

Železná kamna¹

(Brüder Grimm: Kinder und Hausmärchen, KHM 127. Český překlad Jitky Fučíkové: Jacob a Wilhelm Grimmové: Pohádky, Odeon, Praha 1988, str. 198–200.)

Za starých časů, kdy se ještě čarovalo, zaklela stará ježibaba jednoho prince, že musel sedět uprostřed lesa v obrovských železných kamnech. Chudák princ strávil v kamnech mnoho let a nikdo ho odtud nemohl vysvobodit. Jednou přišla do toho lesa princezna, zabloudila a nenašla cestu zpátky do otcovy říše. Devět dní a devět nocí chodila po lese, a najednou stála před železnou skříní. Zastavila se a prohlížela si ji, nešlo jí do hlavy, kde se tam vzala železná skřín. Tu se zevnitř ozval hlas: „Odkud a kam jdeš?“ Princezna odpověděla: „Zabloudila jsem a nemohu najít cestu do rodného království.“ – „Dovedu tě rychle na pravou cestu, když mi slíbíš a podepíšeš, že uděláš, co chci. Jsem bohatší a vznešenější královic než ty, a chci tě za ženu.“ Princezna se ulekla a pomyslíla si: „Proboha, co bych si počala s takovou železnou pecí!“ Ale přece jen to podepsala, neboť chtěla k otci. Hlas z kamen řekl: „Až přijdeš domů, vezmi ostrý nůž a přijď zase sem. Musíš vydlabat do železa díru.“ Princezna všechno přislíbila. Zčistajasna vyskytl se před ní průvodce a začal jí uka-

zovat cestu; po celou dobu však slova nepromluvil. Za dvě hodiny byla doma. V zámku nastala velká radost, když se princezna vrátila. Starý král jí padl okolo krku a radostně ji líbal. Ale princezna byla zkormoucená a nesvá. „Milý tatínku, kdybys věděl, jak se mi vedlo! Jen o vlásek a nebyla bych se vrátila domů. Sešla jsem z cesty, zabloudila v pustém lese a najednou jsem přišla k železným kamnům, kterým jsem musela slíbit, že se k nim vrátím, vysvobodím je a provdám se za ně.“ Král se ulekl, že div neomdlel, neboť měl jen to jediné dítě. Uradili se, že tam místo princezny pošlou mlynářovu dceru, která byla velmi hezká. Vyvedli ji do toho lesa, dali jí nůž a poručili jí, aby oškrabovala ta železná kamna. Děvče poslušně a trpělivě škrabalo od rána do večera a od večera zas až do rána, ale neseškráblo nic. K ránu, když v lese počalo svítat, hlas ze železných kamen zavolal: „Zdá se mi, že už je den.“ – „J mně se to zdá, zdá se mi, že slyším klapat otcův mlyn,“ odpovědělo děvče. „Ach, tys mlynářova! Hned jdi a pošli sem princeznu!“ Děvče šlo a oznámilo králi, že ten z železné pece ji nechce, že chce princeznu. Král se lekl a princezna se rozplakala. Na zámku byl pasák prasat a ten měl ještě krásnější dceru než mlynář, tu dceru podplatili, aby šla k železným kamnům místo princezny. Vyvedli ji do lesa a poručili jí, aby nožem oškrabovala. Holka dlabala, oškrabovala od rána do noci a zas až do rána, ale neseškrabala nic. Jakmile začalo svítat, ozval se z kamen hlas: „Mně se zdá, že je venku den.“ – „J mně se tak zdá. Slyším troubit otcův roh.“ – „Tys tedy dcera pasáka. Hned odejdi a pošli sem princeznu. Řekni jí, že se stane, co jsem řekl; jestli nepřijde, že se celé království rozpadne a nezůstane kámen na kameni!“ Děvče běželo do zámku a všechno vyřídilo. Princezna plakala, ale tentokrát jí pláč nepomohl. Musila svůj slib splnit. Rozloučila se s otcem, vzala nůž a šla do lesa. Přijde k železným kamnům, počne je oškrabovat a div divoucí: železo se samo pod nožem odroluje. Za dvě hodiny byla již v kamnech pěkná díra. Princezna dírkou nahlédla dovnitř a spatřila jinocha hezkého, ach, třpytil se celý zlatem a drahokamy, tuze se jí líbil. Škrabala dál a brzy vydlabala takovou díru, že princ mohl vylézt ven. Pln radosti řekl: „Ty jsi má a já jsem tvůj, jsi moje nevěsta, vysvobodila mě.“ A hned si ji chtěl odvést do svého království, ale princezna si vyprosila, aby se ještě směla podívat za otcem; princ jí to dovolil, ale přikázal jí, aby s otcem nepromluvila více než tři slova a potom se vrátila

¹ S laskavým svolením vydavatelství Artemis & Winkler Verlag Düsseldorf/Zürich.

k němu. Princezna šla tedy domů, ale promluvila více než tři slova. Vtom železná kamna zmizela a odsunula se daleko za skleněné hory a ostré meče. Ale princ byl vysvobozen a nemusil v nich už přebývat. Princezna se rozloučila s otcem, vzala trochu peněz a šla zase do toho lesa a hledala železná kamna. Devět dní je hledala, až ji zmořil hlad a nevěděla si rady, neboť se neměla čím živit. Večer vylezla na nízký strom, že tam přenocuje, bála se, aby ji snad nerozsápala divoká zvíř. Asi k půlnoci zahlédla v dálce malinké světýlko a pomyslíla si: „Snad je to mé vysvobození!“ Slezla se stromu, šla za světlem a po celou cestu se vroucně modlíla. Posléze došla k malé staré chaloupce, kolem ní rostla spousta vysoké, husté trávy a před chaloupkou stála hromádka dřeva. Princezna si pomyslíla: „Ach, kde jsem se to octla!“ Šla k oknu, nahlédla dovnitř, ale nespátřila nic. V jízdě nikdo nebyl, jen po podlaze ležly tlusté a malé žáby. Uprostřed světnice stál stůl, krásně čistě prostřený a na stole byly talíře, sklenice, pečeně a víno. Všecko náčiní bylo stříbrné. Dodala si srdce a zaklepala. Hned nato se ozvala tlustá žába:

„Žabičko, scvrklá žabičko,
scvrkni se jak zimní jablíčko,
neotálej
a ke dveřím se odkutálej,
ať už vím honem, kdo to je,
kdo to chce do mého pokoje.“

Nato přiskočila jedna malá žabka a otevřela dveře. A hned jí všechny žáby vítaly a zvaly, aby si sedla. „Odkud jste? Odkud jdete a kam?“ vyzvídaly jedna přes druhou. Princezna jim všechno vypověděla, jak se jí železná kamna i s princem ztratila za to, že přestoupila jeho příkaz a promluvila s otcem víc než tři slova, a dodala, že ho bude tak dlouho hledat, dokud ho nenajde, i kdyby měla přejít světa kraj a devatery hory a doliny. Stará žába řekla:

„Žabičko, scvrklá žabičko,
scvrkni se jak zimní jablíčko,
neotálej
a honem se odkutálej,
vrať se hned, a ne oklíkou,
se svojí krabicí velikou.“

Malá žabka přinesla krabici. Potom jí žabky daly najíst a napít a uložily ji do krásné postele z hedvábí a sametu. Princezna ulehla a brzy usnula. Ráno vstala a chystala se na cestu. Stará žába vyňala z krabice tři jehly a dala jí je s sebou na cestu; řekla, že je bude potřebovat, protože se musí vyšplhat na vysoký skleněný vrch, překročit tři ostré meče a jednu velikánskou vodu. Když to dokáže, dostane svého prince. Pak jí ještě dala kolečko od pluhu a tři ořechy. Princezna s těmi věcmi odešla, a když dorazila před skleněný vrch, úplně a dočista hladoukný, zabodávala jehly za paty a pak zase před sebe, a tak se dostala na druhou stranu, a když byla na druhé straně, to místečko si dobře zapamatovala, a když došla před tři ostré meče, stoupla si na kolečko od pluhu a přeješla po nich. Konečně došla k velké vodě, a když se i přes ni dostala, stannula před velikým a krásným zámkem. Vešla dovnitř a prosila o službu, že je chudá děvečka. Věděla však, že v tom zámku bydlí princ, kterého v lese vysvobodila ze železných kamen. Přijali ji za kuchtičku, ale za nepatrnou mzdu. Její princ měl už zatím jinou a chystal se s ní k svatbě, neboť myslel, že princezna, která ho osvobodila, už dávno nežije. Večer umyla princezna-kuchtička nádobí a sáhla náhodou do kapsy. Nahmátla tam tři ořechy, které jí stará žába dala na cestu. Rozlouskla jeden a chtěla sníst jádro, ale div divoucí, místo jádra byly v oříšku nádherné královské šaty. Princova nevěsta se o nich doslechla, přišla se na ně podívat a zeptala se kuchtičky, zda by je neprodala, že to nejsou šaty pro služtičku. Kuchtička odpověděla, že nejsou na prodej za peníze, ale že by je nevěstě dala, kdyby jí nevěsta dovolila přespat jednu noc v ženichově komůrce. Nevěsta takové krásné šaty neměla a dovolila jí to. Večer řekla ženichovi: „Ta bláznivá kuchtička chce spát u tebe v komůrce.“ – „Když to nevádí tobě, mně je to jedno, ať spí, kde chce.“ Ale před spaním nalila nevěsta ženichovi sklenici vína a přimíchala mu do něho uspávací nápoj. Kuchtička šla za princem do jeho pokoje. Princ spal jako dub, nemohla jej probudit. Proplakala celou noc. Já tě vysvobodila z pustého lesa, ze železných kamen, já tě hledala, nohy do krve pro tě sdírala, já pro tebe přešla skleněný vrch, tři ostré meče i velikou vodu, a teď, když jsem tě našla, ty mě neshýšíš,“ volala. Za dveřmi seděli služkové a slyšeli; slyšeli její pláč a ráno to ohlásili svému pánu. Večer, když umyla nádobí, rozlouskla dívka druhý ořech, a v něm byly ještě krásnější šaty. Sotva je

