

Dirk de Wachter

HRANIČNÍ DOBA

KONEC
NORMÁLNÍCH
ČASŮ?

Dirk de Wachter

HRANIČNÍ DOBA KONEC NORMÁLNÍCH ČASŮ?



portál

Kniha vyšla s podporou Flanders Literature (www.flandersliterature.be).



Pokud jsou v textu uvedeny pouze české názvy užitých zdrojů, byly tyto zdroje dříve přeloženy do češtiny a odkazy na české překlady i originální názvy se zpravidla nacházejí v seznamu literatury na konci knihy – pozn. překl.

Původní nizozemské vydání:

© 2012, Lannoo Publishers. For the original edition.

Original title: *Borderline times. Het einde van de normaliteit.*

Translated from the Dutch language

České vydání:

Translation © Milena Nováková, 2023

© Portál, s. r. o., Praha 2023

ISBN 978-80-262-2107-4

Obsah

Prolog	9
Poděkování	17
Oslovení	18
 KRITÉRIUM 1: Separační úzkost	 22
1 Individualizace a individuální svoboda rozhodování	25
2 Narůstající urbanizace	32
3 Rozpad (nukleární) rodiny a odmítání „omezujících“ vazeb při jejím rozšiřování	38
4 „Smrt“ Boha, univerzalizmu a základů	48
5 „Smrt“ konsenzu, kontinuity a jednoty	51
 KRITÉRIUM 2: Nestabilní a intenzivní vztahy	 55
1 Romantická láska	57
2 Kultura „po použití vyhodte“	58
3 Hédonismus	64
 KRITÉRIUM 3: Nepřiměřená agresivita	 73
1 Televizní a počítačová kultura jako živná půda	80
2 Od rošťáctví k chuligánství jako extrémnímu projevu ztráty smyslu	82
3 Bezmoc jako převládající pocit a násilí jako paradoxní odpověď	86
4 Agresivní savec, člověk	90
 KRITÉRIUM 4: Poruchy identity	 94
1 Zánik tradičních vzorů	99

2	Rozostření rolí mezi pohlavími	102
3	Móda, životní styl, vzhled, design	105
4	Převaha obrazů a nedostatek slov	111
5	„Smrt“ člověka jako subjektu	115

KRITÉRIUM 5: Afektivní labilita 121

1	Nepřítomnost hloubky	122
2	Kultura a ekonomika požitku, kultura a ekonomika krátkého a intenzivního vzrušení	124
3	Touha po pomíjivém, novém	129
4	Neustálé „ted“ (konec dějin)	134

KRITÉRIUM 6: Impulzivita 137

1	Sexualita	138
2	Užívání návykových látek	148
3	Rychlé, krátké, intenzivně vzrušující, nové	167

KRITÉRIUM 7: Přechodné paranoické/disociativní příznaky v reakci na stres 177

1	Od prvního počítače ke hře Second Life	178
2	Mediální kultura a kolektivní reakce	185

KRITÉRIUM 8: Sebeпоškozování a suicidalita 190

1	Kultura těla	194
2	Okamžitá akce	200
3	Absurdita (extrémní proměna)	202
4	Paradoxní hledání „subjektu“	203
5	Eutanazie	204

KRITÉRIUM 9: Pocit marnosti a prázdnoty 210

1	Vystoupení z církve	216
2	Konec ideologií a velkých příběhů	223

3 Kde se tedy dá ještě najít smysl?	228
---	-----

KRITÉRIUM 10: Naděje	230
---------------------------------------	-----

1 Náš hraniční svět: Eklectický <i>status quaestionis</i>	231
2 Před námi potopa a na barikády	246
3 Může umění zachránit svět? Je zde ještě místo pro literaturu a kulturu?	259
4 Získat znovu svobodu prostřednictvím vazby a úsilí	265
5 Od literatury a kultury, kazatelny a barikád po realitu v malých zákoutích	271

KRITÉRIUM 11: „Drobná laskavost“ Emmanuela Levinase	280
--	-----

1 Já a druhý	281
2 Odpovědnost	283
3 „Drobná laskavost“ a skromnost	283
4 Závěr	285

Bibliografie	287
------------------------	-----

Poznámky	291
--------------------	-----

Odsuzuji nadutost psychiatrů, kteří nevhodně rozšiřují svůj vliv a začleňují do něj, krok za krokem, „hranici“ za „hranicí“, všechny nemoci lidského bytí.

Henry Ey

Normalita je posedlostí a pojem šílenství nástrojem sociální kontroly, způsobem, jak stigmatizovat odlišnost (...).

Michel Foucault

Když jste mladí, myslíte si, že normální lidé existují, ale že máte smůlu a neznáte je. Později přijdete na to, že je to nesmysl, že normální lidé neexistují. Existují jenom pacienti. Někteří se umí udržet nad vodou na úkor jiných pacientů, a proto jim neříkáme pacienti. Říkáme jim úspěšní.

Arnon Grunberg: *Het aapje dat geluk pakt (Opička, která bere štěstí)*

PSYCHIATER SUM, ERGO SUM.

Prolog

KLINICKÁ PRAXE

Název této knihy je inspirován změnami v psychiatrické praxi. Před dvaceti lety byla nejvýznamnějším psychiatrickým problémem neuróza. Neuróza byla tehdy normou. Existoval také termín pro poněkud nejasný obraz na rozhraní, snad někde mezi neurózou a psychózou, a lidé to nazvali doslova „hraniční (borderline) porucha“. Nyní, o dvacet let později, vidíme, že se nezměnil pouze význam diagnózy hraniční poruchy, ale i to, že se zároveň stala nejvíce používanou diagnózou v oblasti psychiatrie a duševního zdraví.

