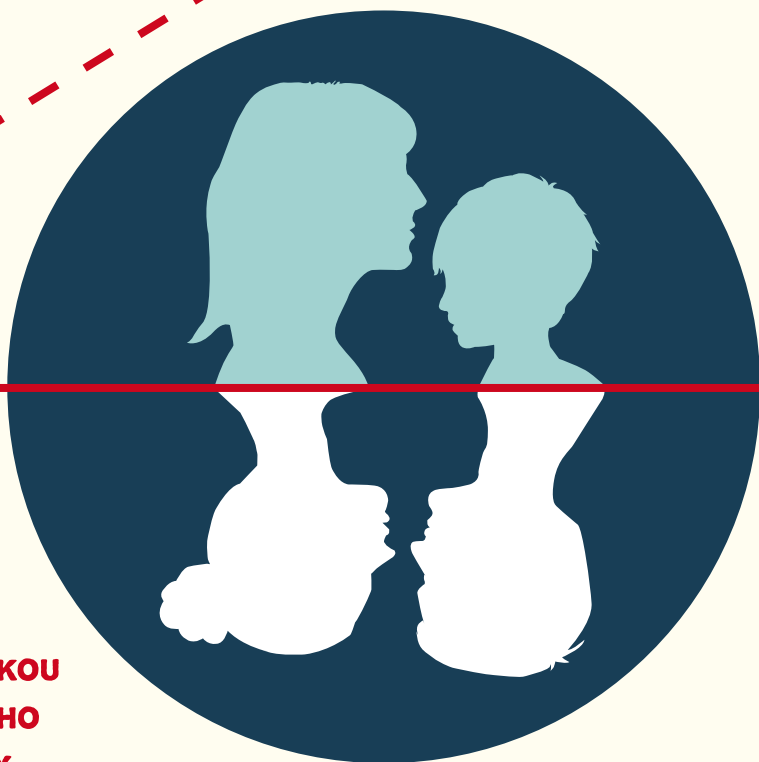
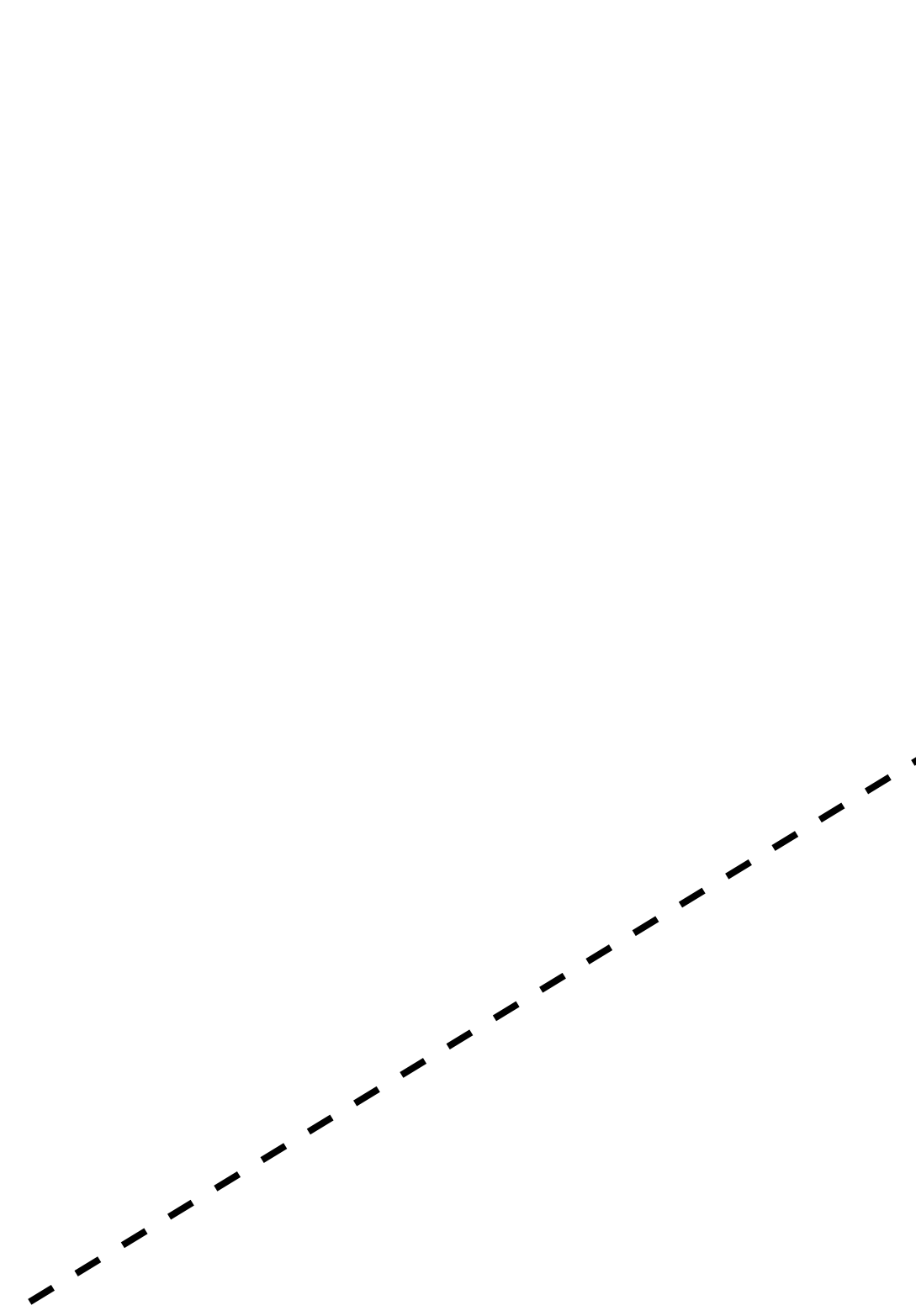


MATKY, SYNOVÉ A MILENKY



**JAK MUŽŮV
VZTAH S MATKOU
OVLIVŇUJE JEHO
DALŠÍ VZTAHY
SE ŽENAMI**

MICHAEL GURIAN



**MATKY,
SYNOVÉ
A
MILENKY**

**JAK MUŽŮV
VZTAH S MATKOU
OVLIVŇUJE JEHO
DALŠÍ VZTAHY
SE ŽENAMI**

MICHAEL GURIAN

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy:

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.

