

KAPITOLA \J

**Lidská účast: Lidské „bytí“ je krokem k lidskému „stání se“ v kroku následujícím**

TOM ANDERSEN

překlad: Zuzana Stejskalová

### **Vnímání reality**

Tato kapitola vychází z toho, co můžeme prožít „na vlastním těle“, tj. vidět, slyšet, cítit, ochutnat, vnímat pohazení na kůži či úder do těla; tzn. vše, co můžeme vnímat povrchem našeho těla, co můžeme pociťovat skrze naše smyslové orgány. Můžeme o tom přemýšlet a říci: „Jasně, tomu rozumím.“ Toto „vnímání“ „na našem těle“ bylo za určitých okolností jistými lidmi pozorováno, např. Lvem Vygotskym v jeho studii dětí či mými norskými kolegy fyzioterapeuty během jejich fyzioterapeutického působení.

Abychom si to lépe připomněli, můžeme použít dvě poznámky z Wittgensteinových *Filosofických zkoumání* (1953):

Považ např. aktivity, kterým říkáme „hry“. Co mají všechny společného? Neříkej: „Něco společného mít musí, jinak by se jim neříkalo „hry“, ale podívej se, zda vůbec všechny mají něco společného. Neboť když se na ně podíváš, neuvidíš nic, co by všechny měly společného, ale uvidíš podobnosti a souvislosti a bude jich celá řada. Jak již bylo řečeno: nepřemýšlej, ale dívej se! (str. 66)

Ty aspekty věcí, které jsou pro nás nejzávažnější, nám pro svou jednoduchost a každodennost zůstávají skryté. (Člověk je nemůže postřehnout, poněvadž je má neustále před očima.) Člověk si vůbec nepovšimne skutečných základů svého bádání. Ledaže by jeho pozornost někdy upoutalo právě toto.—Což znamená: naší pozornosti uniká to, co, jakmile jednou spatříme, je tím nejnápadnějším a nejsilnějším. (str. 129).

### **Pozadí této kapitoly**

*Absence teorií a metod*

Teorie a metody zde nebudu zmiňovat a mám k tomu několik komentářů. Ten nejrozvláčnější se týká právě teorií. Teorie pochází z řeckého slovesa *theorem*, které

znamená „*dívat se*“, a z řeckého podstatného jména *theors*, jež znamená „poslové vyslaní, aby přinesli zprávy, co je k vidění v cizích zemích“. Teorie je silně spjatá s „viděním“, a vidět znamená vidět viditelné. Dvě třetiny reality jsou viditelné, jedna z nich je nehybná, ta druhá se pohybuje. Příkladem první části je např. hora, příkladem té druhé může být muž, jenž kráčí, např. po hoře. Třetí část reality je neviditelná, např. osamělost člověka, jenž se na hoře prochází. Jeho osamělost nemůžeme vidět, ale na vlastním těle můžeme pocítit jeho samotu prostřednictvím jeho zjevu a pohybů. Můžeme odhadovat, co je osamělost, ale nemůžeme na ni mít teorie. V této kapitole je *domněnka* významnější než teorie; domněnka vlastně zahrnuje teorii jako svou racionální část, ale má navíc ještě pocitovou část. Z tohoto důvodu budou domněnky upřednostňovány před teoriemi.

Stejně tak nebudu zmiňovat metody. Problémem metod je to, že se plánují dopředu v jiném kontextu a v jiném časovém okamžiku, než se pak děje samotná praxe.

### *Domněnky o realitě*

Realita se skládá ze tří částí: (1) viditelná, ale nehybná, tj. např. kost v ruce; (2) viditelná a pohyblivá, tj. např. ruka, která se v jednu chvíli otevře a pustí a v zápětí se zavře a pevně drží; a (3) neviditelná a pohyblivá, tj. např. potřesení rukou.

Můžeme vysvětlit, co „je“ kost, ale v případě ruky můžeme pouze objasnit, čím by ruka „mohla být“. U potřesení rukou nevíme, co to je, což vlastně není ani tak podstatné, alespoň dokud víme, jak k němu přistupovat. Někdo řekne: „Já vím, co je potřesení rukou, to je setkání dvou rukou!“ Ale „kde“ se toto setkání koná? Na kůži? V dotyku, kde se střetne kost s kostí? V pohledech, jež na potřesení rukou navazují?

První dvě části uvedené skutečnosti můžeme popsat tak, že je lze uchopit myšlenkou, zatímco tu třetí dokážeme zakusit pouze na těle. Viditelnou, nehybnou část reality nejlépe popíšeme pomocí čísel a podstatných jmen, zatímco při popisu pohyblivé reality budou nevhodnější slovesa. V naší snaze popsat neviditelnou pohyblivou realitu nám nejvíce napomohou metafory, které nám pomáhají pocítit, s čím jsme v kontaktu.