Sotva jednu generaci před námi (v roce 1980) byla diagnóza hraniční poruchy zařazena do DSM neboli *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, amerického diagnostického a statistického manuálu duševních poruch, který ve většině zemí slouží jako standard v psychiatrické diagnostice, čtvrté vydání se nyní reviduje a příští rok by mělo vyjít páté (manuál DSM-5 vyšel roku 2013, český překlad roku 2015 a z něj byla také citována diagnostická kritéria níže vzhledem k tomu, že mezi čtvrtou a pátou verzí nedošlo k jejich zásadní změně – pozn. překl.). DSM-4-TR je manuál, který se používá různě po světě k pojmenování psychiatrického utrpení, přičemž z hraniční poruchy se v současné době stala na jídelníčku jakási vydatná polévka, která vládne nad všemi ostatními chody. Hraniční porucha se proto často označuje jako „módní nemoc“. Zatímco dříve se hraniční porucha nacházela mezi psychózou a neurózou, dnes hrozí, že se stane souhrnným

označením pro celou škálu patologií. Vytváří nová doba nové diagnózy, nové psychiatrické patologie, nová utrpení?

Jak hraniční poruchu definuje DSM-4? Pro hraniční poruchu osobnosti, Borderline Personality Disorder, je charakteristický „pervazivní vzorec nestability v mezilidských vztazích, sebeobrazu, afektech a výrazné impulzivity, který začíná v rané dospělosti a projevuje se v nejrůznějších souvislostech“.

Porucha se vyznačuje nejméně pěti z následujících příznaků:

1. Horlivá snaha jedince vyhnout se skutečnému nebo domnělému opuštění. (Poznámka: Nezařazujte sem suicidální a sebepoškozující projevy uvedené v kritériu 5.)
2. Vzorec nestabilních a intenzivních mezilidských vztahů charakterizovaný kolísáním mezi extrémní idealizací a devalvací.
3. Porucha identity: výrazně a trvale nestabilní sebeobraz a vnímání sebe samého.
4. Impulzivita nejméně ve dvou oblastech, které v sobě nesou riziko sebepoškození (např. utrácení peněz, sex, abúzus látek, bezohledné řízení motorových vozidel, záchvaty přejídání). (Poznámka: Nezařazujte sem suicidální a sebepoškozující projevy uvedené v kritériu 5.)
5. Opakující se suicidální jednání, gesta a pohružky nebo sebepoškozující chování.
6. Afektivní nestabilita v důsledku výrazné reaktivity nálady (např. intenzivní epizodická dysforie, iritabilita či úzkost, která obvykle trvá několik hodin, vzácně pak déle než několik dnů).
7. Chronické pocity prázdnoty.
8. Nepřiměřený, intenzivní vztek či potíže s ovládáním vzteku (např. častá náladovost, trvalá zlost, opakované fyzické konflikty).

9. V reakci na stres přechodné paranoické projevy a těžké dissociativní symptomy.

FILOZOFICKÝ MYŠLENKOVÝ RÁMEC

Název *Hraniční doba* je inspirovaný dílem amerického filozofa Richarda Rortyho (1931–2007), který ve své práci pojmenovává znaky naší postmoderní společnosti a mimo jiné hovoří o tom, že se v postmoderní době z někdejších okrajových jevů stává *mainstream*. Poukazuje tím na velmi známý fenomén každodenního soužití: to, co se nachází na okraji, se dostává do popředí, z toho, co leží na hranici (anglicky *border*), se stane *mainstream*, norma. Psychiatrie je možná jedním z nejlepších příkladů fenoménu, který v současné době opouští své postavení čehosi okrajového – po staletí byla odsouvána na okraj a lidé se ji pokoušeli vymazat z povrchu zemského – a dostává se do postavení společensky prvořadého, do centra pozornosti. To je v souladu s Foucaultovou myšlenkou o centru a periférii, o moci a bezmoci (Michel Foucault 1926–1984).

Ve Spojených státech nejdete jako „běloch ze střední třídy“ s dobou, když nemáte svého osobního „cvokaře“ – může to být i „osobní kouč“ –, a u nás v dnešní době už nemůžete otevřít noviny, aniž byste v nich našli něco o syndromu vyhoření, ADHD, autismu, sebevraždě, depresi a tak dále.

PŮVOD OBRAZU ČLOVĚKA

Moderní dobu zformovaly individualizace a s ní spojená osobní svoboda – nebo alespoň jejich iluze? –, bez nichž by se dnes nikdo z nás neobešel, ale také emancipace, feminismus, sekularizace a v poslední době také globalizace. A také naopak:

moderní doba – začínající u Descartesa a Galilea – razila cestu individualitě, osobní svobodě, sekularizaci, feminismu a globalizaci. Osvícenství je nejvýznamnější pilíř západní civilizace, který v ní převládl. Rovnost, lidská a občanská práva v něm mají své kořeny stejně jako socialismus a liberalismus, anarchismus a volnomyšlenkářství.

Základy osvícenství položil francouzský filozof René Descartes (1596–1650) svým výrokem „Myslím, tedy jsem“ („Cogito, ergo sum“), uvedeným v jeho díle *Rozprava o metodě* z roku 1637. Descartes se tím postavil proti absolutním pravdám světských (šlechta) a církevních (kněží) autorit, nebo jinak řečeno proti (institucionalizované) víře a iracionalitě. Prostý fakt, že pochybuje, a o tom nemůže být pochyb, znamená pro Descartesa, že člověk může být základem svého myšlení a jednání.