Michael Gurian

Matky, synové a milenky

Jak mužův vztah s matkou ovlivňuje jeho další vztahy se ženami

Přeloženo z anglického originálu *The Invisible Presence: How a Man's Relationship with His Mother Affects All His Relationships with Women*, vydaného nakladatelstvím Shambhala, Boston, Massachusetts v roce 2010. První vydání vyšlo v roce 1994 pod názvem *Mothers, Sons, and Lovers*, také u nakladatelství Shambhala.

Přeložila Diana Krausová

Návrh obálky Marta Červáková

Sazba Magda Kadlecová

Jazyková redakce Ingrid Němečková

Česká předmluva Jan Holeyšovský

Odpovědná redaktorka Lenka Kubelová

Počet stran 288

První vydání, Praha 2018

Vydala GRADA Publishing, a. s.

pod značkou Alferia

U Průhonu 22, Praha 7

jako svou 7137. publikaci

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod a. s.

Czech edition © GRADA Publishing, a. s., 2019

Copyright © Michael Gurian, 1994, 2010

Copyright © Diana Krausová, 2019

ISBN 978-80-271-2670-5 (ePub)

ISBN 978-80-271-2669-9 (pdf)

ISBN 978-80-271-0415-4 (print)

*Tuto knihu věnuji své matce
Julii Gurianové,
otci Jayi P. Gurianovi
a rodině Herzogových.*

OBSAH

Česká předmluva.....	9
Předmluva k vydání z roku 2010.....	14
Poděkování.....	17
Úvod.....	19

PRVNÍ ČÁST: JAK SYNŮV VZTAH S MATKOU OVLIVŇUJE CELÝ JEHO DALŠÍ ŽIVOT 29

1. kapitola: Hledání muže v zrcadle.....	31
2. kapitola: Tanec v zrcadle matky.....	59
3. kapitola: Tanec v zrcadle partnerky	96

DRUHÁ ČÁST: UZDRAVENÍ VZTAHU MEZI MATKOU A SYNEM, ŘÍZENÁ INICIACE 119

4. kapitola: Cesta hrdiny	120
5. kapitola: Stojíme na matce Zemi a říkáme, kdo jsme..	138
6. kapitola: Moudří průvodci, kteří kráčí se mnou	152
7. kapitola: Když ukradneme oko Graiím.....	175
8. kapitola: Přijetí darů od panen	192
9. kapitola: Konfrontace s Medúzou	214
10. kapitola: Setkání s Andromedou: návrat Milované vnitřní ženy	250
11. kapitola: Opětovné shledání s Bohyní-Matkou	266
Doslov: Tanec s Měsícem	276
Zvláštní poděkování.....	281
Otázky pro ženy.....	283

ČESKÁ PŘEDMLUVA

Tato kniha je určena především mužům. Ženám poskytne návod na to, jak lépe porozumět mužům v partnerských vztazích i svým mateřským vztahům k vlastním synům. Muže vyzývá, aby absolvovali proces hledání vlastní mužské identity, k němuž je zapotřebí pochopit a uspořádat své vztahy s matkou, a dokázali pak v dospělosti navazovat zdravé partnerské vztahy se ženami.

Ruku na srdce: komu z nás dospělých mužů se nikdy nezdál sen o matce, v němž by s ní byl v konfliktu, nebo naopak v erotické blízkosti s incestní touhou? Komu z nás nikdy ve snu nesplývala matka s partnerkou nebo milenkou? Já sám si vybavuji řadu snů, v nichž jsem matku marně hledal, v některých se s ní miloval, v jiných se s ní divoce hádal, a v jednom dokonce vrážel nůž do její postavy vystřižené z lepenky. Autor v úvodu knihy líčí obdobný sen, který se mu opakovaně vracel. Naše hluboké nevědomí tak ve snech odráží spletitost našich dětských vztahů s našimi rodiči; vztahů plných lásky a touhy, ale i úzkosti, zloby a agrese.

Neznamená to, že naši rodiče byli špatní. Být rodičem je velmi náročné poslání a naši rodiče nejspíš dělali to nejlepší, co uměli. Protože se ale rodičovství nedá studovat na nějaké vysoké či střední škole, každý rodič je vlastně samoukem. Vycházíme obvykle z vlastní zkušenosti, kdy jsme byli jako děti vychováváni našimi rodiči. Někdo jednání svých rodičů vědomě napodobuje a předává je dál jako jediný správný způsob výchovy, jiný se zařekne, že to, co dělali jeho rodiče jemu, nikdy svým dětem dělat nebude, a hledá alternativní

nebo opačné způsoby výchovy (a často pak s překvapením zjišťuje, že jakkoli nechťel, v náročných situacích jednání svých rodičů kopíruje). I když se snažíme dát svým dětem to nejlepší, dopouštíme se řady chyb – ať už zvolíme přísnou výchovu se striktními příkazy a zákazy, kontrolou a tresty, nebo dítě zahrneme pečující láskou, která je ovšem rovněž svazující a kontrolující, nebo zvolíme zcela liberální přístup, kdy necháme dítě „růst jako dříví v lese“, což ale může v konečném důsledku působit stejně jako nezáměr či zanedbávání dítěte.

