisícerych vláken vzájemného ovlivňování a podmiňování se stává molekulou masy, součástí davu, sugestivně přejímá a napodobuje jeho kolektivní mravy.*

Koncem minulého století se už v tomto směru proslavily názory dvou francouzských badatelů, soudce Gabriela Tardeho a lékaře Gustava Le Bona, kteří se pokoušeli vysvětlit, proč duševní život jedince se ve skupině lidí mění a proč určité výtvořky ducha — řeč, umění, světový názor, náboženství — nelze vyložit zákony individuální psychologie, která chápe člověka jako jednotlivce.

Objevil se tu nový pojem: *sociální duše* nebo též *duše davu*. Vyjadřoval onu proměnu chování jedince v davu a ony zákonitosti společensky podmíněných mravů, odlišných od projevů individua. *Dav se stal symbolem zvláštní duševní jednoty lidí*. Ale tato jednotka — podle úsudku davových psychologů — nebyla příliš vábná: projevovala se ukrutností, mstivostí, amorálností, často i zločinností, tedy vlastnostmi, jež jsou oficiálně vlastně u všech národů a ve všech kulturách obecně odsuzovány.

Zodpovědělo by to tedy snad otázku, která při shlednutí Akce Teutonský meč vrtala Vojtěchovi hlavou? Vždyť ukruté, mstivé, amorální a rozhodně i zločinné byly kohorty nacistů, kteří plenili v „narijských“ domech a obchodech a kteří přicházeli zákeřně vraždit své bývalé a „zrádné“ soukmenovce v krvavé Bartolomějské noci, kdy si vyřizovalo své účty SS s jinými zločinci z SA.

Davová psychologie tvrdila, že v každé nesourodé změti bytostí, která je davem, mizí vědomá a dobrá osobnost člověka a nabývá vrchu osobnost nevědomá a zlá, přibližující se k primitivním vývojovým stadiím člověka z pravěké hordy, o němž se soudí, že si zachovával svůj kožešinou zakrytý krk neustálou animální válkou se svými soukmenovci. *Chybou však bylo, že Tarde ani Le Bon nerozlišovali mezi různými skupinami lidí*, mezi kolektivy lidí různě vycištěných a různě vedených, že přikládali tyto špatné „davové“ vlastnosti každé skupině a každé společnosti.

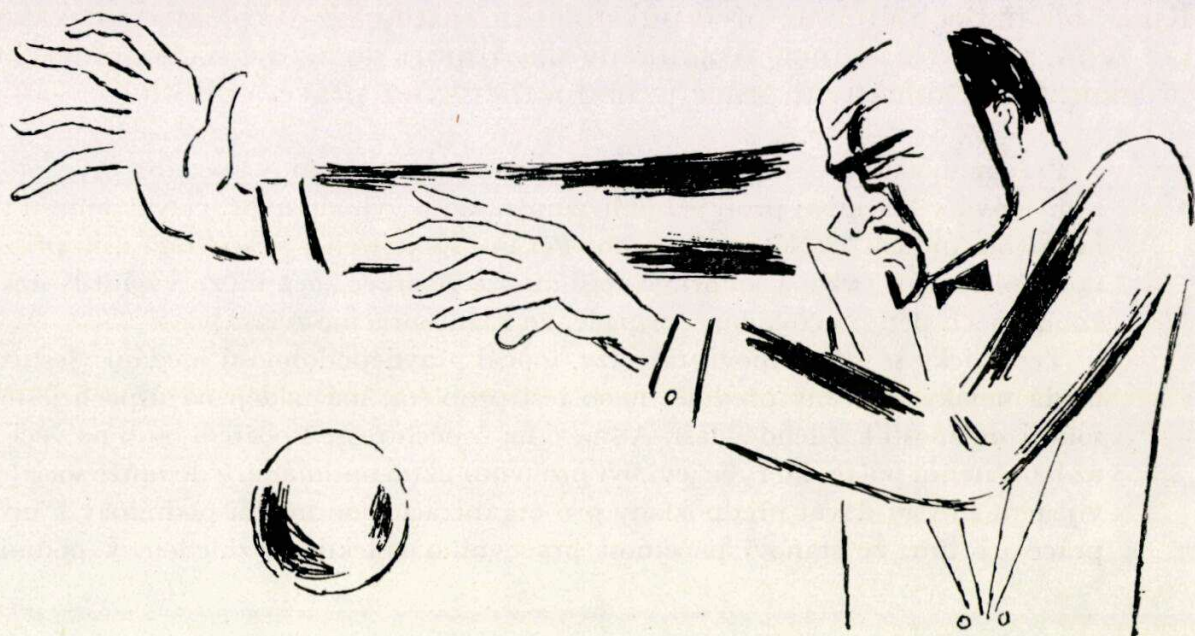
Skupina lidí, která disciplinovaně naslouchá přednášce nebo přihlíží nějaké podívané, nemá — ve valné většině případů — ony záporné povahové znaky a vlastnosti. Došlo k omylům, zaviněným unáhlenou a nerozmyšlenou generalizací, nesprávným zobecněním některých projevů masy lidí na projevy každé masy. Ačkoliv Tardovy a Le Bonovy názory dosti dlouho v psychologii přetrvávaly, vyvolávaly i kritiku a brzy převládla v pojetí davu nová hlediska. Tak například už další pojem tzv. *duševní nákazy* (duševní epidemie) vychází z postřehu, že pro „epidemická“ jednání lidí v nesourodé a anonymní skupině jsou rozhodující především jejich vlastní a individuální dispozice, nikoliv mlhavá „duše davu“, a že tu konečně rozhoduje místo a čas, kde a kdy tyto „epidemie“ vznikají.

Z dějin jsou známá různá sektářská hnutí, nábožensky podněcovaná, tance

flagelantů mrskajících se do krve, křížácká tažení dětí ke Svatému hrobu, při nichž zahynulo tisíce obětí, propukání masového šílenství při velikonočních pašijích apod. K těmto počínáním docházelo především u nervově (hystericky) zatížených lidí a takové výjevy se odehrávaly většinou v dusné a skličující atmosféře církevního prostředí, jež nepřestalo nikdy zdůrazňovat nicotu člověka před tváří boží a tím každého jedince už předem ovlivňovalo.

Velmi vážné námitky vznesli proti Le Bonově domněnce další psychologové, Allport, Dunlap, Krech, Ginsberg, kteří neopustili myšlenku *individuální odpovědnosti* člověka, která přetrvává, i když je jeho chování v neorganizované a anonymní skupině lidí ovlivňováno změněnými podmínkami. *Člověk však — pokud jeho společenská morálka je pevná a v osobnosti zakotvená, pokud je vedena k tomuto zakotvení důslednou výchovou — nepřestává být především bytostí sociálně citící a sociálně tvořivou.* U jedinců, kteří nemají pevnou a společenskou morálku, může nastat větší pohotovost k nepředloženému jednání v případě, že je anonymním členem davu, protože se necítí být pozorován, sledován jinými, a protože nepočítá ani s potrestáním. To ovšem může také zodpovědět Vojtěchovu otázku, týkající se chování masy zfanatizovaných nacistů: nacistická výchova — jak známo — zdaleka nepodporovala individuální odpovědnost vůči společenským hodnotám, ale rozdmýchávala naopak nenávist proti všemu, co nebylo nacistické. Kohorty nacistů byly po léta politickými demagogy ovlivňovány zásadami štvavé goebbelsovské propagandy a rosenbergovské ideologie „rasové nenávisti“, takže se tragické pohádky o Le Bonově mstivé a ukrutné „duši davů“ mohly lehce stát skutečností.

Morálka člověka vychovaného k úctě před společenskými hodnotami není nikdy tak slabá, aby podlehla nápodobě nebo davové sugesci lidí, jež tyto hodnoty neznají a jež jsou vedeni k tomu, aby je bořili. Dokonce nejvyšší způsob ovlivnění člověka prostřednictvím *hypnózy*, při níž dochází ke stavu naprosto zúženého vědomí, v němž jsme schopni přijímat příkazy přičící se i našemu normálnímu úsudku, dokonce ani tento stav — jak se prokázalo při četných pokusech — nevede u morálně založeného jedince k vyplnění příkazu, který by nesl vážné amorální důsledky. Hypnotizovaný člověk, jehož morálce se naprosto přičí vraždit, nemůže spáchat vraždu ani v hypnotickém transu. Osobní etika vítězí dokonce i nad projevy, jež můžeme



z hlediska psychologie posuzovat jako mimovědomé a mimovolní. A to samozřejmě tím víc pak platí, když zdravý a morální člověk je vystaven vlivům značně mírnějším, než je hypnóza, je-li tedy například vystaven osobní sugesci nebo společenské nápodobě.

A „strašidlo davu“ definitivně zmizelo, když se problémy sociální psychologie počaly prosazovat na poli výrobního provozu, *když skupiny lidí počaly být zkoumány jako skupiny pracovní, jako pracovní kolektivy*. V této oblasti se teprve zřetelně začaly ukazovat nesmírné výhody lidí v kolektivu; často se mluví o uvědoměném kolektivu, ale v té souvislosti to není neopodstatněná fráze: společné vědomí cíle, pracovních úkolů, kolektivní odpovědnosti, kolektivní tvorby hodnot povyšují jednak individuální morálku člověka, jednak ovlivňují i v absolutním smyslu jeho možnou výkonnost.