Výraz „Sapere aude“ („Odvaž se vědět“) z *Listů* římského básníka Horatia (65–8 př. n. l.) převzal německý filozof Immanuel Kant (1724–1804) ve svém eseji *Odpověď na otázku: Co je osvícenství?* (*Beantwortung der Frage: Was ist Aufklärung?*) z roku 1784 jako motto osvícenství. Stalo se úkolem člověka, aby vystoupil ze své nedospělosti.

A to také udělal. Stal se středem, počátkem i koncem, alfou i omegou světa. V důsledku tohoto vývoje byl Bůh o několik desetiletí později „odeslán na odpočinek“, nebo alespoň na vedlejší kolej, a člověk zaujal jeho místo ve vesmíru: „člověk, kam se podíváš“.

Dominantní ideologií do dnešních dnů je liberalismus, politicko-společenský směr, který má svůj původ v osvícenství 18. století, v 19. století se v Evropě a Severní Americe prosadil jako tehdejší vládnoucí proud a chtěl emancipovat občany na úkor starého řádu. Svoboda jednotlivce se odrážela mimo jiné ve snaze o volný trh, do nějž neměla zasahovat vláda.

Liberalismus, jenž byl od osmdesátých let na vzestupu, znovu navázal silné spojení s konzervativními hodnotami, jako je svoboda jednotlivce. Ačkoli toto slovo používají především odpůrci liberalismu, často se o liberalismu v této podobě mluví jako o neoliberalismu.

Filozofie a umění se mezitím semkly kolem termínu postmodernismus, kterým se označuje směr, jehož nejvýznačnějším rysem je zpochybňování dlouho zažitých pojmů, jako jsou pravda a – romantická – autenticita. Ve výtvarném umění se tato pochybnost často projevuje v eklekticismu s velkou dávkou ironie. Na filozofické rovině se ti, kteří se počítají mezi postmodernisty, ještě více než jejich předchůdci zabývají kritikou jazyka. Inspiroval je k tomu zejména francouzský filozof Jean-François Lyotard (1924–1998), který zase čerpal ze svých „předchůdců“ Martina Heideggera (1889–1976) a Ludwiga Wittgensteina (1889–1951). Výslovně se zde opouští model, v němž by jazyk odrážel skutečnost.

Pro Lyotarda příchod postmodernismu znamená konec „boha stvořeného k obrazu člověka“, univerzalizmu a základů, čímž se přidává k názorům německého filozofa a filologa Friedricha Wilhelma Nietzscheho (1844–1900) z předešlého století. Postmodernismus proklamuje konec „velkých příběhů“ a pokroku způsobeného technikou, což je téma, na které se zaměřil již Heidegger.

A zde se nacházíme. V individualizované, neoliberální, postmoderní společnosti. Každý z nás na svém individualizovaném, neoliberálním, postmoderním ostrůvku. Člověk vedle člověka vedle člověka vedle člověka. Všichni zavaleni troskami postmoderní, neoliberální individualistické exploze. Průzkumníci jsou posláni napřed. Jak to vypadá s naším světem? Jaký pohled se nám nabízí?

Politika hospodářské soutěže, víra v meritokratický model společnosti¹ – model, který lépe oceňuje a odměňuje osobní úsilí a úspěch –, upřednostňování ekonomických zájmů, vymizení tradičních norem a hodnot, absolutní moc osobní svobody a s ní spojená slábnoucí víra ve skupinu a její sílu... To vše nás vede k přesvědčení, že žijeme v nejlepším z možných světů, nebo řečeno slovy doktora Panglosse z knihy *Candide, ou l'optimisme*² francouzského spisovatele, esejisty a osvícenského filozofa Voltaira (1694–1778): „Tento svět je nejlepší z možných světů.“ To si myslíme. Svět je v pořádku a štěstí, to si dnes můžete dokonce jen tak „utrhnout“, jak tvrdí „plán na štěstí v sedmi krocích“! Leží ale všechno opravdu tak na dosah ruky? Proč tedy všechna ta deprese? Všichni ti lidé s ADHD? Tolik poruch autistického spektra? A to nemluvím o smutném počtu sebevražd...

Podle nového velkého sčítání ve třiceti evropských zemích trpí téměř 165 000 000 Evropanů (neboli 38 % populace) depresí, úzkostnými poruchami, nespavostí nebo demencí.

deník *De Standaard*, 6. 9. 2011

Každý čtvrtý Belgičan se léčí s depresí nebo s jiným psychiatrickým onemocněním.

Každý desátý Belgičan užívá antidepresiva, to je 700 000 tablet na depresi za den!

Více než 1 100 000 Belgičanů si v roce 2009 zakoupilo alespoň jednu krabičku antidepresiv.

TV pořad *Te Gek*, odvysílala televizní stanice Canvas na podzim 2011

220 000 Belgičanů trpí obsedantně-kompulzivní poruchou (OCD).

TV pořad *Te Gek*

Používání ritalinu u vlámských dětí s diagnózou ADHD:

2005: 15 000

2009: 30 000

TV pořad *Te Gek*

Jeden ze 166 Vlámů má poruchu autistického spektra (ASS).

Autisme Centraal

V Belgii je sebevražda na prvním místě jako příčina úmrtí ve věkové kategorii 25–34 let, druhou nejčastější příčinou úmrtí u mladých mužů ve věku 20–24 let a třetí nejčastější příčinou úmrtí u žen ve věku 20–24 let.

Vlámsko zaznamenalo v roce 2007 161 sebevražd na milion obyvatel, jedná se o druhé nejvyšší číslo v rámci Evropské unie.