Slovo „rodič“, které je v češtině v mužském rodě, označuje v normální a úplné heterosexuální rodině rodiče obojího pohlaví, přičemž rodička – matka – je v prvních fázích vývoje obvykle v těsnějším kontaktu s dítětem než otec. Role rodičů obou pohlaví je však pro děti obou pohlaví nezastupitelná; v dalších fázích vývoje nabývá více na významu někdy otec, a jindy zase matka. I když řada dětí vyrůstá v neúplných rodinách (a nově i v rodinách s rodiči stejného pohlaví) a jejich psychosociální vývoj tím může být poznamenán, neznamená to, že nemohou dospět v psychicky vyrovnaného a plně zdravého jedince. I tak je ale v mé terapeutické praxi téměř pravidlem, že se dospělý jedinec potřebuje vypořádat se vztahem se svými rodiči, a to i když vyrůstal v úplné a „ideální“ rodině a bez ohledu na to, zda jsou rodiče naživu, nebo již dávno zemřeli. Náš vztah k sobě samému a naše schopnost navazovat v dospělosti rovnocenné partnerské vztahy se odvíjejí od toho, jaké vztahy jsme zažili v dětství od svých rodičů. Řečeno slovy autora této knihy: „Psychologické devizy, které v dospělosti nosíme po kapsách a s nimiž se snažíme koupit si štěstí, jsou mince, které mají na jedné straně tvář otce a na druhé tvář matky.“

Michael Gurian je párový a rodinný terapeut, který publikoval již přes tři desítky knih se vztahovou tematikou. Tato kniha pojednává o velmi významném vztahu dítě-rodič, a to o vztahu syna s matkou. Vztahům otce a syna autor věnoval jinou knihu (*Princ a král: uzdravení zranění ve vztahu otce a syna*). Vztah s matkou je pro syna klíčem k tomu, jak se v dospělosti dokáže vztahovat k ženám. Zároveň

je to vztah od počátku a ze své podstaty komplikovaný. Syn přichází na svět z matčina lůna, a je tedy od počátku matkou chápán jako tělo jejího těla. I poté, kdy je od jejího těla oddělen pro oba značně náročným a bolestivým procesem porodu, je pro něj nezbytné, aby k němu matka měla láskyplný a pečující vztah. Závisí na tom jeho přežití, a to doslova, alespoň v prvních týdnech a měsících, kdy je vyživován z jejího těla. Matka se, jak již řečeno výše, podílí na jeho výchově v raném věku ve většině kultur větší měrou. Má svého malého muže, kterého sama porodila, a vytváří jej k obrazu svému. Navíc je pro ni příjemné, že ji tento její malý muž poslouchá, obdivuje a bezmezně miluje. Je-li její vztah s životním partnerem nebo otcem dítěte málo uspokojivý nebo nefunkční, může se pro ni její vztah k synovi stát emoční náhradou partnerského vztahu.

Pro syna je matka v dětství jedinou a ideální ženou. Chce ji mít pro sebe a může i žárlit na svého otce. Zde vzniká to, co Freud nazval Oidipovským komplexem. Ten je přirozeným projevem určitého stadia vývoje, není-li však v následujícím vývoji dobře zpracován, stává se komplikací v dospělém věku. V období puberty se probouzejí erotické touhy a chlapec si je přirozeně promítá na matku, tuto svou ideální ženu. To se však proměňuje s ranou adolescencí. Tehdy syn vnímá své erotické touhy po matce jako nepříjemné a potlačuje je. Potřebuje se naopak od matky odpoutat a nalézt svou vlastní osobní a mužskou identitu, a potřebuje k tomu mužské vzory. Pro matku je to velmi těžká situace. Synek se jí mění před očima, odmítá její starostlivou péči, vzpouzí se jejím názorům a požadavkům. A ona, i když chápe, že syn dospívá, má také své citové potřeby. Přeje si zachovat citové pouto, přeje si neztratit „svého malého chlapečka“. Definitivně ho však ztrácí.

Mluvíme zde o procesu separace od matky, který je ústředním tématem knihy, nebo též o druhém „sociálním porodu“. Toto období je velmi bolestivé pro oba. Syn vidí, že matka trpí, protože on jí ubližuje, a mohou ho trápit výčitky svědomí. Zvláště tam, kde chybí fungující otec, který by oba v tomto boji emočně podpořil, může syn

druhý porod nezvládnout a zůstat připoután k matce psychickou „pupeční šňůrou“, případně incestní touhou. Neumí pak navazovat zdravé a rovnoprávné vztahy se ženami. Buď vůbec nedokáže do vztahů se ženami vstoupit, anebo na své milenky a partnerky přenáší vztah s matkou. Buď se jim ve všem podřídí tak jako matce, ze strachu aby jej neopustily, nebo se je snaží ovládnout, ponížit, pokořit nebo i fyzicky týrat, aby jej neohrožovaly. A pokud matka nedokáže respektovat svébytnost synova partnerského vztahu a vstupuje do něj nevyžádanou „radou a pomocí nezkušené snaše“, ocitá se mladý muž mezi dvěma mlýnskými kameny.

Naše kultura mužům zdravé odpoutání od matky a nalezení vlastní svébytné a nezávislé sebevědomé mužské identity nikterak neusnadňuje. Autor zmiňuje proces „iniciace“, který v některých tradičních kulturách usnadňuje synovo odpoutání od matky cestou mnohdy složitých rituálů, v nichž jsou synové přijímáni mezi dospělé muže. Během rituálu, na němž se podílí celá komunita, chlapci prokazují svoji zralost a odolnost a opouštějí spolu s dětstvím i svoji závislost na matce. Ve starších mužích kmene pak získávají nové mužské vzory. V těchto rituálech mají svou roli muži i ženy kmene nebo komunity a pro matky je tak snazší propustit syny ze svých pout. Takováto rituální iniciace v naší kultuře nicméně chybí. Proto je pro nás separace od matky těžká a bolestná a mnohdy i částečně neúspěšná.