spatřila nevěsta, prohlásila, že je musí mít, a chtěla je koupit. Ale kuchtička je za peníze zase dát nechtěla a vyprosila si, aby směla ještě jednu noc přespát u ženicha. Nevěsta dala ženichovi uspávací nápoj, princ po něm spal jako dřevo a neslyšel nic. Kuchtička plakala celou noc: „Já tě vysvobodila z pustého lesa, ze železných kamen, já tě hledala, putovala za tebou, přešla skleněný vrch i tři ostré meče i přes širou vodu a teď, když jsem tě konečně našla, ty mě neslyšíš.“

Tak jako včera seděli i dnes lokajové přede dveřmi, slyšeli její pláč a pověděli to princovi. Třetí večer umyla nádobí, poklidila kuchyni a rozlouskla třetí ořech. Byly v něm šaty stokrát krásnější než první a druhé, zářily jako zlato. Jak je uviděla nevěsta, řekla, že je musí mít, ale kuchtička nedala jinak, než že je dá za ještě jednu noc u prince. Tentokrát si dal princ pozor a víno s uspávacím nápojem nepozorovaně vylil. A když princezna začala štkát a volat: „Miláčku můj, já tě vysvobodila z pustého lesa, ze železných kamen ...“, princ vyskočil a zvolal: „Ty jsi má pravá, jsi moje a já tvůj.“ Ještě tu noc nasedli do kočáru a odjeli. Nepravé nevěstě vzali všechny šaty, aby nemohla vstát a pronásledovat je. Přivezli se přes velikou vodu, na kolečku přešli přes tři ostré meče a za pomoci jehel se vydrápali na skleněný vrch. Tak se dostali až k staré chaloupce. Vešli dovnitř, ale sotva za nimi zapadly dveře, chaloupka se změnila v zámek, žábry v prince a princezny a všichni plesali, jákali, radost nebrala konce. (Pak se slavila svatba. Zůstali v tom zámku, který byl mnohem větší než zámek princeznina otce. Protože ale starý budoval, že teď má zůstat sám, vypravili se na cestu a přivezli jej k sobě. Měli dvě království a žili jako dobří manželé.)

*Myš přiběhla na obrátce
a hned bylo po pohádce.*

* Závěrečné věty uvedené v závorce česká verze pohádky neobsahuje – pozn. překl.

Úvod

Pohádky jsou umělecké výtvořiny, jež mají zvláštní přitažlivost. V posledních letech byl objeven, vlastně znovuobjeven, jejich význam pro psychotherapeutický proces. Zvláště autoři zaměřeni na hlubinnou psychologii překládají a vykládají řeč pohádkových obrazů a přispívají ke zpřístupnění jejich hlubokých pravd a moudrosti.

Chceme-li porozumět pohádkám, je smysluplné zabývat se nejprve snem, neboť obojí má stejné kořeny. Sen má pro duševní zdraví velký význam. Ačkoli si na to často nedokážeme vzpomenout, každý delší spánek má alespoň jednu, většinou dokonce více snových fází. Zatímco sníme, duše se svými kreativními schopnostmi pracuje. Konflikty, problémy, napětí, nevyřízené, možná znepokojivé potíže jsou inscenovány pomocí jazyka obrazů, který je řečí nevědomí, jako divadelní představení, a často je při tom nalezeno řešení. A to nějak působí, i když si na sen nevzpomínáme. Sny jsou ještě účinnější, jestliže se s nimi vypořádáme vědomě. Podstatně přispívají k obnově duševní rovnováhy, pokud je z vnějších nebo vnitřních příčin porušena.

Moderní zábavní elektronika lidi stále více vzdaluje od vědomého obcování se sny. Dříve tomu bylo jinak. Lidé měli hodně času, a nezřídka ho trávili tím, že si vyprávěli příběhy. Za dlouhých večerů u krbu, kdy jediným osvětlením byly svíce nebo olejové lampy, hrály sny důležitou úlohu. Fantazie, sen, imaginace se spojovaly v uměleckých výtvořech,

z nichž se dalším vyprávěním vyvinuly pohádky. V nich se odráží kultura národa, v níž vznikly, především ale vyjadřují potřeby a tísně duše. Jsou to dramatické inscenace typických problémů, které lidi vždy a všude tížily a tíží. To je i případ pohádky *Železná kamna*. To, co je v ní s radikální tvrdostí inscenováno, je osudem mnohých – zvláště v době, jako je naše, která ponechává pocitům málo prostoru. Kladou otázky: Jak někdo opět najde pocity, o kterých myslí, že jsou ztracené? Jak se někdo dostane od falešného Selbst k tomu pravému? Jak najde cestu k lásce někdo, kdo nedokáže milovat? Jsou to otázky nesmírně aktuální v dnešní době, kdy rozhoduje racionalita, rozum, všechno měřitelné, to, co přináší úspěch a zisk.

Pohádky mají vždy šťastný konec a naznačují tak, že bylo nalezeno řešení inscenovaného problému. Protože jsou formulovány obrazovou řečí nevědomí, vystává velice zajímavá otázka, jaké řešení nevědomí pro daný problém našlo. Mohou tyto odpovědi eventuálně přinést nějaký užitek v psychoterapii?

Pohádky jsou odpovědí duše na lidské problémy. Jsou projekčními plochami, na kterých se ukazují emocionální problémy jako na obrazovce. Kdo jim rozumí hlouběji, je také schopen předloženému problému lépe porozumět. Pohádky se přibližují k řešení problému spirálovitým pohybem. Jsou tak říkajíc „výpomocí“ pro duši. Svou obrazovou řečí, která je velmi blízká řeči snů, dosahují k hlubokým vrstvám osobnosti. Svým pacientům doporučuji, aby si určité pohádky četli několikrát po sobě. Už to vykazuje léčivý účinek. Pro terapeutický proces je důležité pohádkám rozumět; pro to je ovšem potřeba jejich obrazovou řeč přeložit a vyložit. Již první věta naší pohádky obsahuje určité zhuštění, vyjadřuje celou problematiku:

Doba, kdy čarování ještě pomáhalo

Pohádky téměř vždy začínají slovy „Bylo nebylo ...“. U pohádky *Železná kamna* je tomu jinak! Tu otevírá věta: „V době, kdy čarování ještě pomáhalo ...“ Tento tak slibný odkaz na zvláštní časy nicméně hned popisuje hrůzné drama: „stará ježibaba zaklela jednoho prince, že musel sedět uprostřed lesa v obrovských železných kamnech“. Obrazová řeč pohádky může být sotva krutější. Muset sedět sám v lese zavřený v železných kamnech – strašná představa!

Magická fáze

Zkusme pochopit, co to muselo být za dobu, kdy čarování ještě pomáhalo, ale také docházelo k hrozným začarováním. Mohli bychom si myslet, že se zde uvažuje o době, která nemá s naším osvíceným světem mnoho společného. Člověk si může přát* spoustu věcí – ale co to pomůže? Přitom zapomínáme, že každý člověk v průběhu svého vývoje prožil

* Německé „wünschen“, přát si, je obsaženo i ve slově „verwünschen“, zaklínat, začarovat, proklínat. Etymologická souvislost mezi „přáním“ a „zaklínáním“, na kterou zde autor naráží, se bohužel v českém překladu nedá jasně zachytit – pozn. překl.

magickou fází. Svět malých dětí je plný nesmírně mocných obrů (dospělí), nebezpečí a radostí. Děti žijí v blízkosti snu, což znamená, že se mísí jejich sny a to, co skutečně prožívají. Jejich fantazie je mnohem živější než u většiny dospělých. Rodičům například přisuzují přemrštěné schopnosti; jsou všemocní, mohou čarovat a jsou idealizováni – protože samo dítě je součástí této fantastické krajiny duše, může se s velkou převahou ztotožnit a získat skrze ni pocit síly.

V raném dětství jsou dospělí prožíváni jako bohové. Dokážou všechno, když se jim zachce; mnohé z toho, co se děje, je totiž pro malou bytost nepochopitelné a zanechává v ní extrémně silný dojem: dítě upadne, matka vtiskne na bolavé místo políbek a všechno je zase v pořádku. Je-li tomu tak, že člověk v reálném světě nedokáže všechno pochopit a mnohé je nevysvětlitelné, pak zde není rozdílů proti světu fantazie, který překonává hranice.