2
1
Ruský lékař Bechtěrev už před půl stoletím zjišťuje, že v kolektivu získávají jak lepší, tak zejména horší jedinci. A zmíněný již Allport dokazuje na množství statistických průzkumů, že kolektivní práce je hodnotnější než práce jednotlivce.

Pracovní aktivitu skupiny teoreticky odůvodňuje známý sociální psycholog Hoffstätter a shledává v kolektivu proti jednotlivcům zásadní výhody např. ve výkonnosti typu „zdvihání“ nebo „nošení“. (Názorně řečeno: Pět lidí spojených v pracovním úsilí při zdvihání nebo nošení břemene vykoná souhrnně větší množství práce, než může vyjádřit prostý součet výkonu oněch pěti pracovníků v případě, že každý pracuje zvlášť.)

Teoreticky se zde stanovil také tzv. model pravděpodobnosti hledání: Jestliže dvojice lidí hledá nějaký ztracený předmět nebo řeší problém, má naději na úspěch ještě větší, než je součet možností každého zvlášť. A šance na úspěch roste s počtem osob na věci zúčastněných až k určitému počtu, který se jeví být pro tento úkon optimální. Zde může sociální psychologie v jistém smyslu dávat předpoklady pro organizaci a optimální podmínky k určitému druhu práce už tím, že stanoví početnost pracovního kolektivu vzhledem k podmínkám úkolu.

↑
některých
základních
Věk socialismu je věkem masových hnutí. Společné rozhodování o věcech politických, hospodářských, ale i mravních a kulturních stává se záležitostí nejširších vrstev. Myslím, že je velmi přesné a odpovědné, *vznáší-li se přitom současně požadavek na široký a všestranný rozvoj výchovy, a zejména výchovy morální.* Jde o to, výchovou v člověku potlačit „davové“ vlastnosti, jestliže už jim přiznáváme možnost projevení, a především pak vypěstovat v něm *vlastnosti kolektivní.* Jestliže devatenácté století bylo věkem davů, jak se to také odrazilo v teoretických úvahách davových sociologů, pak můžeme dvacáté století dožít zdravě, morálně a společensky prospěšně, *stane-li se věkem kolektivů.* Domnívám se, že socialistická civilizace k tomu zavazuje.

→ možná to směřuje.

x) Právě ty věci, které k tomu dojde, jsou mi tuhle věci, které dávají smysl.



..... JSME DAV,
STO TISIC HLAV,
JSME DVĚ STĚ TISÍ RUKOU,
JEŽ NA HRÁNY TOHOTO KRÁLOVSTVA VÁŽNĚ TUKOU,
MĚ ZÁRMA NAD ZÁRMA,
ZÁSTUPY ROZDOSTHNĚNÍ,
S TĚMI Z NICHO NA
SVĚT.

(Jaroslav Seifert: Řeč davu)

Pohádky o tisícíhlavé sani, jíž byl dav v představách aristokratických davových psychologů minulého století, nemají v sobě ani zkušenou moudrost, ani moudrou zkušenost pohádek. Zmizely ze světa též příběhy „šlechtných princů“, jež této tisícíhlavé sani utínali jednu hlavu po druhé — a tyto příběhy už v našem podání zdaleka nejsou šlechtné. Přece však bychom obešli celý problém příliš pohodlně, kdybychom nezávážili, že za zvláštních situací i dnes existují určité formy davového chování. Říkám: *za zvláštních situací* — a tuto situaci prožila i naše přítelkyně Magda, jak o tom mluví ve svém deníkovém záznamu:

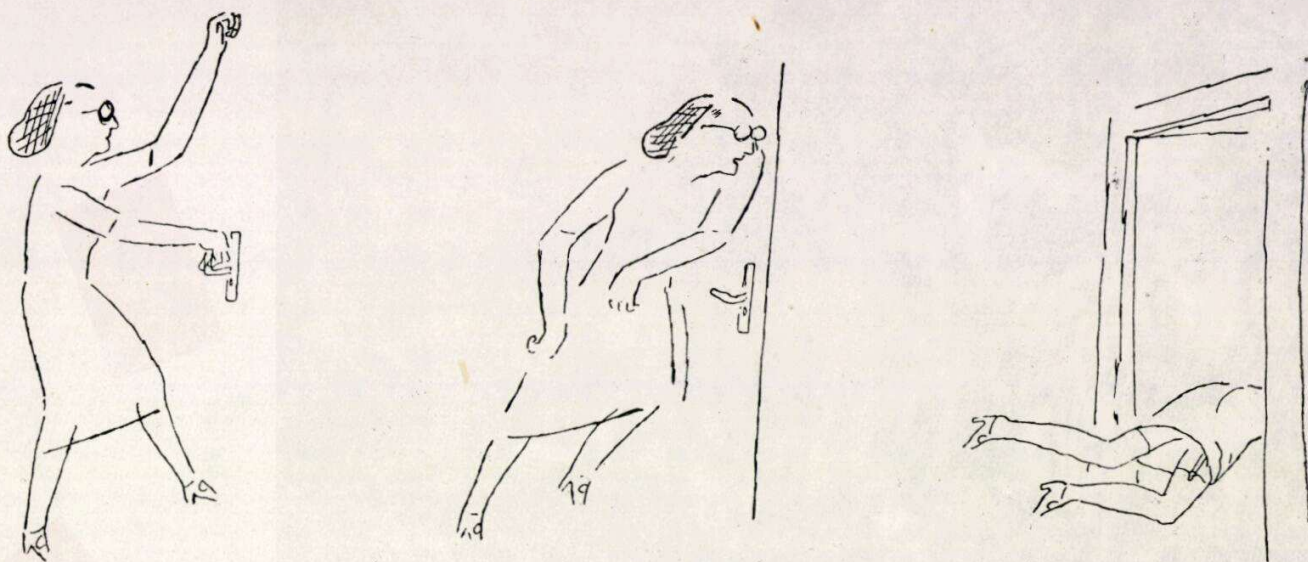
KDY REAGUJEME „DAVOVĚ“?

(Magda), 4. ledna 1960.

... a náhle kdosi vykřikl *hoří* a to, co jsem prožila, si budu až do smrti s hrůzou pamatovat. Návštěvníci se mačkali k východu, jako by neměli rozum. Najednou sem se i já cítila unášena, jakýsi silný člověk přede mnou používal loktů a mě se za ním podařilo dosáhnout nouzového východu dřív, než nás zasáhly plameny. Když jsem se tak cpala k východu, nemyslila jsem na nic, jen abych zachránila holý život. Kdo by řekl, že uprostřed civilizace dvacátého století může člověk prožít takové hrůzné dobrodružství jakoby odněkud z divočiny. Stál ten film za to? Že dneska musím přemýšlet o tom, jak v člověku dřímou síly, které si neuvědomuje a které jsou skutečně děsivé...

Odpověď na otázku v názvu je vlastně jednoduchá: „davově“ reagujeme *nejzřejměji vždy v případě paniky*.

Magda byla svědkem události v kině, kde vypukl požár. V sále, kde pět set lidí tvořilo sociální skupinu, která předtím ukázněně toužila po uměleckém zážitku a zábavě, stal se z ní v okamžiku náhlého ohrožení neukázněný dav. Co možno shledat? Diváci, jimž požár bezprostředně hrozí, sugestivně a nerozumně například napodobují energického člena skupiny, který se chce první protlačit k východu. Magda měla to štěstí, že napodobovala panické chování „úspěšného“ člena skupiny.