To, co tato kniha mužům nabízí, je právě cesta „iniciace“, která může tento kulturní nedostatek do určité míry nahradit a díky níž může muž procesem separace projít. Autor vychází z Jungovy teorie archetypů a kolektivního nevědomí. Čtenáře kniha upoutá jak ilustrativními příběhy ze starých mytologií a bájí, tak i příklady skutečných příběhů a prožitků mužů, kteří se touto cestou již vydali. Ve druhé části vede autor čtenáře krok za krokem jím navrženým procesem iniciace, a to včetně cvičení na sebeuvědomění a sebepoznání, deníkových zápisků a dosti náročných meditací. Autor při tom vychází z praxe mužských zážitkových skupin, které sám vedl. Pro

samotného čtenáře (bez podpory skupinového procesu či terapeuta) mohou být některé kroky náročné, avšak i jen samotné přečtení této části knihy může být v mnoha ohledech inspirující. Kritický a racionální český čtenář možná některé pasáže zprvu pomine, avšak jiné jej přivedou k zamyšlení nad vlastním životním příběhem a inspirují jej k vlastní cestě a k lepšímu sebeuvědomění. Dost možná se posléze vrátí i k těm pasážím, které při prvním čtení přeskočil.

PhDr. Jan Holeyšovský

PŘEDMLUVA K VYDÁNÍ

Z ROKU 2010

Od prvního vydání této knihy (v roce 1994, pod názvem *Matky, synové a milenky*) jsem obdržel řadu podnětných dopisů a e-mailů jak od žen, tak od mužů. Mnoho žen mi psalo: „Pomozte mi lépe pochopit můj vztah s manželem,“ anebo „Poradte mi, jak co nejlépe vychovávat syna.“ Proto jsou na konci tohoto nového vydání uvedeny otázky a body, které mají ženám usnadnit komunikaci s chlapci a muži.

Knihu jsem psal s úmyslem vytvořit kurz zaměřený na uzdravení a růst mužů, a současně sestavit podrobný plán pro ženy, které vychovávají syny, a také pro ženy, jež jsou ve vztahu s muži. Jako terapeut studující teorii citové vazby a vývoje lidského mozku a také jako praktik Jungovy teorie archetypů jsem chtěl napsat knihu, která by jednoznačně a přesvědčivě vysvětlila vztah matky a syna. Domníval jsem se, a doposud si to myslím, že v tomto vztahu nacházíme každý z nás individuálně a všichni kolektivně zdroj síly naší civilizace.

Název nového vydání není náhodný. Vychází z reakcí čtenářů a z výsledků mé dosavadní klinické práce. Jsem nyní ještě více přesvědčen, že prvotní vztah k ženě v chlapcově životě zůstává přítomný v podobě neviditelných pout v celém jeho dalším dospělém životě. Síla, krása a stálost neviditelných pout se vyvíjejí uvnitř komplexní pavučiny upředené láskou mezi mužem a ženou. Tato pavučina má být jak pevná, tak i pružná. Tím chci říci, že některá prvotní pouta vytvořená mezi chlapcem a jeho matkou musí zůstat silná, dokud

budou oba naživu, zatímco řada jiných musí zaniknout, aby se muž mohl stát nezávislým na psychické vůli své matky, a udělat tak krok k tomu, aby se stal milujícím, moudrým a úspěšným mužem, jakého jeho partnerka a děti potřebují.

Tato „neviditelná pouta“ mohou nicméně v partnerských vztazích i později v mužově životě zůstat aktivní. V období, které nazýváme „dospělost“ – poté, co jsme všichni zdánlivě dovršili dětství –, nám mohou naše vztahy z dětství vnášet do života zmatek. Při navazování vztahů s partnerkami toužíme po tom, aby to byly vztahy velmi silné, ale aby v nás neudusily volání po nezávislé psychické síle, která je v každém z nás. Přesto často cítíme, že tyto neviditelné pavučiny, které my i naše partnerky soukáme, byly upředeny již mnohem dříve, ještě předtím, než jsme se potkali. Jsme lapeni v kleci, která nás obrala o svobodu plně a opravdově milovat jeden druhého.

Muž je jen stěží schopen opravdové lásky, dokonce je pro něho téměř nemožná, pokud plně nechápe vztah se svou matkou. Jakmile ho pochopí, může pro něj být i v dospělosti tajemně překrásným a prakticky užitečným, stejně tak, jako tomu bylo v dětství.

Ženě mohou láska k muži i láska muže působit potíže, a když po počátečních letech plných feromonů a hormonů pocit dokonalého štěstí vyprchá, může jí láska připadat jako past, klec či dokonce jako deprimující noční můra. Pokud ženin vztah k otci a mužův vztah k matce nejsou plně pochopeny, pak dlouhodobý vztah nebo manželství zkrátka nejsou možné.

A pro matky představuje láska k synům nejen bezprostřední a praktickou zkušenost, ale také dlouhodobou vizi. Jestliže matka vychovává svého syna, aniž by si uvědomovala, jaké psychické pavučiny společně tkají, často jí chybí užitečné vodítko, které při jeho výchově potřebuje, aby z něj vyrostl zdravý dospělý muž.

V této knize se zamýšlím nad výzvami, jimž čelí jak muži, tak i partnerky a matky, a jsem nesmírně poctěn, že se vydavatelství Shambhala rozhodlo pro toto nové vydání. Chtěl bych mu poděkovat za všechny skvělé knihy. Děkuji i své rodině za neustálou podporu.

Vztah mezi mnou a mojí matkou byl vždy složitý. S díky přijímám dary, které mi dala. Moje manželka Gail, s níž žiji již 24 let, a moje dospělé dcery, Gabrielle a Davita, mi byly oporou, když jsme se s matkou snažili rozklíčovat spleť pavučinky našeho vztahu.