Na babiččinu otázku, jak se jejímu dvaapůlletému vnukovi líbila návštěva v zoo, hošík odpoví: „Bylo to nebezpečné, z klece se dostal lev a sežral dva lidi. Ale taťka ho zastřelil a pak jsme ho snědli.“

Děti přirozeně také fantazírují o tom, že ony samy jsou všemocné, nezranitelné nebo neporazitelné. Zdá se, že tyto velikášské fantazie se u dětí objevují již velmi brzy. V porozumění narcistické poruše hrají důležitou úlohu. Dospělí často myslí se závistí na šťastnou dobu dětství, která někdy ani tak šťastná nebyla.

Dobu, kdy čarování ještě pomáhalo, proto musíme hledat v raném dětství, kdy se realita, fantazie a sen mísí. Fantazie je tak silná, že předčí význam reality. V magickém vnitřním světě čarování pomáhalo!

Velmi rychle, až příliš rychle, je tato fáze ukončena výchovou, která směřuje k tomu, aby člověk věřil jen realitě. Kreativní svět je radikálně nahrazen logikou, rozumem a příčinností. Reinhardu Meyovi² se podařilo složit překrásnou píseň k této problematice:

² Reinhard Mey: Alles geht! CD, text a hudba R. Mey. S laskavým svolením hudebního vydavatelství Maikäfer Musikverlag Berlin.

Jsi obr, Mazi!

*Děti se rodí jako obři,
ale s každým dnem, který se pak probudí,
se kousek síly ztrácí,
děláme něco, co ji zmenší.
Děti přesazují celá pohoří,
dokud nezačne ten ďábelský kruh,
dokud nejsou jako my dospělí,
konečně trpaslíci velcí jako my!
Jsi obr, Mazi! Měl bys jím být pořád!
Velké srdce a velká odvaha a jen jako maskování navenek malý.
Jsi obr, Mazi! S tvou fantazií,
na tvých křídlech z nápadů, tě nikdy nedostanou!
Svoboda je pro tebe nenahraditelná,
rozpor je tvůj nejcennější majetek.
Láska ti dá nezranitelnost
jako koupel v dračí krvi.
Ale dej pozor, požírači svobodného ducha zárlivě číhají
v povětrí zkaženém předsudky,
vedou přikopy a vymyšlejí zdi
a zásuvky, hluboké jak hladomorňy.
Jsi obr, Mazi! Měl bys jím být pořád!
Velké srdce a velká odvaha a jen jako maskování navenek malý.
Jsi obr, Mazi! S tvou fantazií,
na tvých křídlech z nápadů, tě nikdy nedostanou!
Žádná přesila tě nemůže zlomit,
neznám nátlak, který by tě vehnal do ohrady.
Porazit tě nikdo nedokáže, jen přesvědčit.
Mazi, rád bych byl tvůj přítel
až zítra na svých cestách uvidíš,
kde roste modrá květina,
a možná najdeš Kámen mudrců
a potopenou Atlantidu!
Jsi obr, Mazi! Měl bys jím být pořád!
Velké srdce a velká odvaha a jen jako maskování navenek malý.
Jsi obr, Mazi! S tvou fantazií,
na tvých křídlech z nápadů, tě nikdy nedostanou!*

Fantazie a kreativita malých dětí je nevyčerpatelná, *dokud nejsou jako my dospělí, konečně trpaslíci velcí jako my!*

Rané dětství je velice senzibilní a pro vývoj osobnosti důležité období. Duše malých dětí je otevřená dokořán dojmům, zkušenostem, prožitkům a vjemům, a musí taková být, neboť děti mají vrůstat do kultury. První lidé, se kterými se setkávají, proto mají výjimečný vliv na celý život. Jsou „nastavovány výhybky“, a dělá to především matka.

V magické fázi se v rozhodující míře u člověka vytváří sebecit. Sebecit je pocit, jaký má člověk vůči sobě samému: je to pocit ze sebe, se kterým je člověk v pravém smyslu slova *srostlý*. Podléhá přirozeně výkyvům, takže i zdravý člověk se někdy cítí dobře a pak zase hůř. Vzhledem k dlouhým časovým obdobím však vykazuje sebecit určitou konstantnost; můžeme říct, že odhlédneme-li od výkyvů, je zde patrný základní pocit.

Ježibaba

Drama spočívající v tom, že královský syn je začarován ježibabou a musí sedět ve velkých železných kamnech v lese, můžeme pochopit jen tehdy, jestliže si obrazovou řeč pohádky přeložíme a vyložíme. Otázkou tedy je, kdo je ta ježibaba. Kdo je to, kdo během raného dětství, během magické fáze, způsobí to hrozné neštěstí?

Pohádky znají dobré víly, které pomáhají ohroženým, darují nebo přičarují lidem něco dobrého, a také zlé víly, čarodějnice, které způsobují neštěstí. V pohádce bratří Grimmů *O Šípkové Růžence* přistoupí ke kolébce dítěte třináct moudrých žen, z nichž dvanáct přeje dítěti něco dobrého a jedna něco zlého, a to se dramaticky potvrdí. Při výkladu pohádky často pomáhá, jestliže několik postav, jež vstupují do děje, vnímáme, jako by to byla jedna osoba, jako fasety jedné osobnosti. Musíme říci, že je tomu tak i ve skutečnosti. V každém člověku se najdou příjemné a méně příjemné stránky, světlé i temné. Světlé stránky se většinou ochotně uznávají a dostává se jim pozornosti, u těch temných se tak děje v menší míře; jde to tak daleko, že se lidé pokoušejí je vůbec nevnímat a potlačují je, popírají a přemáhají. Naše temné stránky nás pak proná-

sledují jako stín, přičemž si musíme uvědomit, že stín může vzniknout jen tehdy, je-li přítomno světlo.

Z našeho úhlu pohledu musíme rozpoznat, že i nejlepší matka má stránky osobnosti, které nejsou ideální a na vývoj dítěte působí škodlivě. (Mluví-li v dalším textu o „matce“, myslím tím také jiné osoby, které zaujímají roli matky, tedy nejbližší referenční osoby malého dítěte.) Někdy v pohádkách, například v *Popelce* nebo *Sněhurce*, ztělesňuje tuto více nebo méně silnou negativní stránku matky *macecha*, někdy zlá víla, o níž už jsme se zmínili. Asi ještě zřetelněji než tyto dvě postavy zosobňuje v pohádkách *negativní mateřský aspekt*, který na dítě působí hrozivě, nebo dokonce destruktivně, ježibaba. Přitom je ježibaba v pohádkách postavou, která se zdržuje v skrytu, v tmavém lese, někde ve sklepení nebo v jeskyni, přesně jako vskrytu rozvíje své působení naše stínové stránky. Někdy matka působí *jako ježibaba*, aniž by se to zvenčí dalo hned rozpoznat.

Když se mluví o matce jako ježibabě, nezřídka to u matek vyvolává spontánní odpor. Rychle vzniká dojem, že se jim přisuzuje zodpovědnost za všechny problémy. Tak to není míněno. Jde o to, aby matka, která má v sobě i cosi *ježibabiho*, sama sobě lépe rozuměla, pak totiž její stín ztratí hodně ze svého hrozivého působení. Existují i jiné faktory, než je charakter matky, které malé dítě ovlivňují: nemoc – matky nebo dítěte – rány osudu, nouze atd. Mnoho matek má vůči svým dětem nepřiměřené pocity viny. Odráží se zde jejich strach, že nejsou dost dobrými matkami. Chtějí být dokonalé.

„Ježibabi kvalitu“ musíme chápat jako duševní poruchu matky, která si často svého narušeného vztahu k sobě samé není vědoma, a už vůbec ne možného škodlivého působení na dítě. Často je to tak, že navenek se všechno zdá být harmonicky uspořádané a neproblematické: dítě je zabezpečeno potravou, oděvem, vším, co navenek potřebuje, eventuálně je zabezpečeno přespíliš. Obraz zdánlivě normálního vztahu mezi rodiči a dítětem je typickým doprovodným jevem osobnostní poruchy, která se v pohádce *Železná kamna* skrývá.³

³ Klinická psychologie, která zkoumá vznik poruch osobnosti, po dlouhá léta přisuzovala odpovědnost za poruchy prostředí, ve kterém je dítě vychováva-

To, že drama člověka s narcistickou poruchou začíná dramatem rodičů, lze z této počáteční a klíčové scény snadno odvodit. V pohádce stojí, že čarodějnice začaruje královici do železných kamen. Tento výraz je třeba brát doslova, neboť matka (přesněji temná nebo narušená stránka matky) si přeje něco špatného.

Opravdu bezstarostné dětství je možné pouze tehdy, jestliže je dítě svou matkou bezvýhradně přijímáno takové, jaké je (přičemž jiné blízké referenční osoby mohou deficit vyrovnat k dobrému). Na kvalitě vztahu k matce také v nezanedbatelné míře závisí, zda je sebecit pozitivní a silný nebo nejistý a slabý.

