

dobách, popřípadě rychle přejde na zcela jiné, zpravidla poněkud vágní téma. Osvědčuje se promlouvat o komplexnosti a důležitosti problematiky nebo o tom, že na jedné straně to a na druhé zase ono a že některé souvislosti jsou skryté, jiné zase patrné, ovšem za určitých, specifických podmínek...

3.4 UPŘÍMNOST – NEBO TAKT(IKA)?

Pokaždé zbystrím pozornost až k ostrážitosti, jestliže zaslechnu, že teď něco někdo řekne „na rovinu“, bez servítka; nebo inzeruje jemněji, že co má na srdci, to na jazyku. Všimněte si, že po takovém předznamenání většinou nenásleduje něco povzbudivého, laskavého, milého. Nevzpomínám si, že bych slyšel tuto řeč: „Nemám, dámy a páni, ve zvyku dávat si před ústa servítek, řeknu tedy na rovinu, že co před chvílí tady povídal pan Kožušník, se mi velice líbilo, bylo to vynikající, povzbudivé a především pravda pravdoucí. Tady Františka Kožušníka znám osobně, je to čestný, poctivý a správný muž. Děkuji mu za jeho slova.“ Právě naopak, jakmile se ozve „já to řeknu na rovinu“, lze s velkou pravděpodobností očekávat nějakou výtku, obvinění, nevybíravá až agresivní slova; v lepších případech banality.

Na jednom zasedání se vehementně hlásí o slovo zralý muž zachmuřeného vzezření. Významně zamrká, zhluboka se nadechne a s důrazem na každém druhém slově pronese: „Já myslím, že bychom si tu měli nalít čisté vína a řeknu na rovinu: doba je složitá a těžká, vidíme to kolem sebe a já se nebojím říct, že lidé jsou všelijací a nemyslete si, že se to změní hned zítra nebo pozítří. Zlobte se na mě nebo nezlobte, my si tohle musíme na rovinu přiznat, já to říkám nejen tady, ale i jinde.“

V intimních prostorách bytu, zejména když to tam skřípe či je přímo porouchané, se nezřídka praktikuje jednostranná, a tudíž nesprávná komunikační „filozofie“ vyjadřovaná slovy: „Přece se doma nebudeme jeden před druhým přetvařovat. Když se mi něco nezdá, nelíbí, když mně něco vadí, řeknu to na rovinu a hned a popravdě.“ („A když se vám něco líbí, když vaše žena udělá něco správně a dobře?“) „Nó, na něco takového si nevzpomínám. Ale když věci jdou a jsou, jak mají, když je vše v pořádku, tak o tom přece není třeba řečnit, to je jasné.“ Já si ale myslím si, že to tak jasné není, ono se spíše zatemňuje, jestliže si doma vyměňujeme jen psychické pohlavky – a žádná pohlazení.

Před Vánoce jsem pracoval s jednou manželskou dvojicí. U nich doma bylo dusno, rozvod visel ve vzduchu, jakékoli téma se hned zvrto v obviňování nebo nepřátelské mlčení. Když jsme mluvili o tom, jak to bude na Štědrý den – doma měli kromě svých sporů ještě školáka a předškoláčku – a když jsem se je snažil dovést, ba přímo naprogramovat je tak, aby se kvůli dětem chovali k sobě alespoň korektně, zdvořile a slušně, vzácně se shodli: „A to máme před dětmi předstírat a hrát divadlo, že se jako nic neděje?!“

Zajisté nelze a ani se nemá předstírat vřelost a láska tam, kde převládá pravý opak. Avšak i v takových případech se lze ukázat nebo se alespoň pokoušet o to, aby vzájemná komunikace byla taktní, zdvořilá, byť trochu „na distanc“.

Když jsme zkoumali rozdíly v soužití ve fungujících a spokojených rodinách a v rodinách, jimž hrozí rozvrat, zjistili jsme, že u obou druhů rodin mají podobné problémy, takřka stejné starosti, dokonce i spory. Základní, byť ne jediný rozdíl spočívá v tom, **jak** se starostmi, spory i s rozladami umí zacházet. V těch spokojených rodinách si jeden druhému udělují tak řečené pozitivní zpětné vazby výrazně častěji; jeden druhého často chválí a oceňuje (I. Plaňava, 2000).

Dovolím si zobecnit: **Bezprostřednost a upřímnost jsou na místě tehdy, když k bližnímu mám právě teď opravdu blízko v tom pozitivním slova smyslu. Jsem-li však někomu blízko jen v naštanosti, je lepší i žádoucí bezprostřednost, a tedy i upřímnost, nahradit taktem, taktikou, obezřetností ve slovech i činech.**

Toto sdělení neznamená, že s partnerem či s partnerkou nelze promluvit o tom, co a jak mezi nimi vázne, co vadí. Je ovšem třeba vzájemně se na takový dialog vyladit a ne ty negativní city jeden na druhého „na rovinu“ vykřičet.