Doufám, že při čtení této knihy budete vnímat nejen odbornou energii terapeuta, ale také osobní energii muže, který putuje životem doprovázen neviditelnými pouty, jimž kdysi nerozuměl a která jsou mu nyní oporou.

Budete-li chtít sdílet své názory, uvítám vaše e-maily či dopisy. Můžete mne kontaktovat prostřednictvím webových stránek www.gurianinstitute.org nebo www.michaelgurian.com. Přeji vám hodně úspěchů ve chvílích, kdy se ke mně a k mnoha dalším připojíte při práci s neviditelnými pouty. Kéž naleznete vlastní smysl života a uspokojení z darů, které v sobě tato pouta obsahují.

PODĚKOVÁNÍ

Moje poděkování za podporu při psaní této knihy patří následujícím lidem: Linda Whittenberg, William H. Houff, Julia Bjordahl a Sandy Hank, Sally Green, Jo Stowell, Jim Connor, Ron Hansen, Terry Truman, Bob Cole, Gen Dire, Roy Carpenter a Herm Ryans, můj literární agent Ned Leavitt, můj korektor Dave O'Neal, který mi svou houževnatostí pomohl proměnit to, co jsem nosil v hlavě, v knihu a ve skutečnost, má dcera Gabrielle a moje manželka, kamarádka a partnerka Gail.

Můj osobní rozvoj, jakož i vznik této knihy hluboce ovlivnili učitelé posvátné psychologie bohyní a hrdinů. Částmi jejich děl je prostoupena i moje kniha. Zejména jsou to Robert Bly, Jean Shinoda Bolen, Joseph Campbell, Carlos Castaneda, Clarissa Pinkola Estes, Douglas Gillette, Jean Houston, Robert Johnson, Carl Jung, Sam Keen, John Lee, Michael Meade, Robert Moore, Carol Pearson, Miriam Simos (Starhawk), Barbara Walker a Marion Woodman. Jim všem patří vřelé díky.

Dále bych rád poděkoval svým učitelům z řad amerických indiánů, zejména laskavému provozovateli šamanských tradic Jimovi McNeilovi. Zvláštní poděkování si zaslouží kmen Ute a můj otec, který mě jako dítě seznámil s indiánskými tradicemi.

Vznik této knihy byl hluboce ovlivněn díly Johna Bradshawa, Roberta Hopckeho, Alice Miller, Daniela Wakefielda, Warrena Farrell, Victora Turnera, Josepha Palmoura, Lindy Schierse Leonard,

Sama Oshersona, Dana Kileyho, Kena Drucka a Aarona Kipnise. Z celého srdce vám děkuji za vaše skvělá díla.

Zvláštní poděkování patří také Davidovi Feinsteinovi a Stanleyemu Krippnerovi, jejichž průkopnická *Osobní mytologie* přivedla mnoho mužů a žen k tomu, aby hledali moudrost a růst ve svém nitru. Z jejich řízených meditací vychází i druhá část této knihy.

Veškeré snahy o pochopení a uzdravení vztahů mezi matkami a syny, ať už v psané či v ústní podobě, jsou možné jen díky odvaze jednotlivých mužů a žen. Všímám si této odvahy v různých mužských skupinách, na seminářích, v terapii, v domácnostech, na školách a odborných přednáškách. Cítím ji v každém městě, kde přednáším a kde mi ženy nejčastěji pokládají následující otázku: „Jsem matkou a snažím se vychovávat své syny. Jak mám postupovat?“ Setkávám se s touto odvahou během pobytů a seminářů pro muže po celém světě, kde muži společně zkoumají a uzdravují své vztahy s matkami.

Jsem nesmírně vděčný všem těmto mužům a ženám za to, že mi dovolili, abych s nimi pracoval.

ÚVOD

— — — —

Vrátil se k matce... Všichni ostatní se mohli proměnit ve stíny, téměř přestat existovat, ale ona ne. Jako by ústředním bodem a oporou, od nichž nemohl uniknout, byla jeho matka.

D. H. LAWRENCE: Synové a milenci

Muži se vracel stejný sen. Po krátké procházce lesem vstupuje do mohutných dveří rozlehlého venkovského zámku. Svůj dům, přátele a rodinu zanechal ve vesnici na okraji lesa.

Vnímá prázdnotu zámku – nejsou v něm děti, služebnictvo ani domácí mazlíčci. Když ale stoupá po schodišti nahoru, cítí přítomnost něčeho ohromného a pradávného. Naplňuje ho to strachem. Zbožňuje to. Není to partnerka, ale uvědomuje si, že to k přežití potřebuje. Není to Bůh, a přesto je to něco víc než člověk. Není to přítel, a přece ho to velmi dobře zná. Musí si s tím promluvit.

Vystoupá nahoru. Vidí před sebou řadu obrovských dubových dveří a ví, že to něco na něho čeká za některými z nich. Za kterými? Tuto otázku si kladl již dříve. Toužebně si přeje, aby se objevil nějaký muž, jeho otec nebo někdo starší, a aby mu řekl, co má dělat. Nikdy tu ale žádného muže nepotkal.

Přistoupí k prvním dveřím, otevře je – nic tam není. Otevře druhé dveře. Nic. Pak další. Postupně otevře prvních šestero dveří, aniž něco spatří. Pociťuje stále větší úlevu a stále větší neklid.

Vstupuje do sedmých dveří. A tam ji najde. Matku. Sedí před obrovským nástěnným zrcadlem. Polovinou tváře se usmívá, druhá polovina zrcadlí vztek. Jak to jen dělá? Ale tohle ona umí. „Zavři dveře,“ vyzve ho. „A postav se před zrcadlo.“

Poslechne. Nedokáže jí vzdorovat.

„Tancuj, broučku,“ řekne.

A on tančí. Tančí, jak to dělával, když byl malý. Krouť se, poskakuje, dělá přesně to, co ji vždy těšilo. Tleská mu a on se směje. Tanec v něm vyvolává pocit nadšení. Zachytí matčin pohled a také otočí hlavu k zrcadlu, dívá se na sebe, jak tancuje.