Wikipedia

V roce 2008 došlo ve Vlámku k 1 027 sebevraždám, což je jedenapůlkrát víc než evropský průměr.

www.knack.be, 9. 9. 2012

„Žijeme ve století, ve kterém je druhý narušený,“ říká gentský psycholog a psychoanalytik Paul Verhaeghe. „Děti jsou narušené a už nemůžete zajít do nákupního centra, aby tam kolem sebe nezačal střílet nějaký šílenec. Z údajů vyplývá, že strach v západní společnosti obrovsky vzrostl, přestože žijeme v nejbezpečnější oblasti na světě. Druhý je tedy nebezpečný.“ (v rozhovoru pro nezávislou expertní skupinu *Liberales*, 12. 2. 2012)

Děti jsou vychovávány v představě, že je nebezpečné chodit v noci sám po ulici – což není zcela nepochopitelné vzhledem k neblahé vzpomínce na zločiny, které spáchal Dutroux a jeho

společníci. Jako rodiče jsme přesvědčení, že u dětí, které jezdí do školy na kole, je velká pravděpodobnost, že je něco přejede – abychom takové nedostatečně emancipované myšlenky kompenzovali, vymysleli jsme „kolo s pupeční šňůrou“ – v pátek večer je bezpečně dovezeme autem na diskotéku, kde se prodává více zakázaných látek, než by dospělý člověk dokázal požit za celý svůj život. O několik hodin později necháme zazvonit budík, abychom naše potomky, a ty od spřátelených rodin – protože jsme ještě dost chytrí na to, abychom se domluvili na střídání –, uprostřed noci z toho pochybného podniku vyzvedli a oni se bezpečně – za volantem přece sedí střízlivý člověk – dostali domů.

Poděkování

Tato kniha je výsledkem mnohaleté práce a je dílem bezpočtu lidí, kteří mě inspirovali.

Pacienti a rodinní příslušníci mi během terapeutických sezení i přednášek a rozhovorů ukazovali stále se měnící nuance nemoci a zdraví.

Kolegové a spolupracovníci mi pomáhali vědomě či nevědomě, v zápalu pro věc či v rozporu s ní, tříbit myšlenky.

Steve Velleman, filozof a asistent psychiatra, četl celou mou práci a vnesl do ní jak nakažlivé nadšení, tak nezbytnou kritiku.

Nejdůležitější postavou však byla Barbara Simonsová. Bez ní by se to nikdy nepovedlo. Spojila všechno dohromady, volné myšlenky, bloudící úvahy, rozpínající se pavučiny.

Nepochybně na tom měl významnou zásluhu i její manžel a můj kolega psychiatr Wouter. Věci do sebe někdy překvapivě zapadly.

Barbara do díla vnesla řád, logiku a čtivost, aniž by se ztratila komplexnost, rozporuplnost a paradoxnost. Někdy to vypadalo, že se mi dívá přímo do hlavy, s ženskou intuicí, diskrétní bystrostí a subtilní odlišností. Některá náhodná setkání přinášejí světlo.

Oslovení

Ti, kdo si už nepamatují příznaky neboli kritéria hraniční poruchy osobnosti, jak je popisuje DSM-4, necht' se vrátí k prologu této knihy. Jsou tam uvedena. Z diagnostického hlediska stačí, když někdo vykazuje pět z devíti příznaků hraniční poruchy, aby dostal její nálepku. Pouze pět!

Rozšířme to na chvíli a pokračujme dál v naší úvaze. Představte si: otestujeme těchto devět příznaků na dnešní společnosti. V takovém případě je... hraniční. A to možná dokážete pochopit. Pokračujme ale dál: otestujete devět příznaků u sebe – jeden bod k dobru za příznak, který je vám úplně cizí. Uvědomte si následující: když se vám nepodaří nashromáždit pět bodů k dobru, pak jste... hraniční!? A pokud je takový i váš soused a větší část lidí z vaší ulice a většina obyvatel vašeho města a tak dále, potom je celá společnost... hraniční! *Quod erat demonstrandum.*

Od britského spisovatele Iana McEwana pochází výrok: „Romány se pro analýzu lidské povahy hodí lépe než knihy o psychologii nebo antropologii.“ Toto přesvědčení sdílíme: romány dávají slova tomu, co se ve světě děje, a často to dělají důkladněji než vědecké články na stejné téma.

Každý z devíti výše jmenovaných příznaků doprovodíme citátem současného francouzského spisovatele Michela Houellebecqa. Michel Houellebecq, jenž skrze své práce (mezi jinými *Rozšíření bitevního pole* /1994/, *Elementární částice* /1996/,

Platforma /2002/, *Možnost ostrova* /2005/, *Mapa a území* /2010/) provokativně pojmenovává především méně hezkou stránku současné společnosti a postavení člověka v ní – a je v tom velmi nefrancouzský –, v rámci této knihy působí jako inspirátor a ilustrátor toho, „o čem je dnešní doba“. Vystupuje jako cynický pornograf, avšak ve finále zoufale hledá lásku, citovou vazbu, smysl... Nebo jak to vyjádřil jeho překladatel Martin de Haan v doslovu ke knize *Elementární částice*: „(Kniha je) jak cynickou skicou mravů, tak romantickým voláním po lásce.“ Nejsou všechny jeho knihy v podstatě takové? O tomtéž píše v doslovu ke knihám *Elementární částice* a *Možnost ostrova*: „Obě knihy jsou (...) spíše myšlenkovými experimenty než poučnými romány: nevyzývají k akci, ale k reflexi.“ Houellebecqova diagnóza je ostrá jako břitva: liberální západní společnost přijímá svobodu jednotlivce jako nejvyšší měřítko, schází ze správné cesty a mění se v chladnou, egoistickou společnost, v níž se volná láska, potrat, eutanazie a sebevražda stávají všudypřítomnými a bagatelizovanými jevy. Jeho literární dílo se zde používá jako protiváha našeho kapitalistického světa, který káže štěstí.