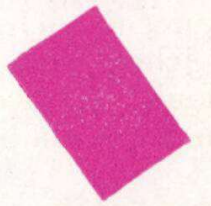
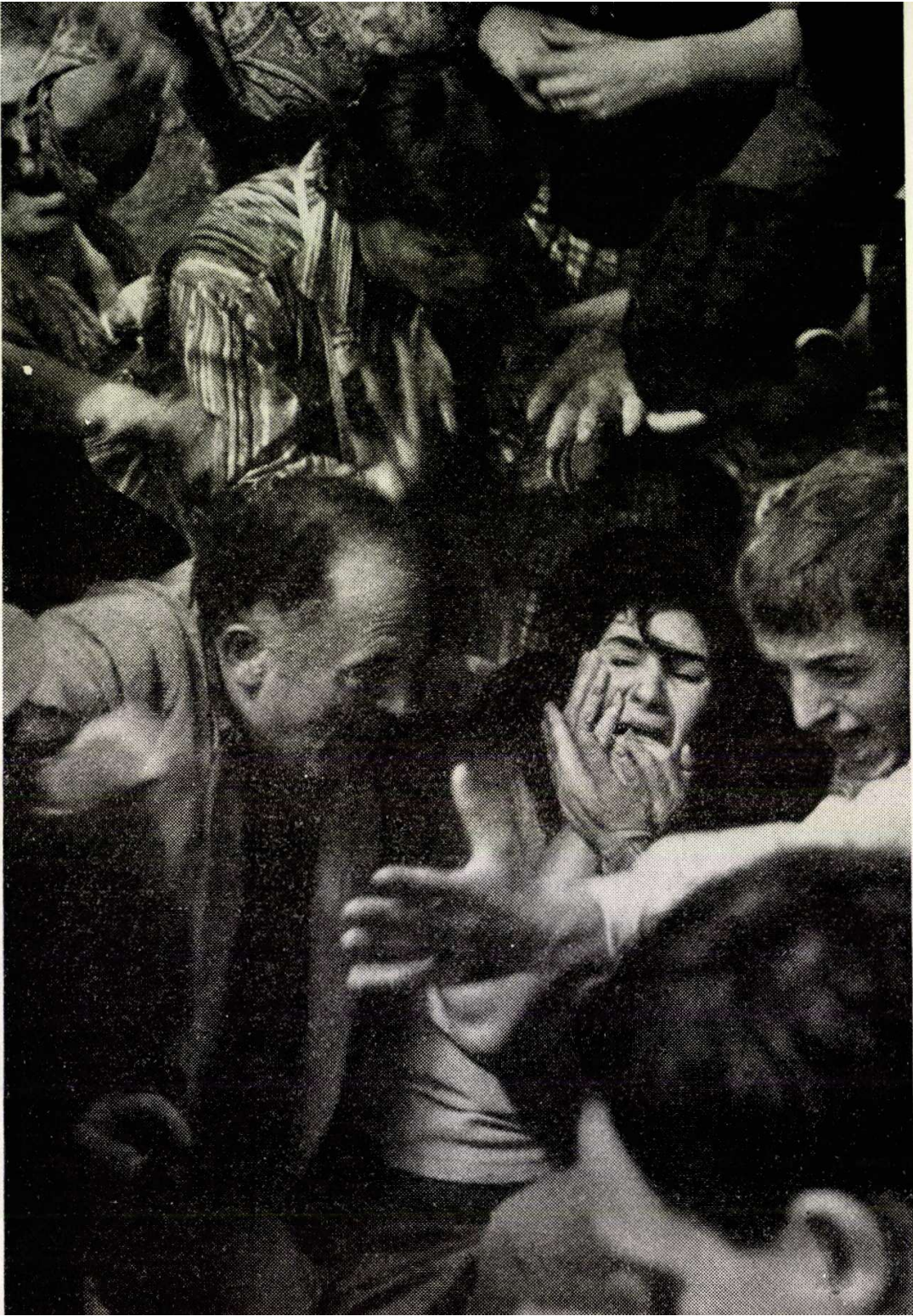


Hůře by s ní bylo, kdyby si člověk, který se svou silou dokázal v tlačeni prosadit, spletl směr — a i to se při panice často stává. Při chaosu a při panice vždy nejvíc lidí zahyne ušlapáním v důsledku nerozvážnosti a bezhlavosti v chování.

Situace ohrožení — zejména náhle vzniklá — vyburcuje pak v člověku pud sebezáchovy v takové míře, že se tímto pudem překryjí všechny jeho rozumové úvahy. Tehdy reagujeme „dávově“. Ale naštěstí chvíle, kdy jsme otroky svých pudů, afektů a vášní nejsou dlouhé; situace ohrožení netrvá věčně a nepůsobí trvale ani svým šokujícím a překvapujícím účinkem.

Stal jsem se jednou nepřímým svědkem příběhu na toto téma, příběhu, který se skutečně odehrál:

Jeho dramatickou hrdinkou — možno-li to tak nazvat — byla stará a klidná paní, dlouhá léta bydlící v našem domě, ač jsem ji znal sám vlastně jen od vidění. Vždycky mi připadala bojácná a samotářská; žila jen se svým synem, který trpěl těžkou srdeč-



ní vadou. Neměla rozhodně ani zvláštní vůli, ani velkou energii, a přece — v situaci ohrožení našla v sobě tolik síly a energie, že by její čin těžko mohl provést i člověk daleko fyzicky zdatnější a energičtější. Jednoho dne u jejího syna došlo totiž k srdečnému záchvatu a tato paní mu v zoufalé snaze chtěla pomoci; náhodou si vybrala dveře mého bytu, ale zvonila marně. Nikdo nebyl doma. A tak tato stará a slabá paní dveře bytu prostě vyrazila. Byla to afektivní reakce v okamžiku nejvyšší úzkosti. Byla to propuklá panika u jednotlivce. Podnítila v ní neuvěřitelnou sílu — ale též sílu zbytečně vynaloženou. Ne zvolila už jiné dveře, aby na ně zvonila, když u mého bytu jí nikdo nepřicházel otevřít, ale vybrala si jen tyto dveře a její jednání získalo nádech bezúčelnosti.

A takové reakce lidí, jež většina z nás poznala jistě z vlastní zkušenosti, nejsou sice podstatné, ale také ne ojedinělé. Stejně jako tato stará paní našla v sobě spoustu ohromné, leč zbytečně vynaložené energie, tak i skupina lidí — tedy takřčený dav — se někdy může projevat takto násilně, leč bezúčelně. *Panika se ve skupině navíc umocňuje silou nápodoby a motor jejího jednání, vášně či úzkost, se stupňuje sugestivním pohledem na stejně jednající bližní.*

Spisovatel Erskine Caldwell v povídce *Trápení v červenci* líčí lynčování černochoha i to, co je podnítilo. Hysterická ženská, která se chce stát středem pozornosti, obviní nevinného černého chlapce, že ji znásilnil. Sugescie, která pod vlivem tradičních předsudků amerického jihu chce být přijímána, působí zhoubně: najednou se sjíždějí bílí farmáři na lov nevinného člověka, aby vykonali akt vražedné msty, a unavení a střízliví se pak rozcházejí domů, trochu možná užaslí nad vlastním zločinem.

Někdy ukáže takové jednání i film. Samozřejmě, je to jednání velmi dramatické. Ve Felliniho *Sladkém životě* je například ukázána panika a bezhlavé chování nábožensky zfanatizovaného davu v místech, kde se měla zjevit Panenka Maria. A ještě názorněji jsem viděl tuto situaci zobrazenou ve starém americkém filmu *Byl jsem lynčován*. Kamera se zde očima herce Spencera Tracyho dívá na rozvášněný dav, který v touze po oběti útočí na vězení, kde je zavřen nevinný hrdina. Oči planoucí vášní, paže házející hořící nálože na dům — *všechno tu má nápadnou podobnost*. Člověk v takových chvílích opravdu ztrácí svou individualitu, jak v projevu, tak ve výrazu. Animální pud na chvíli zvítězí a rozum, jak se říká, zůstane stát za branami vědomí.



(Vojtěch), květen 1959.

... a tak vidím na obrázku lidi mé generace, samé mladíky a stejně staré dívky, kteří při tom tanci jakoby napodobovali to, co jsem viděl v Dějinách sektářských hnutí jako politováníhodné tance flagelantů, tance smrti a jiná středověká šílenství. V pozadí je několik křečovitě stažených tváří se saxíky, trubkami, bubeník má vlasy přes obličej sčesány dolů, trumpetista dokonce sedí na opravdovém živém koni, bylo to na nějakém přírodním parketu, a u mikrofonu na vyvýšeném pódiu chlapík s hustými vlasy — patrně onen legendární Elvis Presley... v rukou kytaru a zkroucený jako v záchvatu — Chybí tu ovšem zvuková stránka; nevím, co hráli; možná, že právě to bylo na tom to dobré...

ním, proti panujícímu pořádku. V některých společenských podmínkách je to logické a nutné, avšak protest proti stávajícímu pořádku nemotivuje nikdy v těchto filmech (ani v teoretických základech, podle nichž je vystaven konflikt) přirozená a zákonitá touha po *změně generačních podmínek*, nýbrž jakési skryté hrdinovy komplexy, posvátná osobní revolta bez důvodu, mystická vzpoura jedincova, vzpoura bez východiska. V osobě mrtvého herce Deana, jak bylo řečeno, vidí ostatní chlapi a děvčata svůj idol; vidí v něm mluvčího své vlastní vzpoury, jež podle předlohy, kterou herecky ztělesnil, se dostává na scení. Nakonec zjišťujeme, že *sociální úkazy — jako je sugesce a nápodoba — různé náhrady a ztotožnění, že celý tento složitý proces lidského ovlivňování má své kořeny v samotném sociálním systému, který je konec konců souhrnem sociálních vztahů lidí v něm žijících.*

Pokud řešíme případy mladického blouznění, chuligánských výstřelků a kultu hvězd před trestním senátem, cítíme to jako tragické opožďování výchovy za životem. Citový život mladého člověka je ještě nevyrovnaný a ve výchově ho nutno usměrnit rozumovým vysvětlováním, výchovným ovlivněním, s nímž se dostává mladému člověku jasného a rozumového přehledu o otázkách jeho revoltujícího a zbrklého rozhodování a jednání.