Znenadání ho zachvátí pocit úzkosti. V zrcadle nevidí tančící muže, vidí tam sebe, když byl malým chlapcem. Zaplaví ho vlna vzpomínek na všechny ty okamžiky, kdy sem musel přijít a tancovat. Vzpomínky na to, jak moc zbožňoval to bouřlivé poskakování a jak intenzivně nesnášel pohled do zrcadla.

Na okamžik je ochromen. Pak si sundá botu a hodí ji do zrcadla. Zrcadlo se nerozbije. Přiběhne k němu a udeří do něj pěstmi. Nerozbije se. A on necítí žádnou bolest. Otočí se a bezmocně pohlédne na matku. Ona na něj mlčky upírá pohled, nevyzpytatelná.

S pocitem studu prchá pryč. Seběhne po schodišti a vyběhne ven. Utíká lesíkem, má strach, stydí se, snaží se uklidnit. Dorazí ke svému domu. Manželka a děti vidí, jak k nim běží. Uvědomují si, jak je rozrušený; už to znají. Vědí, že ho mají nechat na pokoji. Nikdy jim neřekne, kde byl nebo proč ho tyto krátké procházky lesíkem tolik vyvádějí z míry. Už vědí, že po návratu bývá několik dnů rozladěný.

Poslední věc, kterou si muž pamatuje, než se ze snu probudí, je zmatek, strach a hněv ve výrazu manželky, která ho vždy pozoruje. Něco od něj čeká, a on neví, jak jí to dát – něco, po čem touží i on: něco osvobozujícího.

Tím mužem jsem byl já. Jako většina mužů, které znám nebo jsem znal, s nimiž se setkávám pracovně nebo při výzkumu – vlastně jako většina mužů v současné společnosti, i já jsem vyrostl v rodině a ve

společenském systému, který mi mužství předal tak nějak automaticky. Moje fyziologické hodiny odbily dvanáctou a já jsem se stal mužem, protože mi narostly mužské pohlavní orgány a ochlupení. Moje sociální hodiny odbily dvanáctou a já se stal mužem, protože jsem se naučil řídit auto, odstěhoval jsem se z domu, začal jsem chodit na vysokou školu, našel jsem si zodpovědné zaměstnání, oženil se a založil rodinu. Navzdory fyzické a sociální vyspělosti se ale moje psychologické hodiny zasekly někde kolem šesté. Byl jsem dospělý jen napůl.

A onen sen o matce se mi zdával často.

Moje psychologické hodiny se tak jako v případě většiny mužů zastavily někde v období dospívání. Nebyl jsem kvůli tomu méněcenným. Přesto jsem měl, jako tolik jiných mužů, pocit méněcennosti vůči ostatním mužům, s nimiž jsem soutěžil, i vůči ženám, které jsem miloval. Připadal jsem si jako podvodník a pečlivě jsem to před ostatními skrýval. Dokázal jsem navázat pouze několik úzkých důvěrných vztahů. Občas jsem se pokusil kompenzovat zaseklé hodiny tím, že jsem se choval pompézně a hypermaskulinně. A zažíval jsem rovněž období (někdy i celé měsíce) plnohodnotné zralosti, kdy jsem byl milujícím a moudrým člověkem. Tak jako většina mužů. Určité události – například svatba, narození dětí, náročná práce, osobní úspěch, dobře fungující vztah, úspěchy dětí – nám dávají pocit (občas i dlouhodobý), že se ručičky opět rozběhly, hodiny odbily dvanáctou a my jsme dorazili do cíle, dospěli jsme, dokázali jsme to.

Pak zpravidla následuje pád z výšek, do nichž nás vynesla příslušná událost, vztah či úspěch, a znovu si připadáme jako podvodníci, neschopni definovat, co dělá muže mužem, jak se máme jako muži projevovat a co od života opravdu potřebujeme. Mnozí z nás tuto krizi zažívají až ve středním věku, kdy nás trápí pocit, že jsme toho v životě dokázali jen málo, a kdy nemáme pevné duchovní základy, na nichž bychom mohli stavět. A jiní z nás se vydávají na cestu k dospělosti do svého nitra dříve.

Někteří muži mají to štěstí, že jejich potřeby byly v prvních dvaceti letech uspokojeny, takže mohou tuto cestu do svého nitra pod-

niknout spíše pro účely osobního růstu než jako přechod k dospělosti. A jiní se na tuto cestu nikdy nevydají, nikdy nepřipustí, že se jim hodiny zasekly, že se cítí osaměle, jako podvodníci, a že kdyby měli tu možnost, ihned by se vrátili do matčina zrcadla, protože jediné v jejím světě se cítili celiství.

Naše generace mužů dospívajících koncem dvacátého století byla vychována v domácnostech těmi, kteří, ač nás milovali, postrádali některé zásadní znalosti o výchově, a přitom jim společnost, v níž nás vychovávali, nenabízela potřebnou podporu. Když se mi opakovaně zdával sen o matčině zrcadle a když jsem se pak kolem dvacátého pátého roku vydal na cestu ke zralé dospělosti, začal jsem zjišťovat, do jakého stupně pokřivení naše rodiny dospěly. Tento objev jsem učinil nejprve na základě zkoumání vlastní rodiny, o níž jsem si zpočátku myslel, že byla specifická, když potřebám dospívajícího chlapce nevěnovala zvláštní pozornost. Záhy jsem ale zjistil, že zmatek rodiny v oblasti výchovy synů není v naší společnosti nijak ojedinělý.