Tato kniha je věnována všem pacientům a všem nepacientům roku 2012. Vycházíme totiž z toho, že ti, kteří kráčí životem s nálepkou pacienta, nejsou nic více ani méně než prázdné zrcadlo, které soustřeďuje společenské jevy a představuje je jako symptom. Jinak řečeno, každá doba má takové pacienty, jaké si zaslouží, bez ohledu na to, jak moc bychom se tomu chtěli vyhnout. Kyvadlo se nemilosrdně pohybuje ze strany na stranu a žádný člověk ho nemůže zastavit. „Nekritická veřejnost“ si často ráda myslí, že hraniční porucha je diagnóza určená pro „lidi s odchylkou v mozku“, to ale vůbec není pravda. Nálepka hraniční

poruchy se v dnešní době týká lidí ze všech vrstev společnosti bez rozdílu.

Psychiatrie je zrcadlo světa, v němž žijeme. Pacienti jsou nositelé symptomů patologie, jíž trpí celá společnost, a je tudíž pramalý rozdíl mezi pacienty a nepacienty: ti, kteří nálepku nenosí, leží choří na stejném lůžku kvůli nemoci s „velkým N“, a roku 2012 je to hraniční porucha. Pacienti jsou kanárči v uhelném dole, výstražná znamení společnosti.

Kniha *Hraniční doba* s sebou vezme čtenáře na okružní jízdu, stejně jako se to děje při terapii. Vychází z fenomenologického popisu toho, co vidíme: příznaky, jež se v této době používají k určení, zda někdo má hraniční poruchu, jsou rovněž ilustracemi (excesů) naší současné společnosti. V duchu fenomenologické psychiatrie se pokusíme přesně popsat to, co pozorujeme. Nebudeme přitom uhýbat před problémy, ale naopak se jimi budeme zabývat a zjišťovat, jaký postoj k nim můžeme zaujmout. Budeme k tomu stále přistupovat popisným způsobem a dáme se do práce s nestranností židovsko-francouzského filozofa Emmauela Levinase (1905–1995); budeme hledat „drobnou laskavost“.

Musíme tedy uzdravit celý svět? Ne. Bylo dříve všechno lepší? Ani zdaleka ne. Nejde tady o moralizování. Kniha *Hraniční doba* nemá v úmyslu hovořit pesimisticky nebo dekadentně v duchu *fin-de-siècle* – i když to poslední označení zní možná v roce 2012 poněkud zvláště. Tato kniha není neokonzervativní vyprávění typu Theodora Dalrymplea (britského konzervativního kritika a psychiatra), které je podle lovaňského profesora teologie Hanse Geybelse „nebezpečné ve své jednoduchosti a nenabízí žádnou alternativu“ (deník *De Standaard*, 15. 8. 2011). Bude se dívat, pozorovat a analyzovat realitu dnešního života, udělá přitom prostor pro signály, jež ukazují na obrat, alternativu, náznaky naděje,

vyhlídky na uzdravení, na *nástroje*, které můžeme použít, abychom se s novým světem nadále vyrovnávali eticky smysluplným způsobem. Úkolem člověka se totiž stane, aby určil nové formy smysluplnosti. Moderní člověk se bude muset zamyslet nad způsobem, jak se s tímto silně se měnícím světem v budoucnu vypořádá. Nacházíme se v každém případě v bodě zlomu, v *hraniční krajině*.

Separační úzkost

Někteří lidé velmi brzy pociťují děsivou nemožnost žít vlastní život; nejsou v podstatě schopní unést přímý pohled na svůj život jako celek, bez stínů a kulis.

Michel Houellebecq, *Rozšíření bitevního pole*, s. 137

TEZE: Všichni pociťujeme separační úzkost.

Separační úzkost je strach, že budeme ponecháni ve štychu. To, že v současnosti všichni trpíme – v menší či větší míře – separační úzkostí, není nijak překvapivé.

Pro tuto knihu jsme hledali typické znaky naší postmoderní společnosti a ihned jsme našli pět, které vedly k rostoucí osamělosti lidské existence a současně jsou i jejím projevem. Jde o osamělost v mnoha jejích podobách, tedy fyzickou i duševní (emoční), přičemž různé formy se mohou vyskytovat společně i zvlášť. Všechny kombinace jsou možné.

Zatímco všichni surfujeme na vlnách světové sítě zvané *World Wide Web* a ještě nikdy jsme toho „nesdíleli“ tolik jako v posledních letech, jen málokdy bylo tolik lidí, kteří se museli protloukat životem sami, pro něž se postmoderní odrazové stupínky k začlenění do společnosti ukázaly jako nedosažitelné, kteří se ocitli na vedlejší koleji, protože ztratili práci, partnera nebo domov; lidí,

kteří se snaží přežít sami bez rodinných či jiných svazků, zejména ve velkoměstě.

Ale co ti takzvaně úspěšní? A jaké jsou podle současných norem známky „úspěšného“ života? Jsou „úspěšní“ lidé opravdu tak svobodní, že si mohou zařídit život podle svých představ? A opravdu uniknou peklu osamělosti? Separační úzkost je vůbec netrápí? Nebo je to všechno trochu jinak? „Peklo jsou ti druzí,“ řekl Sartre. Nemohlo by stejně tak platit: „Peklo je, když druzí chybí“?