Ježibabu musíme chápat jako negativní, temnou stránku matky, která radikálně ovlivňuje osobnost dítěte a nedokáže poskytnout jistou a pevnou oporu. Tu může matka poskytnout jen tehdy, dokáže-li sama sebe přijmout. Nic není pro dítě příznivější než matka, která dokáže mít sama sebe ráda. Je schopna vytvořit atmosféru, ve které se pocity dítěte mohou rozvinout a setkávají se s pozorností a tolerancí. V takovém klimatu se může dítě osamostatňovat a rozvíjet zdravý pocit vlastní hodnoty, zdravou sebeúctu. Jak ještě uvidíme, děti matek, které samy nemohly ve svém dětství prožít bezpodmínečnou lásku, se rychle učí intuitivně rozumět jejich potřebám a vycházet jim vstříc. Jen tak získají matčinu náklonnost a jejich život má existenční oprávnění. Pocity jako závist, žárlivost, opuštěnost, úzkost a hněv jsou potlačovány, aby se matky nebo otce nedotkly.

A zase si musíme překládat obrazovou řeč pohádky, abychom pochopili, co se míní tím, že je někdo zakletý a musí sedět v lese v železných kamnech.

no, a zejména vztahu dítěte k nejdůležitějším osobám, rodičům. Během posledních let však byly stále častěji zohledňovány i genetické faktory. Význam zděděné dispozice jednotlivého člověka byl zvláště zdůrazněn pomocí výzkumu dvojčat. Jistě se musí počítat s obojím. Nepříznivé zděděné dispozice zesilují problematický vývoj. Naopak při dobrých dispozicích může destruktivní výchovné prostředí poškozovat osobnost méně.

Opět hra s posunem významu od přátel, „wünschen“, k zaklínat, začarovat, „verwünschen“, kterou české výrazy neodrážejí – pozn. překl.

Uloupení pocitů

Úkolem kamen je vyhřívání obytného prostoru. Železná kamna, ústřední symbol této pohádky, však stojí uprostřed lesa a nejsou způsobilá k tomu, aby něco vyhřívala: naopak, obraz těchto kamen zprostředkovává spíše pocit chladu. Sáhne-li na kus železa, studí nás. Vodivost kovu způsobuje, že teplo z kůže rychle odchází, a proto se nám kovový předmět dokonce zdá studenější, než ve skutečnosti je. A pro lidi se syndromem železných kamen bývá skutečně často těžké, aby měli pocit tepla a teplo si udrželi.⁴ Jejich kůže je špatně prokrvena a jsou citliví na chlad, zvláště na průvan.

O teple a ohni se ani v této pohádce nemluví, neboť železná kamna jsou osamělým žalářem uprostřed lesů, do kterého je královský syn zaklet. Naprostá odloučenost, izolovanost od druhých vykresluje obraz nekonečného nářku a bezútěšné opuštěnosti. V železných kamnech je zavřený ten, kdo byl připraven o svobodu pohybu, kdo byl omezen, kdo se nemůže hnout, cítit se volný a rozvíjet se, kdo nemůže být sám sebou – jaký to obraz hlubokého utrpení a nekonečných muk! Železná kamna psychologicky vyjadřují to, že pocity jsou zavřeny a zadržovány v „tlustém železném pancíři“. Pokusme se vcítit do zakletého královice, zkusme pocítit těsnost (a tíseň) vnitřního vězení, které se jeví jako ne-

⁴ H. Kohut: Narzišmus, Suhrkamp, Frankfurt a. M. 1976, str. 85.

nesitelné. Lidé s narcistickou poruchou osobnosti skutečně znovu a znovu prožívají zraňující pocit vnitřní prázdnoty a extrémní nudy.

Pohádka tvrdí, že to byla ježibaba, kdo prince zavřel do železných kamen. Ježibabou jsme se již krátce zabývali – představuje negativní stránku matky, jež může malé dítě velmi poškodit v jeho vývoji. Zde si výše uvedené poznatky prohloubíme.

Je běžnou představou, že matky mají svým dětem dávat vždy jen to nejlepší, mají se pro ně obětovat a být jim stále nablízku. Být *krkavčí matka*, to je nepříjemné pomyšlení, jež způsobuje pocity viny. Kdo je však *dobrá matka*, co to znamená?

Ve vztahu mezi matkou a dítětem jde vždy o správný odstup, o střední cestu mezi přehnanou péčí, jež může být omezující a utiskující, a druhým extrémem, zanedbáváním, které vede k tomu, že dítě není schopno se rozvíjet, neboť se nemohou vytvořit struktury, jež jsou pro jeho rozvoj nezbytné. Jestliže se nedostává dostatečné pozornosti oprávněným potřebám malého dítěte, vznikají poruchy, které působí po celý život. K elementárním potřebám malého dítěte patří i to, aby se učilo akceptovat hranice, přičemž poučení by mělo být laskavé. Frustrace jsou nevyhnutelné: to, že matčino ňadro není vždy a v každou dobu k dispozici, se musí učit už kojenci. Zdá se, že rozhodující je postoj matky, která se umí vcítit, umí dítě upokojit a pomůže mu nelibý pocit snášet. Tak může být při poruchách obnovena vnitřní rovnováha a může růst schopnost poradit si se zklamáním, nelibostí, rozmrzelostí atd.

Sebeláska

Dítě se učí mít samo sebe rádo, jestliže mu matka dokáže zprostředkovat pocit, že je milováno prostě proto, že je. Když se matka dívá na své dítě, mají její oči zvláštní lesk, který je neklamným znakem libosti a hluboké radosti z jeho existence. V této atmosféře se u dítěte dostává blažený pocit a roste jeho jistota, že je na tomto světě chtěné a vítané. Tímto způsobem může matčina láska jasně zaujmout místo v osobnosti dítěte. Může se spojit s nejvnitřnějším jádrem osobnosti to-

hoto člověka a splynout s ním v jednotě.⁵ Lidé, kteří takovou lásku zakusili, jsou schopni také lásku nenuceně dát najevo jako přirozenou a samozřejmou součást své osoby. Mít zkušenost bezpodmínečné lásky tedy není jen předpokladem pro to, aby člověk sám sebe měl rád, nýbrž i předpokladem, který umožňuje, aby člověk byl schopen milovat ostatní lidi. Mateřská láska je proto požehnáním, které, a je to tragické, není všem lidem v dostatečné míře dopřáno.

Již dítě rostoucí v těle matky reaguje na náklonnost nebo odmítání. Nechtění kojenci mají častěji podváhu a častěji jsou nemocné než chtěné děti, protože jejich imunitní systém je zjevně slabší. Láska matky v raném dětství ale nerozhoduje jen o zdraví a nemoci, vtiskuje také určujícím způsobem sebecit. Tělo, zvláště oblast břicha, je místem citění. Matčinu lásku cítí dítě na svém těle, zvláště ve formě laskání, hlazení a chování. To vede k blaženosti a pocitu bezpečí a jistoty. Láskyplný kontakt s pokožkou a vůbec kontakt s tělem dítěte je tedy rozhodující pro to, zda se jeho sebecit vyvine pozitivní a silný. Milovat se v nemalé míře učíme přes kůži!

Důležité také je, aby matčino poselství bylo jednoznačné. To, co dělá, by se mělo shodovat s tím, co pociťuje. Dítě se cítí opuštěné, jestliže se mu dostává mechanické péče, protože matka je v myšlenkách zaměstnává svými problémy.

Malé děti samy sebe prožívají jako všemocné, vševědoucí a grandiózní a vrůstají teprve postupně do vnější skutečnosti. Jestliže nejsou ve svých potřebách dostatečně uspokojovány, stahují se do vnitřního fantazijního světa. To je normální proces, neboť tak mají možnost chránit se před šedivým světem, který někdy budí strach nebo je tvrdý. Izolují se a takříkajíc přenášejí zranitelné vnitřní jádro do bezpečí. Jestliže k tomu dojde na pozadí lehkého příkoří a je-li tento proces přechodné povahy, může se dítě brzy zase otevřít a cítit se volné a svobodné ve svém pravém Selbst. Hluboká příkoří nebo trvalé zátěže však poškozují rozvoj jeho osobnosti.

⁵ E. Drewermann: Tiefenpsychologie und Exegese, sv. I, Walter, Olten 1984. Mytologicky je to božské dítě, jež přijde na svět z panny, tedy aniž by cokoli muselo být učiněno pro to, aby muselo nebo mohlo být zplodeno. Božská láska je rozdávána bez zásluh.

Jestliže nejsou dostatečně uspokojeny základní potřeby pozornosti, potvrzení, náklonnosti a zabezpečení, dítě se stále více stahuje do *splendid isolation*, nádherné nadřazené izolace, na základě motto: „Nikoho nepotřebuji, jsem mnohem lepší než osoba, od které bych měl očekávat lásku, jsem sám svým ideálem.“ To, co odmítnutí způsobilo, je znehodnoceno nebo zničeno: „Nenávidím tě za to, že mi nedáváš to, co mi přísluší, ale neukážu ti, že něco potřebuji.“

Malé dítě si nedokáže samo dát oprávnění ke své existenci, je závislé na pozitivním zrcadlení od svých rodičů. Rodiče, kteří sami sebe nemají rádi, jsou schopni své dítě zrcadlit jen nedostatečně, jen nedostatečně umějí dát najevo, že je vítané a dobré takové, jaké je. V takových případech je dítě nuceno k tomu, aby svůj pocit vlastní hodnoty budovalo výše popsaným chorobným způsobem.