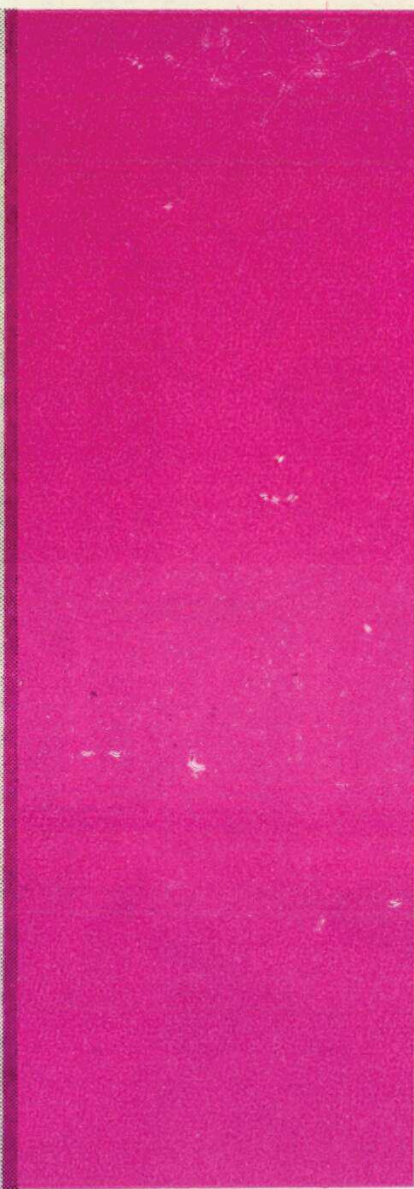
Tedy: *cit ano, ale nikdy ne jako planý afekt, nýbrž výchovou a rozumem rozvíjené využití bezedného vnitřního bohatství člověka. Zdravé ovoce ze zdravého stromu poznání.*

2 A závěr číslo 2: *Rozhodující je postoj člověka k druhým.*

Jednotlivce nelze posuzovat podle toho, co si sám o sobě myslí, co si představuje ve svém vědomí. *Vědomí, subjektivní pohled a názor neurčují život, ale život určuje je.* A život — to jsou desetitisíce let trvající meziosobní a skupinové vztahy lidí, a právě tak dlouhé období vzájemného podněcování i sebepodněcování, jejichž podstatu jsme si už osvětlili.

La Ville inquiète.
Peinture, 1941.





Proto se Vojtěch projevuje ve vztahu k Adamovi a Evě, Jiřímu a Magdě, Janě a Milošovi, a nikoliv sám, izolovaně. I vzájemné vztahy, formy vzájemného ovlivňování — jako je sugesce, nápodoba, náhrada, promítnutí aj. — mohou být zase jen zkoumány na pozadí obecně platné společenské skutečnosti, vyvíjející se podle zákonů člověkovy historie. Ta už však nezbytně přesahuje psychologii.

Ovšem subjektivní vědomí jedince, to jest, co si člověk představuje pod pojmem „vztahu k druhým“, může být formováno dvojím a protikladným způsobem. Nabízí se tu tento neobvyklý příklad: *Představme si, že procházíme jakousi pomyslnou galerií obrazů, obrazárnou moderního umění. I tato díla zde nám mohou říkat cosi o lidech ve společnosti, neboť lidskou společnost různým způsobem a v různých vztazích zpodobují.*

V jedné kóji visí obraz belgického surrealisty Paula Delvauxe *Neklidné město*; zadívejme se na něj dobře. Prochází zde starosvětsky oblečený cizinec městem nahých lidí. Kromě asociací úžasu z nevěrohodné situace navozuje v nás obraz také pocity zvláštního odcizení, pocit individuální uzavřenosti před lidmi, před společností. Sociální vztahy jakoby neexistovaly, anebo jsou tak tajemné a zašifrované, že je člověk už nemůže rozluštit. Nemůže je prostě pochopit, a proto žije dál ve své ulitě, sám oblečený uprostřed nahého světa, vyděděncem uprostřed vyděděných.

A ve druhé kóji — například — jsou obrazy francouzského malíře Fernanda Légera, na nichž jsou lidé svázáni podivuhodným bratrstvím, dotýkající se svými rukama a tvořící jenom části ohromného celku, jemuž se říká lidstvo. Vytvářejíce mozaiku lidských údů, těl a hlav, vytvářejí tím skupinu vzájemných vztahů, tak tělesně například na dekorativním panó *Čtyři akrobati v šedém* symbolizovanou, že si ji dovedeme představit i v odvozeném spojení psychickém, takže nám tento Légerův obraz říká slovy své výtvarné řeči: *I ve mně je trochu tebe*, a to je — po mém soudu — nejlapidárněji vyjádřený zákon sociální psychologie.

Naše rozprava opsala rozsáhlý kruh. Ocitáme se znovu u zjištění, jež nadepsalo první kapitolku. A znovu bychom mohli uvést svou výhradu: *Na světě nejsme jen my dva*; a nabídne se nám pak možnost pojednat o dalších vlastnostech společenské skupiny.

JSEM-LI PŘÍSLUŠNÍKEM KOLEKTIVU...

ANEB

„MY OD JEDENAČTYŘICÁTÉHO!“

T

(Vojtěch), srpen 1959.

ěch pár dní, které každoročně trávím o své dovolené u dědečka v Bechyni, jsou vždycky ve znamení jeho vzpomínek na „staré zlaté časy“. Jako by mu naše generace připomínala vždy jen omyly, kterých se bezpochyby dopouští. Ačkoliv uplynulo už více než čtyřicet let od rozpuštění dědečkova regimentu, je to vždycky „náš starý regiment“, který byl nejstatečnější v první válce, který byl jakýmsi vzorem válečné odvahy a dějištěm statečných činů. Ono „my od jedenačtyřicátého“ nebo „naše rota“ nebo „náš regiment“ zůstává pro dědečka stále přetrvávající skutečností...

(Miloš), 14. ledna 1959.

Měli jsme to štěstí, že naše třída byla nejlepší. Snad nejenom v kamarádství, ale i ve sportu a vůbec ve všem, co se týče kolektivní zábavy.

Za stolem vinárny se sešli bývalí abiturienti z annó dómini, aby oslavili dávné výročí své maturity. Tak tu sedí dnes padesátníci a padesátnice, jejichž současnou podobu byste jen stěží shledávali na fotografii ze starého abiturientského tabla. Ale je to stále „stará naše třída“ (podobně jako třída Milošova), která tu slaví nevímkolikáté výročí a která byla vždycky za blahých let tou nejlepší na celé škole a předčila všechny ostatní ve sportu, v učení i v kamarádství.

A z dědečkova vyprávění je zjevné, že „náš regiment“, přetrvávající dosud v jeho vědomí jako skutečnost, byl nejlepší a nejstatečnější z celé ohavné války. A jediný tehdy v chaosu válečných jatek za něco stál. Jemu také připisuje Vojtěchův dědeček své vzpomínky na „staré zlaté časy“, které už dnešní generace prý nezná.

Uvidíme, že mínění oněch někdejších abiturientů i výroky Vojtěchova dědečka jsou v jistém smyslu typické a zákonité. Předně: Mezi charakteristické psychologické rysy kolektivu, který drží pohromadě, patří zvláštní *iluze podobnosti jejich členů*. Jednotou idejí a postojů, společným „nejniternějším přesvědčením“ se u většiny osob jedné skupiny vytváří dojem, že si jsou všichni vzájemně podobní. Členové skupiny se počínají označovat zájmenem „my“. Vybírají si k sobě další členy, kteří s nimi vnitřně souhlasí a kteří později získávají i společné vnější známky skupiny, ať už jde o uniformu, odznaky, určitá pravidla chování apod. Ono zájmeno „my“, které je jejich pojátkem, má veliký význam pro uvědomělou soudržnost a jednotu celého kolektivu. „My od jedenačtyřicátého...!“

To však ale ještě není všechno: Vlastnímu obrazu skupiny připisují její členové vždy příznivé a světlé barvy, jež tak lahodí vzpomínkám na staré časy. *Pochvalovat se vzájemně* — to dokáží všichni dědečkovi kolegové z regimentu, to dokáží i všichni Milošovi spolužáci, to je jakýsi nepsaný zákon dorozumění mezi jednotlivými příslušníky skupiny. Naproti tomu nepříznivé vlastnosti jsou připisovány obrazu jiné, např. sousední nebo generačně pozdější skupiny. Pro pochvalu či kritiku jedné skupiny ze strany druhé je rozhodující vždy společenská blízkost či vzdálenost obou těchto skupin. Sousední třída z Milošovy školy je jemu a jeho spolužákům bližší než jiná třída ze školy druhé, proti níž vedli klukovskou válku. Regiment, který byl v kasárnách s dědečkovým regimentem, má také s ním mnohem víc společného než jiný regiment z jiného města.

Třetí okolnost, která s každým kolektivem stojí a padá, je způsobena neustálým vývojem jeho vnitřních vztahů. Bylo to odborně nazváno skupinovou dynamikou.

Starý a přesný soud o tom, že *všechno, co je, se také mění a není to nikdy trvalé*, platí mimo jiné i v této oblasti. Konec konců: lze to pozorovat zde více než jinde, vždyť to sami prožíváme, sami si to takříkajíc empiricky, vlastní zkušeností uvědomujeme. Neboť —

MĚNÍ SE ČLOVĚK, MĚNÍ SE I JEHO DRUZI —

a to je pravda stará jak lidstvo. Se směšnou dávkou ironie, jakou nalezneme v *Knize apokryfů*, pozoruje Čapkův pračlověk Janeček, jak ta nová generace jeskynních lidí, mezi níž patří i jeho syn, odmítá kamenné oštěpy a nahrazuje je kostěnými. A stará Janečková odsuzuje mladou, protože vydělává kůži popelem a ne jako dřív oškra-
bováním.