Většina Britů by raději oželela záchod než Facebook.

dS Weekblad, víkendová příloha deníku *De Standaard*, 17. 9. 2011

Šťastní jsou ti, kdo se mohou oddávat konzumu, protože nemají pocit, že jsou osamělí. Šťastní jsou ti, kteří si třikrát za rok mohou dovolit exotickou dovolenou, protože si nevšimnou, že se tím pokoušejí zakrýt vlastní prázdnotu. Šťastní jsou ti, kdo mají na Facebooku více než 100 přátel, protože každý tak může vidět, jak jsou oblíbení. Krédo „Myslím, tedy jsem“ muselo ustoupit novému, „Sdílím, tedy jsem“, které kdysi Sarah Vankersschaeverová v deníku *De Standaard* rozšířila na „Sdílím, tedy jsem... online“ (deník *De Standaard*, 8. 9. 2011). Podle jejího článku měl internet v roce 2010 bezmála dvě miliardy uživatelů, kteří společně udržovali online zhruba 255 milionů webových stránek, a 1,88 miliardy uživatelů e-mailu, kteří dohromady po celém světě poslali kolem 107 bilionů e-mailů. Není tedy divu, že probíhaly různé studie, aby se zjistilo, jak přesně se vypořádáváme s touto přemírou bleskových informací, ale – a teď to přijde – nyní byla zřejmě poprvé dokončena studie o psychologii sdílení, kterou inicioval deník *The New York Times*. „Ve studii,“ píše novinářka, „se zkoumá, proč tweetujeme nebo mailujeme. A pokud se ještě více zaměříme na existenciální

krizi: proč jsme proboha neustále online.“ A co z ní vyplynulo? „Studie by se (...) nejmenovala ‚Psychologie sdílení‘, kdyby jungiánským způsobem nedávala dohromady řadu ‚archetypů‘³.“

Studie „ekonomiky sdílení“ zase ukázala, že internet nám umožňuje „konzumovat prostřednictvím tvůrčí spolupráce“. S více lidmi pohromadě toho můžete nakoupit ještě více, a zatímco si to sami nebo společně užíváte, můžete se znovu ujistit, kolik máte přátel... Třebaže nám donedávna stačilo ke spokojenosti několik dobrých přátel, s nimiž jsme procházeli všemi fázemi života, není v dnešní době už výjimkou mít tisíce přátel: kupujete si je takřkajíc v dražbě, jsou vám nabízeni automaticky prostřednictvím nevysledovatelných mazaných identifikačních a propojovacích kanálů webových stránek a existuje jediné řešení, jak jim uniknout, a to: vystoupit z toho.

Facebook má v tuto chvíli po celém světě přibližně 900 milionů uživatelů (údaje z ledna 2012). Počet přátel, které máte na Facebooku, určuje vaši popularitu. Není to tak, že v tomto příběhu se často jedná o iluzorní zaplnění prázdnoty, o boj s vlastní osamělostí? Kontrast mezi „opravdovým“ a „imaginárním“, mezi hmatatelnou skutečností a vyumělkovanými iluzorními sny, který nám předkládá virtuální mediální společnost, zde získává ostré obrysy. Nebo jak říká Piet Joostens (který v této souvislosti rád mluví o „homo sapiens virtualis“): „Počet přátel na Facebooku – udržuje se automaticky a vidí ho každý – prakticky už dávno ztratil na významu. Nanejdvůh něco vypovídá o sběratelské vášni dané osoby, o její potřebě publika, o její popularitě, otevřenosti, štědrosti a nadšení pro médium.“ (*Over de vriend / O příteli*, s. 75) V mediálním světě je věta „Máš 0 přátel“ („Máš 0 přátel“ je název 199. dílu amerického seriálu *Městečko Southpark* – pozn. překl.) jako parodie na Facebook ohromně legrační.

1 Individualizace a individuální svoboda rozhodování

Neexistuje nic takového jako společnost. Existují pouze jednotlivci.

Margaret Thatcherová

Člověk je odsouzen ke svobodě.

Jean-Paul Sartre

Žijeme v době individualizace a individuální svobody. Tato svoboda se od dob osvícenství stala nejvyšším dobrem, má ale také svou cenu a tou je narůstající osamělost. Naše liberální společnost staví jednotlivce do středu zájmu v takové míře, že se přispívání do života společnosti stalo individuálním úkolem. Žijeme v době, která ukládá každému jednotlivci jako povinné životní „crescendo“, že se musí věnovat „seberozvoji“ a „seberealizaci“. Tuto individuální povinnost vytvořit si vlastní život, tuto svobodu rozhodování o vlastním životě považujeme za výdobytek 20. století a za emancipaci člověka ve vztahu k církvi a státu. Stejně ale platíme cenu za osamělost, cenu za samotu. A pokud náš osud není tak šťastný, aby odpovídal tomu, jak nám média prezentují „dokonalý život“, když se úkol „seberealizace“ nedaří, je konfrontace s osamělostí velmi obtížná. Měli jste koneckonců všechny příležitosti, a pokud to přece nevyšlo, je to jenom vaše vina: za svůj neúspěch jste zodpovědní pouze vy sami. A tak se dá vytvořit armáda „ztroskotanců“, tak lze vysvětlit fenomén typu „London Burning“.