Normálně existuje napětí mezi tím, co člověk je, a tím, o čem věří, že musí být (jeho ideálním já). Lidé se zdravým narcismem vědí, že nemusí být dokonalí, že není třeba, aby vůči všem vykazovali převahu, že smějí selhat atd., a přesto jsou „v pořádku“. U lidí s narcistickou poruchou osobnosti je Selbst nafouknuté. To, co jsou, a to, o čem věří, že musí být, splynulo v jedno *grandiózní Selbst*. Ztotožňují se ve fantazii se svým vlastním ideálním obrazem, aby tak dosáhli nezávislosti na hodnocení ze strany druhých. Negativní součásti, které jsou neslučitelné s ideálem, jsou vytěsněny a často také projikovány na druhé. Tato idealizace vlastní osoby a vlastních schopností je velice vzdálena realitě a vede k tomu, že tito lidé již nejsou schopni zřetelně rozpoznat, kým skutečně jsou.

Princ v železných kamnech je obrazem toho, že něco, co bylo velmi zraněno, se svému okolí uzavřelo a opouzdřilo se. To je opravdové Selbst, které nemohlo být rozvinuto. Za těchto podmínek se nemůže volně odvíjet plná radost ze života a proudit ven. Člověk by mohl žít pocity v jejich celkovém rozsahu, pokud by zde nebylo toto strašlivé vězení. Tlustý pancíř však proud pocitové energie blokuje. Zvláště je zablokována schopnost otevřít srdce lásce. Hluboké zranění je v podstatě *uloupením pocitů*.

Selbst (kralevic) je slabé nebo málo vyvinuté, a proto náchylné vůči každé formě poranění nebo příkoří. Tlustý železný pancíř odpovídá sva-

lovému pancéřování, které si musí lidé se syndromem železných kamen vytvořit. V postoji a chůzi se to může odrážet takovým způsobem, že vzniká dojem, jako by se stále pohybovali v neprůstředné vestě.

Kvůli ochraně Selbst vzniká mechanismus rozštěpení na černou a bílou. Všechno, co by pravé Selbst mohlo ohrozit, je odráženo, přemáháno a *znehodnocováno* – je to černé, špatné, zlé a chybné. Všechno, co grandiózní Selbst podporuje, potvrzuje a pomáhá mu, je vítáno a *idealizováno*. Člověk v železných kamnech sám sebe nedokáže vnímat ve své celosti. Ale ani jiné osoby není schopen vidět takové, jaké skutečně jsou, a proto jim neumí opravdu porozumět. Každého pozoruje vždy jen podle jednoho vzorce: Je pro mě, nebo proti mně? Tím je jeho vnímání omezeno na určité součásti osobnosti, například jen na ty dobré, nebo – z jeho pohledu – špatné.

Individuace

Vývoj dítěte v samostatnou a odpovědnou bytost je dlouhá léta předmětem intenzivního výzkumu. Je to proces náchylný k poruchám, a když se nezdaří, má určující vliv na celý život. Mezi jedním a půl a třetím rokem objevuje dítě stále více, že se odlišuje od matky, zatímco dříve v mnoha oblastech sebe a ji prožívalo jako jednu bytost. Pozvolna se učí mít svůj vlastní názor:

Třiletý Michal sedí už nějakou dobu před svým obědem, jen se v něm štourá a nejí. Matka to zpozoruje a chce, aby Michal konečně jedl. Chválí chuť jídla a gesty předvádí, jak jí chutná. Michal na matku pohledne a řekne: „Můžeš mi říkat, že mám jíst, ale ne, že jíst chci.“

Je velmi důležité, aby matka Michalův skutečný názor ocenila a on se tak učil s jistotou rozlišovat, jestli něco skutečně chce, nebo ne. Pravé Selbst má být v této fázi posilováno.

Lidé, kteří žijí v pocitu, že sedí v železných kamnech, utrpěli zranění někdy velmi brzy ve svém dětství. Navenek bývá obraz rodiny často dokonalý, ale vztah k matce, případně k osobě, která roli matky zastává, je

narušený. Při dotazování často narazíme na studený, tvrdý, nelidský a egoistický postoj matky. Mnohdy byla nepovolná a projevovala se jako extrémně dominantní a manipulující. Podstatnými rysy takové matky jsou chlad a nelítostná příslost. Často však manipulace mohou být tak subtilní, že na první pohled získáme dokonce dojem, že jde o velmi dobrou matku. Taková matka však chce vždy své dítě mít takové, aby odpovídalo jejím vlastním představám. Nežádá se cítit životem podvedena a je odmítavá – ovšem skrytým, podprahovým způsobem. Dítěte zhusta zneužívá pro své cíle, například aby se dobře vyjímal, aby byla obdivována kvůli jeho nadprůměrným schopnostem, které staví na odiv. Pozorujeme také silné zdůrazňování vnějších aspektů, zejména tělesné krásy dítěte.

Svědomy nebylo s láskou integrováno

Děti dodržují pravidla nejen ze strachu z trestu, nýbrž také proto, že milují své rodiče. Nechtějí otce nebo matku zranit tím, že by dělaly něco zapovězeného. Rodiče mají vyvozovat důsledky, ale na druhé straně mají být shovívaví a mají mít pochopení pro chyby a slabosti svých dětí. Na dodržování pravidel by se mělo trvat se vctěním. Pak dítě cítí, že je i ve své nedostatečnosti přijímáno, a svědomí je s láskou integrováno. Tento proces se u lidí v železných kamnech většinou nedaří. Buď vedla přísná trestní opatření prováděná s přehnanou tvrdostí ke vzdoru a nenávisti, nebo bylo ustaveno příliš málo hranic. Výchovné postoje jako: „Může se dělat všechno, jen se člověk nesmí nechat chytit,“ vedou k egoistickému chování. Lidé v železných kamnech mívají většinou velké problémy s pravidly. Dodržují je jen ze strachu před trestem, a ne proto, že by je k tomu vedlo vědomí práva a bezpráví, spojené se soucítěním s druhými.

Rozvíjí se chorobná forma vztahů. Lidé, kteří musí obrazně „sedět v železných kamnech“, nedostali možnost najít cestu k opravdové sebe-lásce. Z již řečeného vyplývá, že ústředním problémem lidí s narcistickou poruchou je to, že *jako malé děti se musí podřizovat uspokojová-*

ní potřeb matky – nebo jiných referenčních osob – a nebyli milováni kvůli vlastní svébytnosti.

Taková matka často také trpí syndromem železných kamen – nebo jejich „zrcadlovým obrazem“, který v pohádce ztělesňuje princezna⁶ – a je fixována na vlastní potřeby nebo silně zaměstnána svými vnitřními problémy a obavami. Kvůli své vlastní předpojatosti ignoruje nálady a napětí svého dítěte, nebo je chápe naprosto špatně, a dokáže je proto vnímat a uspokojit jen nedostatečně. Také reaguje-li matka na potřeby a napětí dítěte přehnaně a s panikou nebo strachem, ukazuje to na nedostatečnou schopnost vctění. Matčiny negativní nálady nebo psychická napětí dítěte zaplavují, a ono se nedokáže bránit. Obojí, nedostatečná schopnost vctít se do dítěte, zapůsobit na ně tišivým a uklidňujícím způsobem, stejně jako přehnané vctívání, které chce předejít každé nelibosti, brání nezbytnému procesu, ve kterém se má dítě naučit snášet frustrace a odřkání.

Jestliže matka reaguje na dítě špatně, přehnaně nebo vůbec nereaguje, dítě se cítí opuštěné, dotčené a osamělé a stáhne se do svého vnitřního světa velikášských fantazií (do doby, kdy čarování ještě pomáhalo), které vytvářejí zdánlivou nezávislost, jež ovšem neexistuje. Uzavírá se ve své bolesti a začíná mu narůstat železný pancíř. Pokouší se vlastními prostředky vytvořit to, co mu rodiče nedali nebo nepřiznali. Podle zásady „Nikoho nepotřebuji“ se pokouší vybudovat autonomii, ovšem pouze zdánlivou, pseudoautonomii, neboť je přirozeně stále ještě odkázáno na druhé.

Úloha otce nabývá pro vývoj dítěte na významu obecně až v pozdější době. Problematika se přirozeně zostřuje, jestliže také on trpí syndromem železných kamen. Je nicméně stejně dobře možné, že to, co dítě bolestně postrádá u matky, otec vyrovnává, a tak poruše zabrání nebo ji alespoň zmírní.

⁶ Viz kapitola „Vysvobození královské dcery“, str. 117 a násl.

Falešné Selbst

V obrazu prince, který musí sedět v železných kamnech, pohádka symbolizuje *tíseň*, nouzi člověka, který v raném dětství nebyl bezvýhradně milován. Nemůže ze svého vnitřního vězení uniknout. Je to obraz děsu, a tito lidé skutečně během svého dětství prožili děs.⁷

Obraz kamen není náhodný, neboť všeovládající potřebou člověka v kamnech je *žhnoucí* touha po lásce a teple. Ale, jak víme, tato kamna jsou studená a bez ohně. Protože je zavřený v železných kamnech, nemůže královic svou osobnost a lásku rozvinout. Z tohoto hlubokého dilematu se odvíjí rozhodující problém lidí, kteří mají narcistickou poruchu osobnosti: jsou nuceni znovu a znovu beznadějně přehnaně hledat lásku, kterou v raném období svého vývoje postrádali.