— „To máš tu dnešní výchovu,“ kázal starý Janeček. „A když semhle tamhle něco povím synovi, řekne: Tatínku, tomu vy už nerozumíte, dnes je jiná doba, jiná epocha — Vždyť prý, říká, ani ty kostěné zbraně nejsou ještě to poslední slovo; jednou, říká, přijdou lidé na ještě onačejší materiál — No víš, tohle už přestává všechno... To musíš uznat sama jako hloupá ženská, že — že — že to přesahuje všechny meze!“ Paní Janečkové klesly ruce do klína. „Ty,“ řekla, „a kde se v nich ty nesmysly berou?“

(Karel Čapek: *Knihapokryfů*)

Taková generační proměna je samozřejmě známá a všeobecně uznávaná; samozřejmě se připouští, že se lidé generaci od generace mění, že se podrobují těmto historickým proměnám, jako je to v případě Janečka a jeho syna. Někdy však tím spíše uniká poznání, že změnu prodělávají také vztahy v jedné generaci, ba dokonce v krátkém období, daleko kratším, než je období generační, které už nelze hodnotit zorným pohledem historie. Jsou to změny současného a přítomného chování a jednání lidí, v nichž se vrší nové a nové postoje a vztahy, vždy jiné třeba včera, dnes, zítra. O tom chce poskytnout přehled právě zmíněná skupinová dynamika.

(Miloš), 14. ledna 1959 (pokračování)

Pravda, čas od času i naše třída prodělávala krizi. Bylo to například v době, kdy k nám přišly holky z rozpuštěné vedlejší školy. Najednou jakoby ten kamarádský vztah mezi námi přestal existovat. Honza, co dosud dělal předsedu, se stal pro svůj poměr k Marii nejnenávidějším klukem ze třídy, a tehdy jsme ještě ani nemohli uvážit, jak se mu to — bohužel — muselo vymstít.

Horda lovců mamutů, ke které patřil náš imaginární příklad — pračlověk Janeček, také tvořila společenskou skupinu. Byla to poměrně malá skupina, kde se lidé poznávali tváří v tvář (proto v angličtině: „face-to-face-group“), a takovéhle společnosti se říká skupina primární. Kdybychom však pračlověka Janečka přesadili do moderní doby, zavedli ho do ČKD Sokolovo ke stroji, aby na něm pracoval, nebo za stůl kanceláře, zajistili bychom mu členství v daleko větší sekundární skupině lidí ze stej-

ného průmyslového podniku, a tím, že by byl v Praze a v Čechách, stal by se příslušníkem sekundární skupiny pražské nebo české. Lidé v sekundární skupině se navzájem pochopitelně znát nemohou, ale mají přesto jedno společné: značně si blízký společenský nebo hospodářský nebo národnostní postoj, anebo vůbec společný vztah k místnímu prostředí, v němž žijí.

V organizované skupině, ať primární či sekundární, podléhá chování lidí *vzájemnému řízení*. V Milošově třídě byl zmíněný Honza předsedou samosprávy — v době, než si pro svůj poměr k neoblíbené dívce zneprátnil ostatní své spolužáky. Potom se k němu postoj spolužáků změnil: jeho všeobecná obliba utrpěla a vystřídala ji neoblíbenost. Řekli bychom, že skupinová dynamika v Milošově třídě zaznamenala neprospěch v případě Honzovy *oblíby*, ale též *autority*, kterou měl dříve před třídou jako její předseda.

Jde o všeobecně známou zkušenost: *Žádná role, která byla příslušníku skupiny svěřena, není trvalá a neotřesitelná, když už její nositel přestává plnit představy, vytvořené o ní ostatními členy.* (Většinou se tyto představy u vůdčí role omezují právě na oblibu a autoritu.)

Vzdáleně připomíná kolektiv lidí některé jevy ze živočišné říše, například mravenišť. Jako zde královna, dělníci, vojáci atd., i v lidském společenství má každý člen vymezenou funkci, a zejména ve skupině primární, jakou byla též Milošova třída. U nižších živočichů se samozřejmě tyto funkce nemění, neboť jsou dány *biologicky*, kdežto u lidí jsou dány *sociálně*, a proto podléhají čas od času změně. Lidské společenství uvažuje rozumově a podle toho i své funkce rozdílí. Motivy a způsoby chování zvířat jsou pudové, ale u vyšších zvířat (např. u psů) zevně na ně také působí sociální faktory (vžitý řád smečky apod.), a každé zvíře už v přítomnosti druhého mění své chování buď dočasně, anebo si dokonce vypěstovává trvalejší sociální návyk. Leccos z tajemství pospolitosti zvířat nám líčí umělecká literatura; v některých knihách Jacka Londona je například věrně vykreslen život psí smečky, nebo v knihách M. Battena, Thompsona-Setona aj. Důvěrně se seznamujeme s pospolitostí členovců také v dílech francouzského symbolistního básníka M. Maeterlincka, jehož *Život včel* a *Život mravenců* pokládám za nejkrásnější umělecké „zvířecí monografie“, prozkoumané přitom s vědeckou důkladností. Neméně zajímavá jsou však i odborná sdělení zoopsychologů a „zoosociologů“.

I na pokusech s kuřaty (vytvářejících tzv. Hockordnungen nebo Rangordnungen, tj. systémy pospolitosti) se ze vzájemného kontaktu zjistily už záhy vypěstované formy sociálního chování, jež dokonce slouží jako vývojová srovnání s ranými fázemi dětské socializace.

Soustavně je sledována zoopsychologie domácího psa. Už sama dvojice psů stačí, aby se změnilo chování obou zvířat, neboť u obou dochází ke zvýšení jisté pudové činnosti i k rušení činnosti jiné.

Nedávno potvrdil psycholog Schmidt (NDR) rozdělení funkcí ve smečce psů: Zajímavé je, že postavení vedoucího psa je ve smečce stálé, zatímco ostatní podřazené funkce jsou proměnlivé a citlivé na vnější zásahy (např. na příchod nového psa, na změnu zacházení apod.). Odchod vůdce smečky vede k přebudování celé skupiny. Největší soudržnost vykazuje smečka v situacích prospěšných celku, jako je např. lov kořisti.

Jinými průzkumy se zjistilo, že zvíře s vedoucím postavením se může ke každému jinému příslušníku skupiny chovat násilně, ale samo není nikdy napadeno.

Řekli jsme, že v *primární skupině* lidí je volba funkcí celkem jednoduchá. V *sekundární skupině* lidí, již se vzájemně neznají, je situace tím složitější, čím je zde více členů. Je to docela logické; množství vztahů předpokládá též množství možností skupinového vývoje; představy oblíbenosti i autority se jistě lépe vytvářejí o člověku, který je s námi v úzkém kontaktu, tedy ve společnosti, kde se všichni znají „tváří v tvář“. Ve složitě skupině je také složitější *dynamika*.

PŘÍKLADY

Termín „skupinové dynamiky“ jako první razil někdejší berlínský profesor psychologie, později emigrující do USA, Kurt Lewin. Značnou pozornost vzbudily například jeho průzkumy z rekreačních skupin mladých lidí, z letních táborů a osad, v nichž se podle experimentálních plánů záměrně měnil vždy styl vedení. Nejvíce se tu osvědčila *demokratická forma vedení*, která vykazala nejméně případů *nepříznivého sociálního chování*. *Za autoritářského vedení* naproti tomu se podporovala ve skupině *nenávist a averze různých členů proti sobě*. *A liberální styl vedení*, při němž si členové mohli dělat, co chtěli, vedl k neaktivnosti skupiny, také se tedy neosvědčil.

V současné době se ztv. *sociometrickými studii* zabývá psychiatr J. L. Moreno, pocházející z Vídně. Jak už pojem „sociometrie“ naznačuje, jde mu vlastně o *změření* kladných či záporných vztahů v dynamice určité skupiny. V každé společnosti je totiž možno vyjádřit a změřit odpovídající proměny názorů a postojů jejich příslušníků, jestliže se po určitou dobu tyto názory a postoje sledují. Moreno tyto skupinové vztahy získával na základě jednoduchých dotazníků, na základě ankety.

Model takové *sociometrické studie* si sami můžeme ukázat. Ankety se zúčastní dejme tomu skupinka našich známých mladých lidí, o kterých se v našem pojednání často hovoří a kteří celou dobu naší rozpravy nás inspirují svými názory a dotazy; *jde o Vojtěcha, Miloše, Milana, Janu, Magdu a Martu*. Přiberme ještě *skeptického pána a stěžující si paní M.* z první části knížky a máme tu osmičlennou skupinu lidí, o kterých si už každý z vás mohl učinit víceméně jasnou představu. (Zkratkami vyjádřeno: V, Mš, Mn, J, Mg, Mt, S, M.).