V tomto smyslu je psychiatrie v první řadě útočištěm pro lidi, kteří jsou osamělí. Navzdory nové a nevyhnutelné sociologické realitě se nepřizpůsobujeme tomuto úkolu žít jako individuality, této „samotě“ a osamělosti nijak rychle. Stále toužíme po jistotě, kterou představují rodina a malá společenství, čímž se nevyhnutelně dostáváme pod silný

tlak. Na jedné straně je zde snaha o individualitu, samozřejmost osudu, který si člověk určuje individuálně, a na druhé straně se nachází neutuchající touha po bezpečí. A to v nás vyvolává separační úzkost.

Přesto člověk odjakživa hledá harmonii. Zdá se, jako bychom se v dnešní době nedostali dál než ke konfliktní formě soužití: trvalé vztahy jsou zasazeny do ironizující a relativizující atmosféry. Přitažlivost a odpor, které jsou tak charakteristické pro postavy Houellebecqova díla, k tomu nemají nikdy daleko. Ve své žízni po nekonečnosti a touze po jiných místech utíkají možná nejvíce samy před sebou. I my se horlivě snažíme zamaskovat svou osamělost. Společnost zavrhuje nemoc, kterou si nechce připustit, a pověřuje psychiatra, aby jí přidělil nálepku. Zdá se, jako by se separační úzkost coby součást lidské zkušenosti musela změnit z oblasti vývojové psychologie v místočko v katalogu symptomů, které není ani zdaleka záviděníhodné.

Díky tomu, jak neuvěřitelně emancipovaní si připadáme, jsme teď všichni přesvědčení, že všechno zvládneme sami, že nepotřebujeme druhé, abychom ve svém životě udělali nejlepší rozhodnutí, že nikdo než my sami neví lépe, co je pro nás nejlepší, že my a jenom my jsme měřítkem vlastního citového života a nikdo jiný nemá určovat, co máme nebo nemáme dělat. Vládu a autority považujeme za přežitky z doby kamenné.

Naše děti dnes vyrůstají v domnění, že jsou středobodem světa, nejen toho svého, ale i světa svých rodičů, prarodičů a okolí, a děje se tak prostřednictvím lidí kolem nich, kteří dělají všechno možné, aby „dětem“ neupřeli žádnou příležitost k rozvoji, ať už je to prostřednictvím setkání skautů, fotbalového zápasu, tréninku skákání přes švihadlo, lekce hip hopu, výuky hry na kytaru či na housle, a ve většině případů všeho toho současně nebo střídavě, a pokud ne jednou za čtvrt roku, v mnoha případech alespoň jednou za rok.

Výroky typu „Necháme ho teď, zkusit fotbal a po Novém roce může chodit s kamarádem na tenis, protože ten by se mu mohl líbit ještě víc“ nebo „Můj syn má ještě jeden večer, kdy nemá žádného koníčka, tak jsem se vás chtěla zeptat, jestli se vaši dceři líbí v hodinách kreslení, protože pak by to mohl zkusit i on“ patří v roce 2012 k běžným rozhovorům rodičů čekajících před školou. Vlamský časopis pro pedagogy *Klasse* mezitím zveřejňuje zoufalé dopisy rodičů nadepsané třeba „Co když už moje dítě koníček nebaví?“.

Možná je namístě otázka, kdo má v tomto příběhu největší strach, že se ocitne na druhé koleji. Děti samotné, nebo spíše jejich vychovatelé? Týdeník *dS Weekblad* (27. 8. 2011) varuje: „Štěstí může vašim dětem ublížit“ a nazývá naše děti a mládež „generací potlesku“. V týdeníku se píše o „dudlíkovém vztahu“, který děti se svými rodiči mají, o „sametovém království“, v němž vyrůstají, a o tom, jak je jejich „helikoptérovi rodiče“ rozmazlují. Dříve lidé učili své děti frustrační toleranci (hranicím), ale nyní jsme jako rodiče všudypřítomným publikem našich dětí a člověk si může položit otázku, jak to s tou (bezhraniční) rozmazlenou generací proboha jednou dopadne. Nijak dobře, pokud můžete věřit novinářce: „Stanou se z nich nešťastní a bojácní třicátníci s projevy narcismu a bezmocní jako děti.“

Zachovejme si však v této knize rozvahu a pesimistický pohled na budoucnost přenechme jiným. Neztrácejme ovšem ze zřetele, že jako rodiče nesmíme na naše děti vyvíjet tlak, aby kvůli nám dělaly věci, které jsme sami nemohli uskutečnit. Ani v takovém případě totiž nejednáme správně. A nejen to: na jednu stranu se k dětem chováme už velmi brzy jako k mladým dospělým, na druhou stranu se o ně staráme tak dlouho, že trvá mnohem déle než v minulosti, než se tytéž děti opravdu postaví na vlastní nohy. V této souvislosti se někdy mluví o příliš zhýčkané generaci.

Ať se na to díváte z jakékoli stránky, infantilizace je rovněž rysem naší společnosti. Nebo jak říká Dimitri Verhulst v jednom rozhovoru, jenž následoval po vydání jeho nejnovějšího románu *De intrede van Christus in Brussel* (*Kristův příchod do Bruselu*): „Vše se vyjadřuje prostřednictvím bodování, hvězdiček a emotikonů.“ A o současném systému tvrdí: „Demokracie začíná připomínat show s hlasováním přes telefon.“ (deník *De Standaard*, 23. 9. 2011)

