Andrea Heretiková Marsalová

Anton Heretik

ŽIVOT

Cesty a rázcestia

IKAR

Text © 2026 by Andrea Heretiková Marsalová, Anton Heretik
Illustrations and photos © 2026 by Andrea Heretiková Marsalová
Design © 2026 by Pavol Bálik
Slovak edition © 2026 by IKAR, a.s.

ISBN 978-80-575-1045-1

Andrea Heretiková Marsalová
Anton Heretik

ŽIVOT

Cesty a rázcestia

IKAR

Obsah

9 Predhovor
13 Pocta Erikovi H. Eriksonovi
24 Ďalšie psychologické pohľady na životnú cestu
42 Príbeh zakladateľa — Sigmund Freud
57 Cesta utrpenia a tvorivosti — Vincent van Gogh
66 Magická púť Isabel Allendeovej
78 Životná cesta v psychoterapii
97 Čiary života našich klientov
115 Nakreslite si čiary života
119 Záver (o čase)
127 Recenzia I.
131 Recenzia II.
134 Menný register
137 Vecný register
141 Literatúra

Všetko má svoj čas...
Svoj čas má narodiť sa,
svoj čas má zomrieť,
svoj čas má vysádzať,
svoj čas má sadenice vytrhať.
Svoj čas má zabíjať,
svoj čas má liečiť...

KNIHA KAZATEĽ 3, 1-3

Predhovor

Anty: V školskom roku 1971/1972 som robil VPS (vedeckú pomocnú silu) v Psychologickom ústave Filozofickej fakulty UK v Bratislave. Bolo to na oddelení biodromálnej psychológie a poradenstva. Oddelenie viedol doc. Jozef Koščo, veľmi vzdelaný a kultivovaný človek, s láskavým pohľadom spod mohutného obočia. Bol vyslovene psychológ – akademik, poradenská prax mu vlastne bola dosť vzdialená. My mladší kolegovia (spomeniem aspoň Dušana Fabiána, Ivana Rapoša, Vlada Hlavenku, Janu Plichtovú, Gusta Matijeka) sme žartovali, že keby sa mu klient posťažoval na nejaké sexuálne problémy, docent Koščo by asi očervenel a vybehol z miestnosti. Prišiel však s konceptom biodromálnej (bios = život, dromos = cesta) psychológie. V tom čase sa mi psychológia životnej cesty zdala ako vyslovene teoretický koncept. Teraz, keď som sám na konci

životnej cesty, po vyše päťdesiatich rokoch klinickej a forenznej praxe, na to hľadím s väčším rešpektom. V každom prípade, ročný pobyt v Psychologickom ústave FiF UK ma priviedol k zisteniu, že nechcem stráviť život v knižniciach ako akademický psychológ. Ešte počas posledného roku štúdia som sa zamestnal na Psychiatrickej klinike FN v Bratislave ako klinický psychológ. Aj po tom, ako som po pätnástich rokoch prešiel na Katedru psychológie FiF UK, som sa venoval praxi. Všetko, čo som doteraz napísal, sa opiera o životné príbehy, ktoré som spoznal počas znaleckej a psychoterapeutickej činnosti. Naučil som sa pokore voči rôznorodosti a pestrosti životných ciest ľudí, ktorých som poznal ako svojich klientov.