Tuto studii můžeme brát jako druh společenské hry a pokusíme se pak vyvodit z názorů a postojů zúčastněných, které jsme poznali z jejich deníkových záznamů a dotazů, jak by se asi sami hodnotili vzájemně, a to ve svých odpovědích na tyto čtyři otázky:

TEST

1. S kterými dvěma z nás byste chtěl trávit letošní dovolenou?
2. S kterými dvěma z nás byste chtěl spolupracovat na nějakém neznámém úkolu, s vaším povoláním nesouvisejícím, ale přiměřeným jak mužským, tak i ženským možností?
3. Kterí dva z nás by měli hájit naše společné zájmy před veřejností (například jako důvěrníci ROH apod.)?
4. S kterými dvěma z nás byste se nerad setkal na opuštěném ostrově, kdybyste ztroskotal?

Návod k hodnocení je velmi jednoduchý:

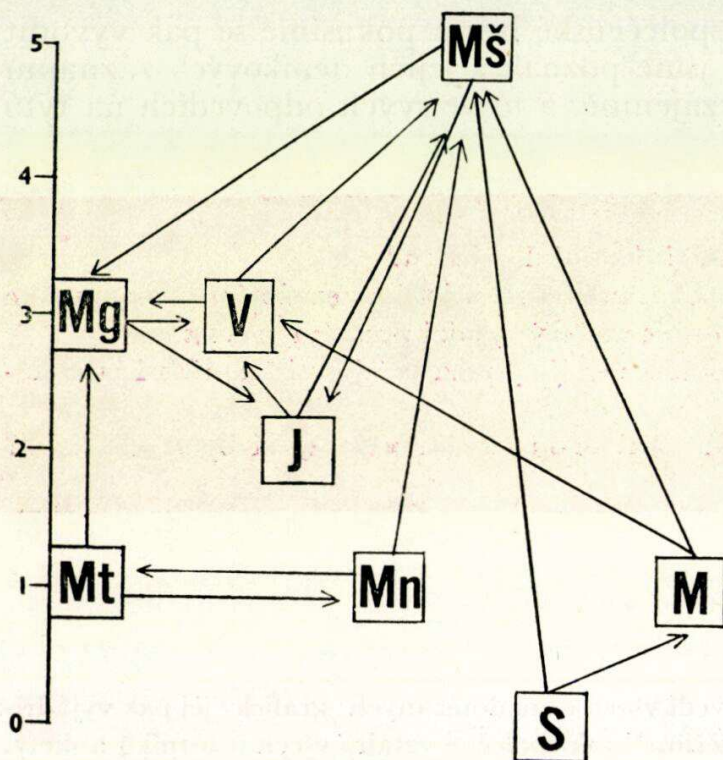
U každé otázky zachytíme *souhrn* odpovědí všech osmi dotázaných; graficky jej pak vyjádříme pomocí malého „sociogramu“ a „změříme“ tak společné vztahy všech účastníků ankety.

Nuže k otázce č. 1: SOCIOGRAM OBLIBY.

Kdyby odpovědi vypadaly například tak, že

Vojtěch volí Mg, Mš	Magda volí J, V
Miloš: J, Mg	Marta: Mn, Mg
Milan: Mt, Mš	Skeptik: Mš, M
Jana: Mš, V	Paní M.: Mš, V

přehledně by to bylo pak znázorněno sociogramem na další stránce.



Vidíme z něho, že navzájem se volili

$$\left. \begin{array}{l} \text{Mš} + \text{J} \\ \text{V} + \text{Mg} \\ \text{Mn} + \text{Mt} \end{array} \right\} = \text{milenecké dvojice,}$$

a to je samozřejmé. Rozpor už však vidíme mezi V + J, tedy mezi sourozenci; Jana volí Vojtěcha zároveň s Milošem, protože nemá patrně tak velký okruh přátel a chtěla by, aby se její bratr sblížil s jejím chlapcem. Vojtěch dává přednost skutečně Milošovi a samozřejmě Magdě, na mladší sestru však mu už nezbude. Milan a Marta tvoří uprostřed této skupinky vlastně ostrůvek sami pro sebe, volí se vzájemně a sami. Marta volí ještě Magdu, které ukřivdila, ale Magda už tuto volbu neopětuje. Skeptický pán a paní M. jsou víceméně cizorodé živly, a tak jsou na konci tabulky; skeptik volí paní M., protože v ní vytušil živnou půdu pro své názory, a také Miloše, protože ten mu nikdy nebude odporovat. Paní M. hledá oporu ve své úzkosti u „silných mužů“ — zejména u Vojtěcha.

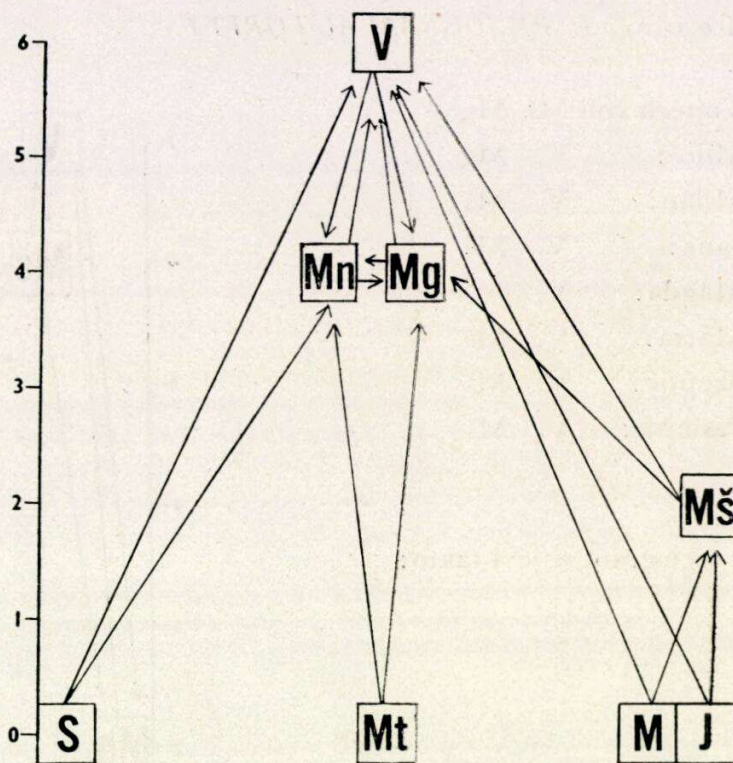
K otázce č. 2:

SOCIOGRAM INICIATIVY

Vojtěch volí Mg, Mn
Miloš: V, Mg
Milan: V, Mg
Jana: V, Mš
Magda: V, Mn
Marta: Mn, Mg
Skeptik: V, Mn
Paní M.: V, Mš

Nejvíce je tedy volen Vojtěch (6×).

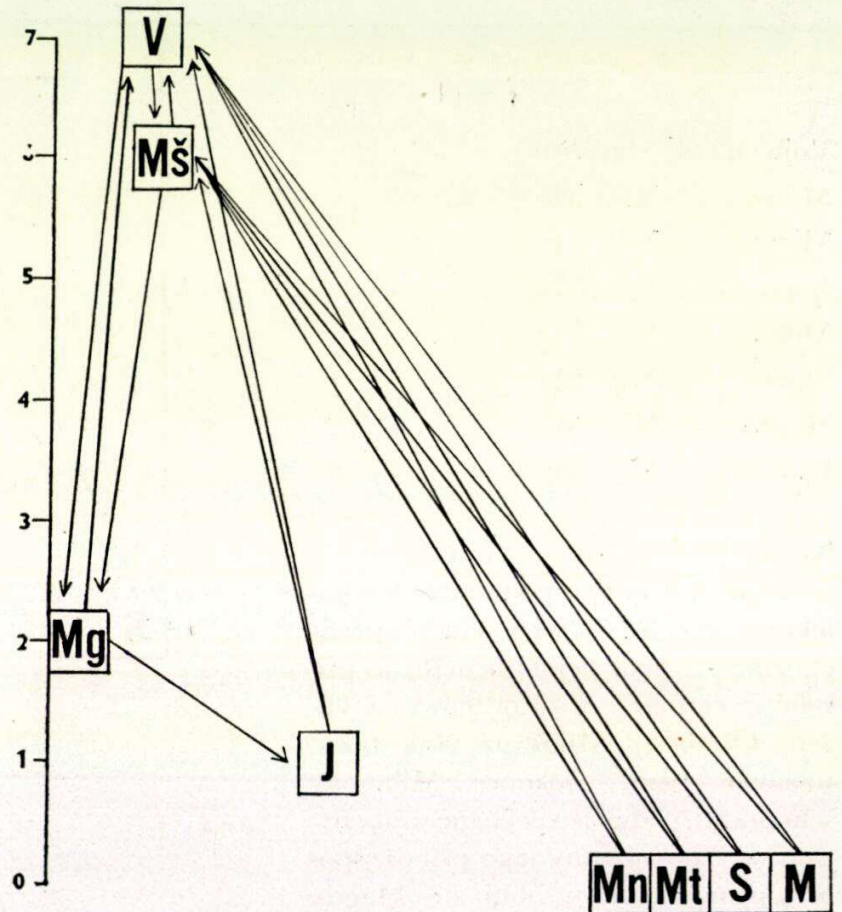
Vojtěch, bystrý a podnětný člen kolektivu, ačkoliv — jak je vidět z předchozího — není nejoblíbenější, je pro svou iniciativu vysoko oceňován a vážen. Oblíbený Miloš už však takto uznáván není. Dokonce Milanovy schopnosti, i když je vcelku neoblíbený, jsou také pocíťovány jako přínos, spolu s přínosem dosti oblíbené Magdy dokonce na druhém místě. Malé poučení: *Vlastnosti obliby a iniciativy nejsou vlastnostmi shodnými a nejsou k sobě v žádném přímém vztahu.*



K otázce č. 3: SOCIOGRAM AUTORITY.