Moje rodina byla relativně tradiční. Otec byl zřídka doma a výchovu tak musela z větší části zastávat matka. Vybudovali jsme si psychologické spojení, kdy já jsem jí v nepřítomnosti otce poskytoval emocionální podporu, a ona mi zase věnovala péči, kterou dítě vyžaduje. Nevěděla, jak mě má pustit, a já nevěděl, jak pustit ji. Když jsme se v období mého dospívání snažili jeden od druhého oddělit, aby moje psychologické hodiny mohly tikat směrem k individuaci a dospělosti, dostala matka strach, že mě ztratí, a já měl výčitky, že ji opouštím. Od otce a dalších mužů jsem se nic konkrétního o duchovním a citovém životě mužů nenaučil. Většina toho, co jsem si osvojil ohledně chování k ženám, byla zavádějící a vycházela spíše ze vztahu s matkou. Když jsem odešel studovat na vysokou školu, byl jsem ještě chlapcem v těle muže. A když jsem si to pár let po dvacátých narozeninách konečně připustil, vykročil jsem na nádhernou cestu.

Nevyřešené otázky ve vztahu muže a jeho matky jsou obrovským zdrojem problémů v jeho životě. Z psychologických a výzkum-

ných studií i z různých průzkumů uskutečněných v posledních deseti letech (učinili je například psycholog Sam Osherson, Dan Kiley a Ken Druck, psychoterapeutka Anne Grizzle a badatelky Carole Klein a Shere Hite) je zřejmé, že většina mužů v současné společnosti má nevyřešené problémy s matkou. Patří k nim například týrání, zanedbávání, opuštění či omezování zdravé individuace syna. Další potíže plynou z nepřítomnosti otce či absence jakéhokoli citu z jeho strany, což se ve vztahu matky a syna projeví zásadním způsobem. Tyto problémy, bez ohledu na jejich původ, narušují kvalitu péče, kterou matka synovi poskytuje. Pokud si to syn neuvědomí a nezačne své problémy řešit, bude se v dospělosti potýkat s nízkým sebevědomím, úzkostí ve vztazích a napjatou situací v rodině.

„V naší společnosti,“ píše Carole Klein, „panuje značný zmatek. Matky jsou nabádány, aby zůstávaly citově napojeny na své syny, a poskytovaly jim tak dostatečnou psychologickou podporu k plnění úkolů, jež na jejich bedra klade naše společnost. Na druhé straně se však objevují hlasy, které matky důrazně varují, aby ze svých synů nevychovaly „maminčiny mazánky“, což je dnes vnímáno jako snad nejtěžší zločin. Matka pak často pociťuje bolest, neboť chce zůstat svému synovi nablízku, ale současně má strach, že včas neustoupí do pozadí. Ani synové tomuto konfliktu neuniknou. Jakmile si chlapec uvědomí, že je jiný než matka či sestra, že je mužem a nikoli ženou, začne svádět boj a pohybovat se mezi dvěma póly: mezi vymezováním hranic a citovou závislostí.“

Není pro nás snadné připustit si problémy s matkou, jež mají kořeny v dětství, natož je ještě definovat. Tyto problémy nicméně ovlivňují obraz, který si syn o sobě utvoří, a ovlivňují také jeho další vztahy v dospělosti. Je jednodušší říci, že nás zranil otec. O svých matkách zpravidla říkáme: „Byla skvělá, s ní jsem neměl žádné problémy. A pokud jsem nějaké měl, nebylo jich moc. Dobře se o mě starala.“

Současná společnost však synům s odpoutáním se od matky nepomáhá a ženy znevažuje a nahrazuje jejich realistické obrazy nerea-

listickými stereotypy. V rodinách jsou synové mnohdy vtahováni do vyhozených genderových válek, kterým nerozumí; velmi často tu chybí otcové a moudří starší, a tak matkám nezbývá než zastávat roli obou rodičů (což je nemožné zejména tehdy, když jsou zaměstnány). Často schází i širší rodina, která by poskytla matce oporu a pomohla jejímu synovi projít důležitými vývojovými stadii. My synové tak vyrůstáme zranění, zmatení a plní rozporů. Proto musíme nalézt způsob, jak se uzdravit a jak poznat, kdo jsme. Musíme se pustit do vědomého hledání vlastního zrcadla. Pro naše vztahy s manželkami, partnerkami, dětmi, přáteli a kolegy je důležité, abychom prozkoumali temný a často zjednodušený svět vztahů mezi matkami a syny, a abychom napravili své mylné názory a uzdravili skrytou agresi i bolestivá zranění, jež jsme utrpěli jak ve světě svých matek, tak v širším okolí, v němž jsme vyrůstali, a které do našeho pojetí matek, žen a Ženy vnesly ještě větší zmatek.

Hledání vlastního zrcadla a uzdravení našich zranění představují dlouhý proces a dlouhou cestu. Tato kniha vás vybízí, abyste se na tuto cestu vydali. Ženám poskytuje návod na to, jak lépe porozumět mužům i svým mateřským vztahům k synům. Muže vyzývá, aby tento proces absolvovali a aby díky němu objevili a navázali zdravé dospělé vztahy, vymezili si přiměřené hranice a otevřeli se svým partnerkám.

Tato kniha vychází z určitých předpokladů, například toho, že většina matek se nás snažila vychovat dobře; my i ony jsme nicméně žili (a doposud žijeme) ve společenském systému, který vedl k výskytu velmi specifických problémů ve vztazích matek a synů. Dále, že mnozí z nás možná nevyrostali s vlastními matkami, takže „matka“ pro nás může znamenat něco jiného než vlastní matka. A také že ačkoli řada matek je ochotná prozkoumávat zde nastíněné otázky, mnohé se tomu budou bránit, a to zejména matky již „dospělých“ synů. Větší část procesu objevování budeme muset vykonat sami za pomoci přátel a podpůrných skupin.