Ježibabu jsme chápali jako ty části matky, které nebyly schopny dítě milovat. Aby vůbec mohl dále žít, *musel* se královský syn odebrat do železných kamen. Dalo by se také říct: Utekl do železných kamen před nesmírně mocnou, vše kontrolující matkou, která budila úzkost. Byl doslova přinucen, aby se sám do té klece zavřel a obklopil se silnými železnými deskami, jen aby potlačil vlastní impulzy, přání a pocity a dokonale odpovídal očekáváním matky.

Mluvili jsme o tom, že chybějící láska má za následek ztuhnutí svalstva hrudního koše. Potlačená bolest vede k pancéřování, které blokuje a omezuje dýchání, pohyb i cítění. Poranění, silnou bolest ale pociťujeme zejména v srdci. To se přímo svírá. Nasnadě je riziko zúžení věnčitých cév, a tedy i onemocnění srdce a krevního oběhu.⁸ V břiše se koncentrují silné pocity zlosti a nenávisti, protože oprávněné potřeby nebyly uspokojovány. Je však nebezpečné, ba nemožné dát najevo skutečné pocity: vztek, nenávisť a zklamání; to by totiž odmítnutí ještě dále zostřilo. Proto se tyto pocity stále dokonaleji ukrývají před druhými lidmi a místo nich vznikne maska, která tyto pravé pocity zastírá. Podprahově jsou

⁷ A. Lowen: Narzišmus, Kösel, München 1989.

⁸ Další významy slova *brennend* jsou také *palčivý, ožehavý, hořící, plamenný, vroucí, vášnivý* – pozn. překl.

⁹ A. Lowen: Liebe, Sex und dein Herz, Kösel, München 1989.

však nadále přítomny a vtiskují svou pečeť celému našemu pocitovému světu.

Dítě se rychle učí odsouvat své vlastní potřeby do pozadí. Cítí, že matka sama toho hodně postrádá a potřebuje, a všemi prostředky se pokouší jí pomoci. Dělá to proto, aby opět mělo matku, která se o ně bude starat, která bude jako zrcadlo *odrážet*, jak je má ráda a vítá je a přijímá – takové, jaké je. Jestliže matka sama hodně potřebuje a vyžaduje, přejímá dítě roli matky za ni. Vznikají v něm pocity viny, když se mu nedaří její potřeby uspokojit. Je šťastné, jestliže se mu to nakrátko podaří, protože to je cíl jeho života, z toho žije.

Až příliš snadno dochází k tomu, že dítě musí obětovat své pravé Selbst, své pravé city a vnímání, že je nuceno hrát neupřímnou hru. Vznikne u něj nesmyslný pocit, že je milováno jen kvůli odvedenému výkonu. To pak není skutečná láska, nýbrž uznání výkonu! Přinejmenším se dítě v takovém případě cítí důležité, užitečné a cítě: Mám nějakou cenu! Až příliš snadno zaměňuje příjemný pocit z dosaženého uznání za lásku. Jak mnoho lidí usiluje o uznání, protože museli postrádat skutečnou lásku!

Zdánlivou předností uznání je to, že se jej dá dopracovat. Když už není možné přijímat lásku jako dar, doslova zadarmo, má člověk v železných kamnech moc pomoci si sám. Bude se pokoušet svým úsilím, výkonem zaplnit prázdnotu z lásky, kterou nikdy nezakusil. Jeho životní motto proto často zní: *Musím toho hodně vykonat, abych byl milován*. Aby přesvědčil druhé o své vlastní hodnotě, usiluje také o dokonalost. Perfekcionista odřezává pocity, zbavuje se jich, zvláště těch, které by vyjevily jeho lidské stránky.

Jestliže srdce dítěte bylo zlomeno a jeho pocity uloupeny, spočívá jeho existence v tom, že musí fungovat jako loutka, která musí být poslušna pokynů rodičů, i když ti už dávno nejsou přítomni. Rané období, ve kterém došlo ke zranění a které je extrémně vnímavé k určujícím vlivům a vtiskům, totiž je příčinou velice nešťastné dynamiky: Drama spočívá v tom, že lidé v budoucnu musí sami sobě ubližovat tak, jak jim ubližovali rodiče. Chlad, s nímž k nim rodiče přistupovali, nerespektování opravdových potřeb, skrývání skutečných pocitů, to vše se stává pevnou získanou součástí osobnosti. Jen to, co může a smí být prožíváno, může

se i rozvíjet. Pocity, které nesměly být prožívány, u narcistické poruchy jsou to především pocity zlosti a hněvu, možná i úzkost a bolest, ale také slast a radost se nemohou vyvíjet a ani nemohou být „kultivovány“. Mís-to pravého Selbst vzniká Selbst falešné.

Kamna nestojí v místnosti, kam by vlastně patřila, nýbrž venku v lese. Les se považuje za mateřský symbol, a to ještě podtrhuje význam matky pro člověka v železných kamnech. Kletba je přímo zesílena skutečností, že kamna musí stát osaměle a opuštěně v lese. Obraz si proto musíme přeložit tak, že je to matka, jejíž vliv dále negativně působí. To, že kamna stojí v lese, tedy zřetelně ukazuje jednak na vnitřní osamělost člověka v železných kamnech, jednak i na to, že určující vliv matky nadále působí. Železná kamna se stala součástí osobnosti a jen těžko se dají opustit.

Rané radikální poškození vývoje osobnosti má masivní následky, které se budou projevovat po celý život. Postrádaná láska matky po sobě zanechává mezeru, kterou lze jen těžko vyplnit. Osobnost je rozervaná jako řetěz, ve kterém chybí článek, a dotyčný je odkázán na to, aby s vynaložením všech prostředků a energie, které má k dispozici, tuto škodu nějak vyrovnal. Pohání jej hluboká bolest, kterou navenek často nerozpozna. Takový člověk se příliš často uchýloval do svých železných kamen. Všechno je na něm je tvrdé a studené, dokonce i pohled může být jako ze železa.

Musí-li dítě vyrůstat bez laskavého protějšku, jeho vývoj se pokřivuje a zůstává velký smutek a hluboké pokoření. Železná kamna jsou působivým obrazem toho, jak silné a bolestivé jsou tyto pocity a jak nesnesitelné člověku připadají. Musí je odrážet všemi prostředky (tlustým železným pancířem), aby je necítil. V písni Reinharda Meye se správně zdůrazňuje: „Láska ti dá nezranitelnost jako koupel v dračí krvi ...“ Jestliže člověk neprožil žádnou skutečnou lásku nebo si jí užil příliš málo, stane se velmi zranitelným. Aby tento nedostatek vyrovnal, usiluje člověk v železných kamnech o moc, zatvrzuje se stále více, pocity ignoruje, odštěpuje, popírá a vytěsňuje, aby se tak stal zdánlivě nezávislým podle své zásady: „Nikoho nepotřebuji!“ Každé nové příkoří prožívá jako útok na svou existenci. I konstruktivní kritika jej zasahuje až do morku kostí

a působí jako ničivý útok, neboť člověk v železných kamnech musí žít bez silného sebecitu.

K mechanismu přežití patří u všech lidí to, že se vyrovnávají s deficitem, se strádáním a situacemi nedostatku a jsou schopni unést také situace, které od nich požadují krajní vypětí. Živočiškové, kteří nejsou schopni se dostatečně přizpůsobit, vymírají. Také člověk v železných kamnech vyvinul určitou formu přežití; přitom je ale nucen žít s velkým vnitřním utrpením. Chtěl bych souhrnně a srozumitelně přiblížit, jak vzniká začarovaný kruh, z něhož se stává drama, stále nově inscenované:

Lidé, kteří jsou jako princ v železných kamnech, se snaží vyrovnat neschopnost skutečně sebelásky tím, že přehnaným až extrémním způsobem vyhledávají zájem a především obdiv druhých lidí. Navenek se mohou jevit jako beznadějně zamilovaní sami do sebe, bez citu pro to, co svým nápadným chováním způsobují. Takovými je udělalo hluboké zranění utrpené v raném dětství.

Dilema spočívá v tom, že člověk pořád čeká, že chybějící vnitřní jistota, že si zaslouží být milován a sám sebe milovat, přijde odněkud zvenčí a vyplní díru, kterou má uvnitř. Vnitřní deficit je přemáhán závislostí na potvrzení, obdivu a důkazech lásky. V každém člověku je jakási vnitřní nádoba, v níž si může uskladnit všechny projevy náklonnosti, pozornosti a sympatie, které kdy obdržel, vnitřní nádoba, ze které člověk běžně může čerpat, když se věci nevyvíjejí tak, jak by chtěl. Sáhá pak do ní po pozitivních dřívějších zkušenostech, tedy po dobrých vnitřních obrazech, a jeho cit pro sebe sama není ořesen. Jeho sebejistota je v zásadě zachována, pokud události nejsou natolik extrémní, že působí na osobnost destruktivně (například sexuální zneužití, teror, mučení atd.). Jinak je tomu u člověka v železných kamnech! Jeho vnitřní nádoba je děravá, a tak je nucen ji neustále plnit: obdivem, uznáním a důkazy lásky ze strany druhých. Bez stálého přísunu se zásobnice velmi rychle vyprázdní. Úspěchy si pak takový člověk nemůže opravdu vychutnat, pouze zesilují beztoho již existující touhu po dalších a větších.