Vojtěch volí Mš, Mg
 Miloš: V, Mg
 Milan: V, Mš
 Jana: V, Mš
 Magda: V, J
 Marta: V, Mš
 Skeptik: V, Mš
 Paní M.: V, Mš

a sociogram se jeví takto:

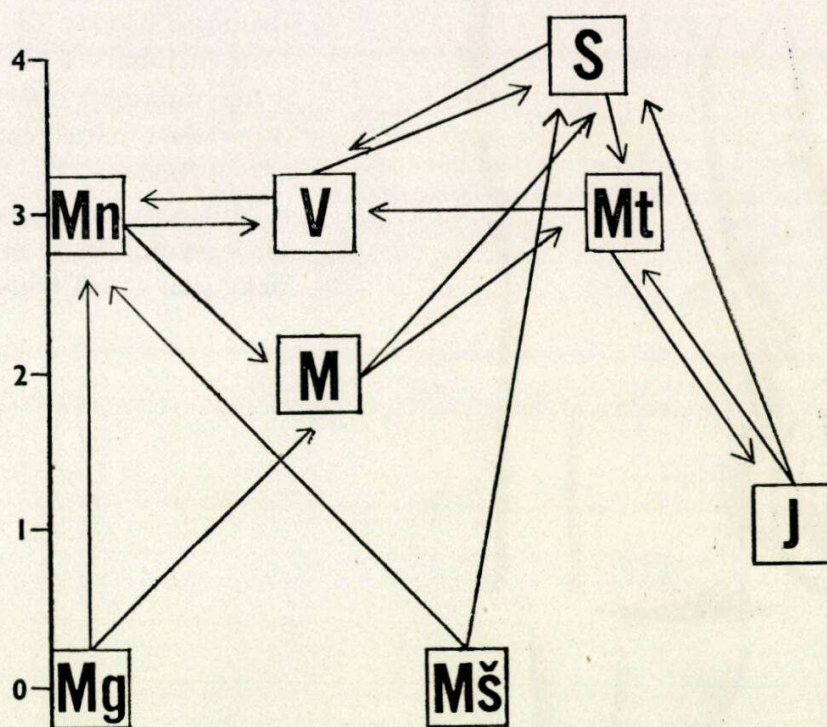


Schopný a inteligentní Vojtěch je ohrožen pouze oblíbeným Milošem. Malé poučení: *Autorita a sociální důležitost jako vlastnost vůdčího ducha ve skupině nejsou přímo uměrné k oblíbě, ale oblíba a hlavně iniciativnost ji podporují.*

Konečně otázka č. 4: SOCIOGRAM NESYMPATÍÍ.

Vojtěch volí: Mn, S
Miloš: S, Mn
Milan: V, M
Jana: S, Mt
Magda: Mn, M
Marta: V, J
Skeptik: V, Mt
Paní M.: S, Mt

a jak to vypadá graficky?



Vojtěch a Milan se nemají příliš rádi, oba energičtí a schopní jsou vlastně soupeři. Miloš nemá rád Milana, že opustil tak nevhodným způsobem Magdu. Jana zase nemá v oblibě Martu, protože se jako každá žena dobře vžívá do situace Magdy. Magda se vyhýbá Milanovi, ačkoliv jistě



ne z vyslovené nesympatie; jsou jí proti myslí také ustavičné stížnosti paní M. Skeptik nemá rád schopného a energického Vojtěcha. Paní M. nemá ráda skeptika a odsuzuje i jednání Marty.

Tímto sociogramem se nám potvrzují v obráceném smyslu i vlastnosti oblíbenosti: je jasné, že Miloš vítězí (5 × zvolen nejoblíbenějším, 0 × v nesympatiích), má tedy 5 bodů; Magda je druhá se 3 body (3 × nejoblíbenější, 0 × nesympatická); třetí je Jana s 1 bodem, neboť má 2 hlasy oblíbenosti, ale jen 1 nesympatií; Vojtěch získal sice 3 × sympatie, ale zároveň 3 × nesympatie, což se ruší — 0 bod; paní M. je pátá s — 1 bodem (1 × symp., 2 × nesymp.); dvojice Milan a Marta se na čas vyloučila z oblíbenosti a má po — 2 bodech (1 × symp., 3 × nesymp.); tabulku oblíbenosti uzavírá skeptický pán s — 4 body, které získal hlasy nesympatie.

Schopní, sociálně důležití a iniciativní členové skupiny nejsou tedy vždy nejoblíbenější. (Uvažme nepoměr mezi *iniciativou* a *oblíbou* a mezi *autoritou* a *nesympatií* například u Vojtěcha.) Existuje o tom jakýsi nepsaný zákon: *Ten, kdo se ve skupině nejvíc projevuje, dostává také nejvíc odpovědí a tím znovu další příležitosti k projevování.* Tak vzniká poměrně úzký počet iniciativních členů skupiny a psycholog Bales zjistil, že tato úzká vrstva autoritativních a iniciativních členů někdy je dokonce v přímém rozporu ke své oblíbenosti.

Vedení naší malé skupinky známých bychom tedy přiznali sice Vojtěchovi, ale jak se vyrovnat s tím, že obliba a důležitost připadají jen málokdy současně na jednu osobu?

Ve skupinách s delším trváním dochází proto k vytváření tzv. *vůdčího duálu*, totiž v tom smyslu, že skupinu vedou vlastně dva lidé, jeden jako nositel autority a druhý jako nositel oblíby. (V našem případě je to zřejmé: Vojtěch a Miloš.)

Ve skupinách se odehrává celkem spontánní a živelné rozdělování rolí; různé funkce se přidělují různým specialistům. Prvním krokem k tomu je vždy určení osoby, která dohlíží na soulad v jednání i výkonu ostatních členů a která dává k němu podněty. Tu jsme tedy u působení *vůdčí role*, u principu *vůdcovství* ve skupině, které zaujalo četné psychology.

Vůdcovství a ovládání není totéž. Jak říká P. J. W. Pigors, vůdcovství znamená vedení lidských bytostí, které spějí za společnou věcí. Kdežto ovládání znamená nadřazenost a použití této nadřazenosti k úpravě činnosti druhých osob pro vlastní cíle.

Psycholog Patridge zjistil, že vůdcové v mládežnických skupinách, kteří byli zvoleni hlasováním členů, byli vyšší, těžší, hezčí, urostlejší, inteligentnější a nezávislejší než ostatní hoši.

Vlastnostmi vůdců se zabývali též F. H. Allport a L. L. Bernard. Podle nich to jsou: dobrý zevnějšek, životní elán, vysoká inteligence, energie, podnětnost, vytrvalost a schopnost jednat s lidmi.

Kromě těchto kvalit, jak tvrdí J. F. Brown, musí být vůdce uznáván jako člen skupiny, kterou se snaží vést. Nesmí stát mimo skupinu.

Charakteristické znaky vůdců mezi dětmi studoval L. M. Terman a zjistil, že se vůdcové dětských skupin vždy odlišují od ostatních dětí tím, že mají některé atypické znaky. (Buď velmi dobří nebo velmi slabí ve svém zevnějšku, ve zdraví, v sociálním postavení atd.).

Na každém kroku naší rozpravy o sociální tváři lidí narážíme na pravidlo, jež nadepsalo také tuto poslední kapitolku:

*MĚNÍ SE ČLOVĚK,
MĚNÍ SE I JEHO DRUZI!*

Nejsme už dnes ve svých nárocích a postojích podobni pračlověku Janečkovi z doby kamenné. A čas od času také naše společnost — právě tak jako Milošova třída — prodělává krizi. Občas se objeví mezi námi lidé jako Milošův spolužák Jindra, který se bojí přátelství, nebo Magda zklamaná ve své lásce k Milanovi. Víte, že potřebují naší pomocné ruky? Shledáme se často s dvojicí sobeckých mladých bytostí jako je Milan a Marta; i ti však potřebují pomoci. Též mezi nejschopnějšími nalezneme chybující Honzy z Milošovy třídy.

Výrazy lidských vztahů, jak jsme je ukázali prve s pomocí sociometrického (a tedy náznakového) řešení, počítáme však mezi *veličiny značně proměnné*: právě tak jako Miloš, kdyby nejednal nadále tak, jak jedná, s porozuměním pro druhé, přátelsky, čestně, altruisticky, mohl by klesnout v očích svých druhů a snížit své pořadí v „tabulce obliby“, může i skeptický pán, poslední „v tabulce“, změnit své pořadí, opustí-li názory a postoje, pro něž se právě stal nesympatickým. Nebo jen rozvažme, kolik „hlasů neobliby“ získali Milan a Marta pro své sobecké jednání! Jak by se asi změnilo jejich postavení v naší skupince, kdyby došlo k rozchodu mezi Milanem a Magdou za okolností, které si vždy vyžadují ohled — i k tomu druhému!