Stojí ostatně za to zamyslet se nad výhledem z lodi, z níž nikdo z nás nechce spadnout. Je to loď, kterou určuje duch doby, jak se odráží v médiích a v tom, „co se musí“ – lesklé časopisy nám masově vnucují „70 věcí, které na podzim *musíte mít*“ (už jen to slovní spojení!), „barva, kterou tuhle zimu rozhodně *musíte mít* ve svém šatníku“, „města, která *musíte* před třicítkou rozhodně navštívit“ –, prostřednictvím měřitelných sportovních výkonů, co nejsilnějšího konzumního chování a tak dále. Minulé léto se v „kvalitním deníku“ *De Standaard* každý den nacházela rubrika „Jinde je to lepší“, v níž se psalo o „pěkných věcech“, které „*bychom si měli* také pořídit“. Například přístroj na okrajování brambor do každé domácnosti – v Dánsku je to nejběžnější věc na světě, přístroj, jenž připomíná těžkopádný mixér, v nizozemských e-shopech k zakoupení od přibližně 40 eur. „Okrájí kilo brambor během dvou minut,“ hlásá prodejní slogan. To působí stejně věrohodně jako „O 10 let mladší za pouhý den“ – to jsem viděl v prosincovém čísle časopisu *Goed Gevoel*, ročník 2011 (už jen to slovní spojení! – *Goed Gevoel* znamená *Dobry pocit*). Komentář, který krátký článek o přístroji na okrajování brambor uzavírá, ponechal díkybohu prostor pro relativizaci: „Čas, který ušetříme díky bramborové revoluci, můžeme (...) věnovat něčemu užitečnému. Například očištění přístroje. Nebo na hledání záručního listu.“ (deník *De Standaard*, 8. 8. 2011)

Takže ho na seznam toho, co *musíte mít*, ještě nedávejte.

Naše přání určovat všechno sami a „luxus“, že žijeme v době, kdy se právo na sebeurčení vyzdvihuje jako jedna z největších ctností, je jedna věc. Něco jiného je osamělost, kterou toto právo na sebeurčení všech jednotlivců jim všem přináší. A jak se bojíme osamělosti, která na nás tím pádem číhá za každým rohem! Kdo dnes ještě dokáže být sám, aniž by se cítil osaměle? Strávit víkend o samotě je smutné – určitě nemáte žádné přátele? To, že nejedete na výlet společně se třemi spřátelenými rodinami, nesvědčí o ničem menším než o lidském ostychu, stejně jako jít na procházku s rodinou, to je něco pro „ztroskotance“, kteří nemají v životě lepší zábavu; číst si v neděli odpoledne knihu na zahradě je vrchol ubohého mrhání časem... Trochu přeháníme, ale jen trochu.

Přemýšlíme někdy, jaké poselství svým dětem předáváme, když takto uvažujeme? Když naše batole spí tři noci u babičky, musíme každý večer před spaním zavolat, abychom se zeptali, jak se má. Když náš školák odjede na pět dní na školu v přírodě, chceme každý večer dostat online zprávu s co největším počtem fotografií. Když náš teenager vyrazí se skupinou přátel na dva dny na kole, úplné minimum pak je jedna SMS zpráva z každé zastávky. A když náš student odjede na několik měsíců studovat do zahraničí, uchýlíme se ke Skypu, aby byla vzdálenost v čase a prostoru snesitelná. Nesvědčí to o nedostatku důvěry? To, čemu v psychoanalýze říkáme základní důvěra?

Vypadá to, jako bychom všichni natolik uvízli v dětské fázi separační úzkosti, jako bychom měli příliš málo času na to, abychom ji nechali za sebou, a proto jsme z příběhu $x + y + z^4$ od anglického psychoanalytika Donalda Winnicotta (1896–1971) tak traumatizováni, že jsme onu kapitolu, kterou švýcarský psycholog Jean Piaget (1896–1980) označil jako rozvoj pocitu „stálosti objektu“, z našeho vývoje vyškrtli. Společnost, v níž lidé zůstávají zaseknutí ve fázích,

z nichž by za normálních okolností měli vyrůst... Společnost se znaky infantility? A to všechno kvůli nedostatku „základní důvěry“?

V knize *The Romantic Movement (Romantické hnutí)* – kousavém a zároveň vtipném portrétu moderního vztahu – jde švýcarsko-britský spisovatel a filozof Alain de Botton ještě o krok dál, když se odvažuje porovnat Winnicottovu a Piagetovu teorii se vztahem hlavních postav, Alice a Erica. V de Bottonových očích je zejména myšlenka „stálosti“ – de Botton mluví o „trvalosti“ – společná: tentokrát žádá „stálost objektu“, ale „stálost lásky“ – u de Bottona „trvalost lásky“:

Co tato trvalá láska obnášela? Určitou víru v lásku druhého, která vydrží bez jakéhokoli bezprostředního důkazu nebo projevu zájmu ze strany milované osoby, víru, že partner, i když tráví víkend v Miláně či ve Vídni, nepopíjí cappuccino nebo si nevychutnává Sacherův dort se sokyní v lásce, víru, že mlčení je jen mlčení, a ne známka toho, že láska je mrtvá.

Alain de Botton: *De romantische school / Romantické hnutí*, s. 125–126

Zde je ukázka, jak svou myšlenku – která původně vznikla jako jakýsi pseudopsychologický vtip – dále rozvíjí žertovným tónem.

Scénář trvalosti lásky by se dal přirovnat k visutému mostu, na němž ujišťování o milostném citu symbolizují vzpínající se pylony a chvíle, kdy je člověk ponechán napospas zimě kvůli metrům lana nataženého mezi nimi. Polibek na ústa a láskyplný pohled by mohly být symbolizovány pylony; chvíle, kdy jíte mlčky, a nezodpovězená otázka by mohly představovat lano mezi nimi.

Alain de Botton: *De romantische school / Romantické hnutí*, s. 128