Se zápornými emocemi bývají potíže, patří totiž v té či oné míře ke každému, či přesněji do každého z nás. Jejich hlavním zdrojem nemusí být svět ani lidé kolem nás, nýbrž náš vnitřní svět – biologická dění organismu, případně i atmosférické poruchy. A tudíž není nutné hned každou rozladu svádět na toho, kdo je právě nablízku.

Bývá tomu však i tak, že z příjemného vyladění nás rychle vyvede určité chování nebo slova někoho kolem nás – a máme po náladě. Všimněme si jednoho z mnoha rozdílů mezi lidmi, který bychom mohli označit pojmem **práh popudlivosti**, což je poměrně stálá, byť ne neměnná charakteristika určitého člověka. Jsou lidé, kteří mají tento práh snížený, stačí malinko a vybuchnou, vztekají se, hádají, pořad si to s někým na rovinu vyřkávají. Nezdá se vám, že tenhle ten práh u nás poněkud poklesl? Odkud pramení ta častá a hlučná popudlivost, netolerance až zloba? Určitě přispívají popuzovatelé v masmédiích. Jde o tak řečenou kruhovou kauzalitu: masmediální agrese odrážejí napružené vyladění konzumentů – a současně jejich napruženost zpětně posilují. Vida, opět jedna varianta komunikačně-relačního axiomu!

Neaspiruji zde na zevrubný rozbor zdrojů či příčin sníženého prahu popudlivosti v současné ČR, pokusím se pouze načrtnout jeden možný zorný úhel pohledu.

U kolébky leckteré záporné emoce najdeme frustraci čili zmaření: zpravidla déletrvajícím nemožností uspokojovat některou základní lidskou potřebu, přání, očekávání. Druhou sudičkou u kolébky záporných emocí bývá nejistota, slabost, obavy a též pocity vlastní nedostačivosti až méněcennosti. Ovšem oba tyto kořeny zvýšené popudlivosti až agresivity samy o sobě ještě nic nevysvětlí. Každý prožil nějaké zklamání, frustrace, obavy, pochybnosti o sobě – aniž by se z něj vyloupl nějaký ten Stalin, Hitler či Hussein; anebo pouliční násilník či hospodský rváč; případně nějaká ta jedovatě útočná televizní moderátorka. Významné je, **jak** se s frustracemi člověk vyrovnává; zda své strádání a frustrace zvládne – nebo ony ovládnou jeho. Práh popudlivosti se povážlivě sníží, reagujeme-li na zklamání a nejistoty jako malé dítě, tedy dětinsky. Reakce dítěte na opakované tlaky a překážky bývá dvojitá: buď se stáhne do sebe, začne být bojácne, pasivní, odmítající kontakty, anebo začne zlobit, mlátit kolem sebe. Tedy vztekat se svým, to jest dětským způsobem: bez schopnosti sebe-reflexe, bez kritického, nebo alespoň zkoumavého pohledu do vlastního nitra. A též generalizovaně: frustrací potlačená energie se rozprostře kolem dokola, padni kam

a komu padni. Psychika dítěte, na rozdíl od osobnosti dospělé a současně zralé, je méně diferencovaná, což též znamená, že dítě nemá rozvinutou schopnost korigovat své emoce rozumem, vůlí, mravním povědomím. A je-li něco pravdy na tom, že bezprostřední projevy zloby a agresivity – včetně sníženého prahu popudlivosti – jsou důsledky dětinských reakcí na všelijaká strádání a frustrace, nabízí se další otázka: Jak to, že právě v současnosti a tady u nás pozorujeme tak značné výrony téhle nebezpečné dětinskosti? Není tomu tak i proto, že žití tří až čtyř generaci v totalitním režimu k tomu výrazně přispělo? A že leccos navíc dodalo žití v poměrech, jimž se říká transformační, někdy též nadivoko budující kapitalismus? Nechovali se uzurpátoři moci a jejich přísluhovači, jakož i někteří současní mocipáni, k lidem ne jako ke svéprávným a dospělým občanům, nýbrž jako k dětem, které je třeba stále něčím strašit, omezovat, lámat – tedy frustrovat? Budete mít, nemilá dívka, své jistoty, dostanete možná i napapat, jen když budete hodné a poslušné. To jest: budete-li plnit příkazy té či oné strano-vlády. Nejsou tyhle pozůstatky totality dost hluboko vepsány a dále vpišované do našich duší? Třebas i v tom smyslu, že na frustrace a zklamání – a nejen ta minulá – máme sklon reagovat jako malé děti.

A nakonec, abych nezapomněl: upřímnost – anebo takt? Co když odpověď zní: upřímnost i hodně taktu.