Andrea: Moja odborná životná cesta bola iná. Už počas štúdia medicíny ma priťahovala psychiatria. Chodila som na Psychiatrickú kliniku robiť arteterapiu, spájajúcu psychopatológiu s výtvarným umením, ktoré je mojím koníčkom dodnes. Výtvarná produkcia pacientov ponúkala úplne iný, originálny pohľad na ich duševné poruchy. Po skončení štúdia som vyskúšala viacero odborov – pracovala som na ORL oddelení, internom oddelení, pracovnom lekárstve. Až sa mi konečne podarilo zakotviť na Psychiatrickej klinike UNB v Ružinove. Dnes, vo vlastnej ambulantnej psychiatrickej a psychoterapeutickej praxi, sprevádzam stovky pacientov ich problémami, ťažkosťami a počúvam ich rodinné histórie a životné príbehy. Na rozdiel od svojho spoluautora – ktorý pozorne sleduje vzdelanie a profesionálnu kariéru klientov – sa viac zaujímam o ich partnerské vzťahy, rodičovské a starorodičovské problémy. Do psychoterapeutickej praxe možno vnášam aj svoje skúsenosti matky troch synov. S Antym máme viacero spoločných klientov. Keď ich „rozoberáme“, zisťujeme, že každý z nás prináša na ich životnú cestu trochu iný pohľad. Našťastie, mužskému terapeutovi zjemňuje jeho prístup archetyp animy a ženské terapeutky posilňuje aj ich animus.

Je veľa psychologických teórií o vývine ľudskej duše – o životnej ceste. Spomeňme aspoň Freuda, Junga, Sheehyovú, Mindella a existencialistických psychológov. My sa opierame hlavne

o vývinovú teóriu Erika Eriksona. Koncept vývinových kríz, ktoré musí každý z nás prekonať počas jednotlivých etáp života (ak má šťastie, prejde ich osem), zmenil nielen ontogenetickú psychológiu, ale aj psychoterapiu. Z osobností domácej československej scény spomeňme ešte aspoň Pavla Říčana, ktorého kniha *Cesta životem* sa stala klasikou. Eriksonova teória Antyho tak očarila, že už pred vyše dvadsiatimi rokmi napísal, ako poctu Erikovi Eriksonovi, haiku ku každému zo životných období. Rozhodli sme sa použiť tieto haiku ako mottá jednotlivých „vekov".

Ako je už v našej sérii kníh z marginálnej psychológie zvykom, neopierame sa len o odbornú psychologickú a psychiatrickú literatúru. Výrazným zdrojom poznania sú diela rôznych autorov beletrie, v tomto prípade najmä autorov biografií a autobiografií. Vybrali sme životné príbehy troch slávnych osobností – zakladateľa psychoanalýzy Sigmunda Freuda, najväčšieho impresionistu Vincenta van Gogha a našej obľúbenej spisovateľky Isabel Allendeovej. Na týchto troch „kazuistikách" chceme ilustrovať, ako sa aj verejne známe životy môžu stať objektom rôznych výkladov životnej cesty a hodnotenia prínosu pre ľudstvo. Vzťah ich životného príbehu k dielu je nepochybný, ale stále (podobne ako v psychoterapii) je tu konflikt medzi *Dichtung und Wahrheit* (básňou a pravdou), ako svoju autobiografiu pomenoval Johann Wolfgang Goethe.

Ako psychoterapeuti máme privilégium stretávať sa s klientmi nielen v prítomnosti, ale vracať sa s nimi do minulosti a zaoberať sa aj ich víziami do budúcnosti. Sme teda sprievodcami na celej ich životnej ceste (a niekedy i na rázcestiach). Ďakujeme im, že nám umožnili použiť ich (kvôli anonymite ľahko upravené) anamnézy a čiary života.

Ďakujeme obom recenzentom Mgr. Hanke Ševčíkovej a MUDr. Michalovi Patarákovi, PhD., za ich podnety a podporu. Sme vďační vydavateľstvu Ikar, osobitne šéfredaktorovi Marcelovi Melicherovi, jazykovej redaktorke Andrei Vargovčíkovej, editorke Vlaste Greschovej a marketingovej manažérke Lucii Čarnej za starostlivosť,

s akou priviedli našu knihu k čitateľom. Palo Bálik nás svojím originálnym grafickým dizajnom sprevádza už v deviatej knihe. Vďaka!

Bratislava apríl 2026
prof. PhDr. Anton Heretik, PhD.
MUDr. Andrea Heretiková Marsalová

Pocta Erikovi H. Eriksonovi