V matčině zrcadle tančí jak ženy, tak muži. Obě pohlaví se musí

z těchto zrcadel vymanit a nalézt si zrcadla vlastní. Proto to, co píší v této knize o dospělých mužích a jejich vztazích k matkám a o tom, co čtenáři prožijí, platí jak pro dcery, tak i pro syny. Je zde také mnoho informací, jež mohou matkám pomoci zvládat komplexní povahu vztahů s jejich dospívajícími syny. Přesto se budu obracet na muže, neboť poslední část této knihy představuje iniciační rituál pro přechod mužů do dospělosti.

Účelem této knihy není kritizovat matky, ale vyzvat čtenáře, aby se upřímně zamysleli nad chováním svých matek i nad vlastním chováním souvisejícím s chováním své matky. Kniha se zaměřuje na hluboké společenské nedostatky v přístupu ke vztahům matky a syna, a také na potřebu usmíření, nalezení klidu i pravého já a na oproštění se od škodlivých vzorců a zbytečného obviňování.

První část knihy popisuje jednotlivá stadia vývoje v životě chlapce ve vztahu k jeho matce a v rámci jeho rodinného systému. Druhá část promění proces dospívání chlapce v zážitek, jehož prostřednictvím prozkoumáme a zkonkrétníme pocity matek, chlapců, mužů a žen. Druhá část je navíc vodítkem pro muže, kteří se rozhodnou tuto cestu podniknout sami. Na jejím konci budou stát před svým vlastním zrcadlem, proměnění.

Cesta, kterou s touto knihou společně urazíme, vychází z poznatku, že sebevědomí získáme pouze tehdy, když se vypořádáme se vztahem s matkou; z větší části to můžeme učinit ve svém nitru, a jedině tak se posuneme do dalšího životního stadia. Potřeba konfrontovat svá zranění, úzkosti a osobní problémy se nám stane inspirací. Konkrétní techniky a rituály nám poslouží jako nástroje. Našimi pomůckami budou archetypální metafora a vodítkem anticke mýty a příběhy.

JAK S KNIHOU PRACOVAT

Tuto knihu jsem použil při práci se stovkami lidí. Každý z nich s ní pracoval podle svých potřeb. Ačkoli se kniha *Matky, synové a milenky* zaměřuje na vztah mezi matkou a synem, pojednává i o řadě jiných vztahů. Moudrost a vnitřní kompas, které v sobě objevíte, budou platit i pro tyto vztahy.

V části zabývající se tím, jak vztah matky a syna přímo formuje vzorec důvěrnosti, kterou bude syn později projevovat ve vztahu s partnerkou, bude zřejmé, že většina informací se dá vztáhnout na homosexuální i heterosexuální syny. V knize nicméně popisují vztahy mezi muži a ženami. Toto řešení bylo pro mne schůdnější. Vzhledem k tomu že, zde nebyl dostatečný prostor zmapovat dopady, které má vztah mezi matkou a synem na homosexuální vztahy, prosím o shovívavost. Jste-li gay nebo lesba, můžete si přečíst knihu Roberta Hopckeho *Jung, jungiáni a homosexualita*, která výstižně pojednává o homosexuálních vztazích a která vychází z archetypální psychologie.

Jestliže neznáte význam slova *archetyp* anebo jste se nikdy nezamýšleli nad psychologií a duchovnem z pohledu mytologie, přečtěte si nyní odstavec s názvem „Hledání vize a cesta hrdiny“ ve čtvrté kapitole. Jsou v něm obsaženy informace o archetypech.

V předchozí knize *Princ a král: uzdravení zranění ve vztahu otce a syna* jsem se podrobně zabýval vztahy mezi otci a syny; provedl jsem čtenáře jednotlivými archetypy a popsal způsob, jak zpracovat témata spojená s otcem a uzdravit si zranění, která způsobil. V této knize se archetypální zkoumání zaměřuje na vztah s matkou. Avšak vzhledem k tomu, že jsou tyto dva typy vztahů navzájem velmi propletené, neboť prvních dvacet let tkáme pavučinu vztahů s matkou i otcem, nemůžeme řešit jeden, aniž bychom se zároveň nezabývali i tím druhým. Psychologické devizy, které v dospělosti nosíme po kapsách a s nimiž se snažíme koupit si štěstí, jsou mince, které mají na jedné straně tvář otce a na druhé tvář matky.

S touto knihou můžete pracovat individuálně, doporučoval bych ale zároveň se čtením absolvovat osobní rituály i cestu za poznáním ve společnosti dalších mužů, anebo s terapeutem či dobrým přítelem. Programy vyžadují zhruba rok práce, a to jak individuální a skupinové, tak i poradenské či terapeutické. Muži mohou pracovat ve skupinkách a procházet jednotlivými částmi postupně, jako tomu bylo v případě skupin v programu *Princ – Král*. Skupiny mohou sestávat terapeuti. Mám zkušenost, že v podobné sestavě funguje tento program velmi dobře. Hrdina potřebuje rádce, kteří ho povedou, a také bratry, kteří ho budou obdivovat; proto je absolvování jednotlivých kroků ve skupinách výhodou. Všichni také potřebujeme, aby byly naše hlasy vyslyšeny a naše vize obdivovány. I kdybyste měl o zkušenostech z této cesty mluvit pouze s dobrými přáteli či rodinnými příslušníky, učinite tak a sdílejte své zážitky.

Nebudte překvapen, když vám cesta bude trvat déle, než jste si původně myslel. Nejdříve musíte nalézt svůj *vlastní* jazyk, svůj *vlastní* příběh a svoji *vlastní* cestu k uzdravení. Cesta do hloubky vyžaduje čas, i když se nás rychlý životní styl snaží přesvědčit o opaku.

Věřím, že po přečtení této knihy a absolvování cesty poznání pochopíte, jak vypadá vnitřní svět muže i pocity, jež v něm vládnou. Pokud platí poselství obsažená ve snech, v mytologii a archetypech, pak ve vnitřním světě nevládne chaos, ale ukrývá se v něm vysoce strukturovaný vesmír.