Chcete znát sociogram obliby, jak by logicky vyplynul ze vztahů našich známých — před tím, než Milan opustil Magdu?

Nuže — Vojtěch volí Mš + J (na Mg nemyslí);
 Miloš volí jako později J + Mg;
 Milan: zůstává u Mg, ale už také Mt;
 Jana: Mš + V (jako později);
 Magda však samozřejmě Mn + J;
 Marta: Mg + Mn (jen v obráceném pořadí);
 Skeptik: Mš + M (jako potom);
 Paní M.: Mn + V (neboť si Mn ještě váží).

Zkuste si graficky znázornit takto vyrovnanou skupinu, nenarušenou žádným zlým zásahem. Odmyslíme-li si pevné svazky milenců, uvidíte, že obliba všech členů je zde přibližně stejná, značně vyrovnaná.

Je to jistě jen *model*, jak jsme už řekli, něco, co *může být*, ale co třeba není: *Každý model a každý vzor i ve vztazích mezi lidmi je však reálně uskutečnitelný.* (A nebude-li slyšet laické výhrady skeptického pána ani k tomuto zjištění, kdoví, zda skupina neprodělá další změny ve vyrovnaní obliby všech.)

Je to jistě jen *model* — ale my na každém kroku *v životě* narážíme na proměny člověka. Vždyť jsou právě tak dobře uskutečnitelné, ba co víc: nezbytné. Lidská osobnost, bezbřehá, smršťující a rozpínající se jako nekonečný vesmír, je schopna největší proměny. Je s to neustále se zapisovat do historie mezilidských vztahů svými činy, jednáním a chováním, svými postoji k druhým. To je však zjištění v největší míře zavazující.

Úvědomujeme si onu proměnu, jež námi prochází jako zákon, a přizpůsobujeme ji dostatečně poznání možností individuálních i možností společenských? Chápeme dary života jako bohatství kolektivního života?

„OD OBZORU JEDNOHO K OBZORU VŠECH“,

napsal velký francouzský básník Paul Eluard. A tento poetický princip můžeme rovnou povýšit na samotný *mysl lidského života* a na zákony člověka žijícího ve společnosti.

Cesty k druhým — pro jejich poznání a porozumění — nejsou marné. Člověk se na nich naučí jednat podle citlivého a morálně uvědomovaného poznání, otevírajícího průhledy k obzoru všech.

POZNÁMKA AUTORA NA KONCI KNÍŽKY.

Neobjevuji zde žádné nové vědecké pravdy, ale co možno přístupnou formou chci jen známé pravdy psychologie předložit čtenáři — především mladému a nezasvěcenému. Kromě několika případů z mé praxe jsou v ní formulovány názory většinou už dříve vyslovené, pojaté ovšem mým vlastním hlediskem, výběrem i stylem tak, aby z nich vyvěrala možnost jejich životního využití. I to mě však přimělo k vážnému zamýšlení nad odpovědností podávat zde jakýkoliv „psychologický receptář činnosti“.

Proto malé upozornění:

Psychologii všedního dne nelze vyjádřit abstraktními formulami, nýbrž rozbořením individuálních případů, jež autor pocituje jako časté, příznačné a současné. Ale každý tento případ je zástupcem jisté situace a jistého jedince, čímž se vždy konec konců liší od případů zdánlivě totožných, vznikajících však v situacích a u individuí odlišných. Upozorňuji tedy na možný neúspěch v otrockém přejímání jejich řešení.

I. P.

Příloha: ROZLUŠTĚNÍ

Wechslerova stupnice inteligence:

1. Informace. (Přístroj, zařízení, prostředek k měření teploty. Tokio. Z gumovníku, z kaučuku — s patričným výkladem — z buny. 150—160 cm. 13 miliónů. Bible muslimů. J. W. Goethe. Peary.)
2. Porozumění. (Divadlo: Všeobecně — sdělit zodpovědnému orgánu a zabránit panice — 2 body. Klidná výzva k poplachu, zavolání biletáře nebo hasiče — 1 bod. Přítel: Snažím se opatřit mu to jinde — 2 body. Rada, kam se má obrátit — 1 bod. Boty: Když se uvádějí nejméně tři výhodné vlastnosti kůže — 2 body. Když se uvádí 1 nebo 2 vlastnosti kůže — 1 bod. Hluší lidé: Neslyšeli, nemohou napodobit — 2 body. Když neslyší, nemohou mluvit — 1 bod.)
3. Čísla. (Tolik bodů, kolik čísel se jmenuje dopředu i zpátky.)
4. Počty. (Do 15 vteřin 17 korun. Do 60 vteřin 30 tisíc. Do 120 vteřin 6 hodin.)
5. Podobnosti. (Ovoce, plody — 2 body; že mají stopku, že možno obě sníst, že rostou — 1 bod. Zdroje informací, zpravodajství — 2 body; že dávají zprávy — 1 bod. Člověk oboje potřebuje k životu — 2 body; živly, obsahují kyslík, přírodní látky — 1 bod. Zárodek nového života — 2 body; z obou něco bude, obsahují bílkoviny — 1 bod. Živé bytosti — 2 body; části přírody, rostou — 1 bod.)
6. Uspořádání obrázků. (Do 2 minut sestavit obrázky v pořadí 2, 4, 6, 5, 1, 3.)
7. Doplnění obrázků. (Jedna strana vousu. Ručička na minutníku. Stín od muže.)
8. Kostky.
9. Skládání. (Ruka.)
10. Symboly. (Za 1 minutu a 30 vteřin vyplnit co nejvíce prázdných okének podle klíče. Správné případy sečíst a označit počtem získaných bodů.)

Výrazy citů podle fotografií:

1. obrázek je c) vztek. 2. obrázek je a) úžas. 3. obrázek je f) zděšení. 4. obrázek je b) veselost.
5. obrázek je d) zoufalství. 6. obrázek je e) rozpaky.

Jsem dobrým studentem?

1. Ne. 2. Ne. 3. Ne. 4. Ne. 5. Ano. 6. Ne. 7. Ne. 8. Ne. 9. Ne. 10. Ne.
11. Ne. 12. Ne. 13. Ano. 14. Ano. 15. Ne. 16. Ano. 17. Ne. 18. Ne. 19. Ne. 20. Ano.
21. Ano. 22. Ne. 23. Ano. 24. Ne. 25. Ano. 26. Ne. 27. Ne. 28. Ne. 29. Ne. 30. Ne.

O B S A H

CESTY K SOBĚ

Otázka první: OSOBNOST?	10
Je INTELIGENCE vrozená?	16
Talenti, géniové, objevitelé	28
Rozhovor s umělcem: Moje inspirace vychází z PODVĚDOMÍ	32
Proč jsem tak úzkostlivý?	41
Nic se mi dnes nedaří!	46
„Ty jsi ale nešika!“ Aneb o chybném i nutkavém jednání	53
„Zdalo se mi, má panenko...“	59
Abych mohl spát. Aneb umění zdravého spánku	66
Učení není mučení	71
Jak se zbavit zlovyků?	79
Ve věku snění	89

CESTY K DRUHÝM

RODINA: rodiče + děti	99
Co je to přátelství?	110
Je váš život bez přátelství?	116
Kdy člověk opravdu není sám...	119
Kolik slov stačí lásce?	125
O vývoji vztahů muže k ženě	128

S láskou je trápení	130
Na světě nejsme jen my dva!	134
Jsmen jen součástí „kolektivního já“?	138
„Řekněte mi, co je to sugesce?“	142
Chcete být filmovou hvězdou? Aneb sugesce a nápodoba ve filmu	147
Jak si vysvětlit pojem dav?	154
Kdy reagujeme „davově“?	160
Jsem-li příslušníkem kolektivu... Aneb „my od jedenačtyřicátého!“	170
Mění se člověk, mění se i jeho druzi	172
Poznámka autora na konci knížky	187
Příloha: Rozluštění	188

© Dr. Ivo Pondělíček, 1964

Illustrations © Jiří Kovařík, 1964

Photographies © Clifford Seidling, 1964

ROZUMÍTE SAMI SOBĚ?

Napsal Dr. Ivo Pondělíček. Ilustroval, obálku navrhl a graficky upravil Jiří Kovařík. Fotografie Clifford Seidling. Vydala Mladá fronta, nakladatelství ČSM, jako svou 2068. publikaci v edici Dobrý vítr, svazek 24. Odpovědný redaktor Zdeněk Frýbort. Technická redaktorka Silva Hofmanová. Vytiskl Mír, n. p., novinářské závody, závod 2, provozovna 22, Praha 2, Legerova 22, 12,04 AA, 12,28 VA, D-08*40099. Náklad 20 000 výtisků. Praha 1964, 192 stran. 1. vydání 63/VII-8.

23-047-64 14-5

Cena brož. Kčs 10,50

EDICE DOBRÝ VÍTR



MLADÁ FRONTA

23-047-64

14-5 Cena brož. Kčs 10,50

Ivo pondělíček ROZUMÍTE SAMI SOBĚ?