Tito lidé mňvají ohromnou energii a často podávají pozoruhodné výkony. Jak jsem již uvedl, zejména se snaží získat moc, a to proto, aby překonali silný strach ze zranění. Často vydrží být velmi dlouho neobyčejně disciplinovaní a vynikají v sebeovládání, které je má chránit před poní-

žením. Život v železných kamnech je proto často velmi namáhavý a mohli bychom se ptát, jak to jen tito lidé mohou vydržet.

To, co je zevnitř pohání k nezřídka mimořádnému a na výkon orientovanému pracovnímu zápalu a k perfekcionismu, pramení z neschopnosti mít sám sebe rád, a nikoli z víry v něco, popřípadě z osobního nasazení pro něco. Zvenčí je někdy těžké rozpoznat, zda člověku, který podstupuje námahu, jde v první řadě o to, aby zazářil a svými činy dosáhl úcty a obdivu, nebo jestli mu jde o ideu, o níž je přesvědčen.

Rána způsobená tím, že takový člověk nebyl bezvýhradně milován takový, jaký je, je stále ještě otevřená, a proto u něj můžeme pozorovat velkou zranitelnost. Kritika vlastní osoby je pro něj téměř neúnosná. Takoví lidé se okamžitě utíkají do železných kamen, aby se ochránili před zraněním. Následující kazuistika, ve které pacient hovoří o svých obtížích, je pro člověka v železných kamnech typická.

Vím, že neumím prohrávat. Může se stát všechno možné a zůstávám klidný; ale když prohraju, začnu bláznit. Opiju se, začínám hádky, všechno ničím, jsem úplně nevypočitatelný. Někdy nemohu svou zlost dát najevo hned, protože by to pro mě bylo příliš nevhodné; k zapomenutí a odpuštění však zdaleka nedochází. Určitě se najde příležitost, abych se strašlivě pomstil. Dokážu se na člověka tvář v tvář přátelsky usmívat a zároveň ho právě v té chvíli podrazit.

Umění prohrávat ukazuje na schopnost snášet příkoří. Lidé s narušenou sebeúctou mají velký strach z jakéhokoli ponížení.

Grandiózní obraz, který si o sobě často musí vytvářet, je také formou obrany před útoky a poníženími. Zdají se být nenapadnutelní a vyvinuli dokonalý systém obrany. Nejsou schopni pustit si lidi k sobě, ačkoliv u nich existuje silná potřeba lásky a náklonnosti. Nezřídka jsou krajně sobečtí a fixovaní na uspokojování vlastních potřeb. Chování lidí v železných kamnech často na lidi působí nepřítelství!

Ani královská dcera v pohádce není vůbec ochotna si začínat se železnými kamny a pokouší se vyslat k nim někoho jiného; ano, pocítuje velký strach a odpor a myslí si: „Milý Bože, co si mám počít se železnými kamny?“ Těmto lidem se kvůli jejich nafoukanosti, popřípadě aroganci

dostává otevřeného nebo skrytého odmítnutí, jejich nesmírná touha po uznání působí na druhé lidi odpudivě.

Není-li člověk přijímán a akceptován, působí to přímo jako spouštěč onemocnění, jako rané drama a hluboké zranění. Musíme tedy říci, že lidé v železných kamnech sami nevědomky přispívají k tomu, že se jejich utrpení, jejich bída, opakuje. Začarovaný kruh se uzavírá takovým způsobem, že s každým příkořím stěny železného pancíře ještě zesílí. Pocity jsou silněji odštěpovány, vlastní ego je stále více nafukováno, aby necítilo příkoří a zranění. Tito lidé se utíkají do nerealistických představ o sobě. Vidí sami sebe jako střed světa a necítí, že jejich očekávání vůči sobě i druhým jsou naprosto nerealistická a přemrštěná. Právě tyto krajně přehnané požadavky a potřeby působí, že je kontakt s narcistou tak nepřijemný. Odmítnutí, které pocítí, nicméně nevede k tomu, aby své chování upravil. Člověk v železných kamnech se bude pokoušet utvářet svůj život pozitivněji, avšak stále stejnými nevhodnými prostředky.

A tak je stále osamělejší a opuštěnější; všechno mu pak připadá stále bezcitnější, odcizenejší a beznadějnější. Učí se stále dokonaleji vyřazovat pocity, vysloveně zamrzá, takže nakonec je sotva ještě schopen skutečně něco pocítovat. Následkem je to, že se dostávají už zmíněné mučivé pocity vnitřní prázdnoty a nudy. Zraňujícími průvodci postiženého jsou také pocity nesmyslnosti a nicotnosti. Právě proto, že se nepřijemným pocitům, jako je smutek a bolest, vyhýbá, neumí se už ani pořádně radovat, neboť železným pancířem obložil všechny pocity. Člověk v železných kamnech je zajat ve svém světě, ve svém způsobu života a myšlení. Sám nemůže uniknout, na to jsou železné desky příliš silné.

Obličej pana K. působí jako kamenná maska. Když se pokusí usmát se, jeho tvář se podivně zkriví. Jeho oči jsou strnulé a působí jako všechno na něm studené a jako bez života. V rozhovoru snadno sklouzává do cynismu a jeho způsob vyjadřování vede druhé lidi k tomu, aby zaujali vnitřní odstup. Nějak signalizuje, že není radno si s ním něco začínat. Rozhodně si lidé, s nimiž se setkává, udržují od něj odstup a reagují spíše opatrně; snadno by se totiž mohli stát terčem jeho příkrých znehodnocujících soudů.

Pozoruhodné je, jak je nezájem těchto lidí o druhé opravdový. Chybí jim schopnost naladit se na stejnou vlnu a vcítit se do druhého individua. Žijí ve svém světě, odděleně od ostatních, přesně jako to obrazně vyjadřuje naše pohádka: zavření ve vězení, v železných kamnech.

Lidé, kteří neumějí opravdu milovat, ani nejsou schopni se opravdu radovat. Člověk v železných kamnech vnímá pestrý svět kolem sebe, vidí, jak jsou druzí šťastní, a ještě silněji pak cítí, že je z toho vyloučen, nemůže se podílet na bezstarostnosti bytí. Právě v přítomnosti veselých lidí se nebude cítit dobře; ledaže by se omámil drogami, které uvolňují silné vnitřní blokády. Pod jejich vlivem se může stát, že se mu uvolní jazyk, a on se pak vychloubá svými činy. Považuje své pocity za pravé a snadno přehlédne, že ostatní se teď smějí jen jemu. Neberou jej vážně, nechají se od něho zvát a platit útratu a jako protislužbu posilují jeho velikášské touhy po sebeprosazení. Všechno se má točit kolem jeho osoby, jako by byla středem světa.

Své tělo sleduje s velkou pozorností a péčí. V každé bolístce vidí životu nebezpečnou chorobu a věnuje se jí podle přesného scénáře. Stejně jako je na něm všechno jedinečné, i sebemenší porucha zdraví je u něj důvodem k dramatickým existenciálním úzkostem. I když se navenek zdá být nezranitelný a silný, ve skutečnosti je to úzkostný člověk, který v sobě nachází málo jistoty. Stáří, nemoc a smrt u něj vyvolávají veliký strach, protože není schopen se odevzdat životu. Pro sebe vyžaduje velkou ohleduplnost a pochopení, ale naopak dokáže vyvinout jen málo soucítění pro zdravotní problémy svých bližních.

Zlost, nenávist a závist

Vnitřní vězení způsobuje nejen pocity prázdnoty a nudy, nýbrž vede i k silným pocitům zlosti a nenávisti. U člověka, jenž odpovídá královskému synu v kamnech, jsou právě zlost, závist a nenávist většinou dominujícími pocity, které překrývají všechno ostatní. Na druhé, kterým se třeba vede lépe, hledí s velkou závistí. Už jen spokojenost druhého člověka může u narcisty vést k silným pocitům nenávisti a závisti. Popírá to ovšem, protože *být závistivý* by znamenalo být slabý, nikoli dokonalý,

nýbrž malý a potřebný. Proto jsou pocity závisti nepřípustné, neboť by ještě zvětšovaly vnitřní bolest. Takový člověk tedy hledá možnosti, jak pozitivní věci rozbít. Šfíí negativní, agresivní náladu, nad vším možným se rozčiluje, snaží se srážet náladu svého okolí, dívá se na vše jen negativně nebo pořád pranýřuje chyby druhých, aby nezůstával se svým mrzoutstvím sám. Je klidnější teprve tehdy, když jeho destruktivní energie vykonala své dílo. Protože nesmí ukázat závist otevřeně, často ji vyjadřuje nepřímo:

Vždycky když se matka ptala, co bych si přál k narozeninám nebo k Vánocům, řekl jsem, že nic nepotřebuji. V průběhu terapie jsem si uvědomil, že jsem dárky odmítal ze vzdoru. Cítil jsem se odstrčený za svého bratra a záviděl jsem mu; můj pocit vlastní hodnoty byl hluboce zraněn a nechtěl jsem nic přijímat od někoho, kdo mně tak hluboko ublížil.

Každý, kdo se pokusí vcítit se do královice v kamnech, bude schopen se vžít do jeho silné zlosti. On, který je jako královský syn zvyklý na veškeré výsady, který je hýčkán, přání se mu plní, ještě než je vysloví, nezná starosti – on teď sedí ve vězení. Právě tato rozpornost vytváří silné napětí. Na jedné straně idealizovaný život naprosto zbavený problémů, a zároveň takové hrozné vězení. Není divu, jestliže bezútešnost situace lidí, kteří sedí uvězněni v železných kamnech, způsobuje, že prožívají zlost a nenávist jako pocity, které všechny ostatní zastíňují:

Po jednom skupinově dynamickém cvičení paní K. překvapilo, že se najednou rozplakala. Přímou z ní vyrazil náhlý a hluboký zármutek: „Vůbec jsem nevěděla, že ve mně jsou takové pocity, myslela jsem si, že dokážu pociťovat jen zlost na druhé a nenávist k sobě.“

Ve vězeních světa se zlost a nenávist přímo rozdmýchávají. Lidem, kteří jsou fyzicky zavření, se často nedaří chápat trest jako přiměřené odčinění zavržených činů. Většina zločinců se vrací k trestné činnosti v neposlední řadě proto, že jejich nenávist během uvěznění ještě zesílila.

Neviditelné vězení – železná kamna jako obraz vnitřního stavu – je téměř horší než být skutečně zavřený. Ačkoli ke každému pohybu může

dojít svobodně, člověk si vnitřní vězení všude nosí s sebou. Nežádka tito lidé mají všechno, co si přejí: peníze, majetek, slávu a pocty, jen vnitřní svoboda jim schází, a oni nevědí, jak jí dosáhnout.

V průběhu terapie si nemohou vzpomenout, že by se někdy stalo, že by necítili žádnou zlost. Zlost a/nebo zášť byly jejich stálými průvodci. Většinou jim není známo, odkud ty agresivní popudy přicházejí, jakou mají příčinu.⁹

Paní S., pacientka trpící závislostí, působí stále napjatě a podprahově agresivně. Nejprve se během stacionární terapie opakovaně pokoušela unikat konfrontaci se svým duševním trápením hranou bezproblémovostí, okázale veselou lhostejností a někdy kousavou ironií a odmítáním. Teprve na konci terapie přistoupí na rozhovor, ve kterém popíše i své problémy.

Všechny způsoby chování člověka v železných kamnech, které navenek působí nesmírně nepřitažlivě (perfekcionismus, přehnaná potřeba sebezprosazení a přemrštěnost), jsou nakonec známkami jeho hluboké nejistoty a zoufalého hledání sebeuskutečnění, lásky a sebe sama. Nevědomě hledá hranice, které v sobě nenachází.

⁹ Zde je třeba uznat, že koneckonců není jasno v otázce, nakolik agresivní pud prostřednictvím dědičných vloh agresí zesiluje nebo zeslabuje. V interpretaci pohádky nicméně vycházíme z toho, že vězení v podobě železných kamen zapříčinila matka nebo srovnatelně důležitá referenční osoba.

Narcistická společnost

Téměř všichni lidé v západních průmyslových národech mají „problémy se železnými kamny“, to znamená problémy se svým pocitem vlastní hodnoty. Ovšem jen u části z nich se vyvine skutečná narcistická porucha osobnosti, jaká je popsána v pohádce o železných kamnech. To, že tolik příslušníků západních společností má problémy s pocitem vlastní hodnoty, se zakládá na skutečnosti, že v západním světě se musí základní symptomy narcistické poruchy vyvinout téměř nevyhnutelně, jestliže chce člověk šplhat po žebříku kariéry nebo jen získat pracovní místo. Některé úvahy o syndromu železných kamen nás proto povedou za osobní rámec.

Každý pokrok v sobě nese pokus o sebeuskutečnění. Zdravý narcismus – zdravá sebeláska – je významnou hnací pružinou každého vývoje, každého výzkumu a všech lidských výkonů. Bez konstruktivní stránky této energie by lidské soužití nemohlo fungovat. Proto je důležité, aby hodně lidí ve společnosti, zvláště ale ti, kteří ji chtějí vést, disponovalo skutečným, silným pocitem vlastní hodnoty, aby sami v tomto směru ne-strádali a neměli nutkání stávat se svědci mas proto, aby kompenzovali vlastní méněcennost. Fenomény „Hitler“ a „třetí říše“ jsou strašlivými negativními příklady. Lpění na moci kvůli moci samé je zřetelným upozorněním na problematiku železných kamen. Bohužel, většina světových politiků je více nebo méně silně tímto virem napadena.

Životní pocit naší společnosti určuje bezuzdnost, stejně jako vykořisťovatelský postoj vůči sobě a druhým – obojí jsou typické příznaky syndromu železných kamen. K tomu patří také bezohledné a sobecké zacházení se surovinami, které skýtá Země, ničení životního prostředí a excesivní těžba surovin.

Jako další symptomy chceme jmenovat prázdnotu a nudu. Aby je lidé překonali a sami sebe cítili, vyhledávají stále silnější podněty. Životem v extrémech, perfekcionismem a klamnou představou dokonalosti se „přizpůsobený“ člověk vzdaluje stále více svým pravým pocitům. Jinými slovy: Naše společnost podporuje vývoj nepravého Selbst.

Cílem naší technické civilizace je jasně a bez emocí sledovat stav věcí, a nejrůznějším způsobem se tato schopnost v lidech trénuje. Požaduje se intelektuálnost a jen ono se považuje za společensky správné. K devizám mládeže patří také „být cool“. Pocity jsou pečlivě skrývány, kontrolovány a ovládány. To vede nejen ke zřetelnému nedostatku živosti a tvořivosti. Společenské klima se v rostoucí míře ochlazuje a nabývá na bezohlednosti.

Podstatným problémem člověka v železných kamnech je chybějící schopnost navazovat a pěstovat vztahy. Bez lásky k lidem získávají navrch fenomény jako necitelná maximalizace zisku bez ohledu na zaměstnání. Typický člověk v železných kamnech, sobecký a bezohledný, splňuje výtečně podmínky, které jsou v hospodářství žádané, a má všechny šance na kariéru. Lidé, kteří již s vražedným soutěžením neudrží krok, propadnou sítem.

Dalším podstatným faktorem, který charakterizuje i člověka s narcistickou poruchou, je ztráta hodnot v západních průmyslových národech. Honba za hmotným majetkem, postavením a uznáním žene svět do stále hlubších krizí.

Existuje ovšem protikladné proudění, které hledá vazbu k transcendentní oblasti, usiluje o smysl, mír, pravdu, spravedlnost, pro které je podstatná náklonnost k přírodě a ke všem živým bytostem. Budoucnost ukáže, zda dokáže ovlivnit vládnoucí společenské hodnoty. V současné době změna trendu, která by naznačovala ústup problematiky železných kamen ve společnosti, není na dohled. Naopak: Fenomén desolidarizace pozorujeme na celém světě.

Pád do těla

Jedním typickým příkladem problematiky železných kamen v naší společnosti se budeme zabývat trochu blíže: Stále více lidí se snaží udělat ze svého těla symbol, který odráží jejich společenské postavení. Nadhodnocují význam vnějšího vzhledu a tělesné kondice (fitness). Mnozí trénují ve fitness-centrech až do naprostého vyčerpání a úzkostlivě dbají na své stravování. Koncentrace na každou nuanci těla, pozornost věnovaná sebemenším chybám a nedostatkům způsobují stres a pocit nedostatečnosti, které lze vyrovnat jen ještě usilovnějším tréninkem. Někjaký cíl, záručení, přítomnost není na dohled. Nikdy se nedá říci: „Teď už jsem dost fit!“ neboť tělesná zdatnost (fitness) je vždy relativní a dá se zdánlivě libovolně stupňovat.

Působí tu i změna hladiny hormonů. Tělo mimořádně usilovně trénujícího člověka po nějaké době vylučuje endorfin, přirozený povzbuzující prostředek s euforizujícím účinkem. Protože tento stav je prožíván jako velmi příjemný, hodí se také ke kompenzaci frustrací, utrpených příkoří, vnitřní prázdnoty nebo jiných emocionálních problémů. Sport, trénink se stávají drogami.

Důsledkem tohoto zneužívání jsou poruchy vnímání. Podobně jako lidé chorobně toužící po štěstí se přes objektivní podváhu považují za obézní, mají lidé závislí na sportu dojem, že jejich tělesná kondice (fitness) stále ještě není dokonalá. V rostoucí míře ztrácejí cit pro své tělo a dochází u nich ke skutečné ztrátě kontroly, neboť musí nutkavě provozovat svůj sport. V této souvislosti se také mluví o *sportovní bulimii*. Pod pojmem bulimie rozumíme závislostní formu příjmu potravy. Postižený/á přijímá přehnaně velké množství potravin, které vzápětí zvrátí, aby se chránil/a před problémy s váhou. Nad tímto závislostním chováním postižení snadno ztrácejí kontrolu, neboť je musí nutkavě opakovat a mizí schopnost ovládat příjem potravy vůlí. V případě sportovní bulimie slouží přehnaně intenzivní trénink k dosahování maximálních výkonů, popřípadě k zamezení zvýšení hmotnosti a procesů stárnutí. I zde je důsledkem ztráta kontroly jak nad stravovacími zvyklostmi, tak i nad sportem. Jeden pacient, který dovedl tento pokus o sebezpotvrzení až do krajnosti, objevil motto: *Skvělé tělo, zničená duše!*