### **Jessica a její rodiče**

Švédská novinářka June Carlsson natočila film, který se skládal z patnácti fází života dítěte od narození až po jeho náctiletost. Film v jeho průběhu doprovází a komentuje švédský ženský hlas. V prvním letmém záběru vidíme právě narozenou Jessicu v něčích rukou. Jakmile vykřikne, je ponořena do teplé vody a její křik utichne. Pomalu se ve vodě pohybuje. Když ji vyndávají z vody a balí do ručníku, fotograf si celou scénu přibližuje objektivem. Vidíme zblízka její obličej a doprovodný hlas říká: „Když se na nás Jessica podívá, začne se v nás probouzet láska.“ Potom ji zvednou a položí na matčinu hrud. Vidíme Jessicu spolu s její matkou a otcem. Matka, jež má položené své ruce blízko děťátka, připravena pomoci, avšak dává mu možnost volně se pohybovat, se na Jessicu usmívá. Otec je v pozadí: vidíme ho po boku své ženy, jednou rukou se dotýká svých tváří a s doširoka otevřenými očima intenzivně hledí na Jessicu. Nemůže z ní spustit oči.

Drobnými, pomalými pohyby se konečky prstů své pravé ruky něžně dotýká pravého ramene své ženy. Začíná zázrak. Jen několik minut po narození se Jessica začíná plazit po matčině hrudi a za malou chvíli nachází jedno z matčiných prsou a poté i bradavku a začíná sát. Zatímco se snaží najít prs, slyšíme matku, jak povzbudivým a směřícím se hlasem nejprve říká: „Doplazila ses skoro až moc daleko.“ Ale matka nechává dítě, aby si našlo, co hledá, samo, bez pomoci, a Jessica je nachází.

Filosofie nám jednoduše vše jen předkládá a nic nevysvětluje, ani nevyvozuje. Poněvadž vše je k vidění ve své nahotě, není co vysvětlovat. Neboť co je skryté, to je pro nás nezajímavé. (Wittgenstein, 1953, #126)

Co vidíme? Někdy vidíme to, na co jsme zvyklí se dívat, jindy zase to, k čemu je náš pohled přilákán, a jindy zase, co je nám řečeno, na co se máme dívat atd. Můžeme vidět různé části této události, podle našeho vlastního úhlu pohledu, jenž nám právě přísluší. Někoho přitáhne otec v pozadí. Jeho pohled na dceru je tak intenzivní a vřelý a možná si říkáme: „Kdyby jeho oči mohly mluvit, co by asi řekly?“ Velice pravděpodobně by řekly: „Děkuji ti, že jsi přišla, Jessico. Učinila jsi mě tak šťastným! Jsi naším obrovským darem. Už teď se těším na vše, co spolu podnikneme!“ A co by asi řekla jeho ruka, jež se dotýká ženina pravého ramene? Možná: "Drahá ženo, jsem ti tak vděčný! Jsi nejúžasnější žena na světě! Buď si jistá, že budu vztah mezi tebou a Jessicou chránit!"

### *Pouta výměn*

Otcův pohled vnímám jako součást příbuzenského pouta s Jessicou a stejně tak Jessičinu přítomnost jako součást stejného pouta. Jeho dotýkající se ruka je součástí pouta s jeho ženou a její povzbudivá slova směrem k Jessice, jež slyší i on, jsou součástí stejného pouta. Tatáž slova matky jsou také součástí jejího pouta s Jessicou, stejně jako je Jessičino plazící se tělíčko, jež matka cítí na svém těle, součástí stejného pouta. Jessičin křik vytváří pouto, k němuž ostatní přispívají tím, že ji pokládají do teplé vody, aby ji utěšili. Jessičin křik je jejím vyjádřením pocitu „chladné reality“, a ostatní odpovídají tím, že jí dávají do teplé vody. Jessičin projev je tedy zároveň odpovědí a očekáváním, že se jí dostane pomoci. Zde se před námi odehrává rozhodující koloběh života!

Jessica se před našima očima rodí do pout, stejně jako jsme se do nich narodili my; v poutech pak také zůstáváme po zbytek našeho života. V životě existuje mnoho druhů pout: potřesení rukou, rozmluvy, objetí, mlčení bok po boku, psaní dopisů atd. Různých typů pout jsme součástí prakticky neustále. Vyjadřujeme se v rámci svazků s ostatními a ostatní přijímají naše projevy a jsou jimi pohnuti. To se také děje s ostatními, když jsou dojatí a pohnutí během jejich setkání s Jessicou; k Jessice i k ostatním se pak vrací se svými vlastními projevy. Tyto projevy přispívají k propojení všech. A já si myslím, že tento koloběh – kde jsou projevy vyjadřovány a přijímány a kde působí na přijímajícího, který potom tento afekt vrací – je základním koloběhem života.

### *Dýchání*

Když Jessica vykřikne, je ve fázi výdechu. Prvnímu výdechu předchází první nadechnutí. To je to, co v životě provedeme jako první – nadechneme se. V norštině existují pro dýchání dvě slova: každodenní „dýchat“ (*puste*) a „duchovnější“ (*ande*), jež by v angličtině znamenalo „oduševnět či připustit ducha“.

První, co v životě uděláme, je, že „vdechneme ducha“ neboli necháme ducha, aby do nás vstoupil. Naopak naším posledním životním aktem je jeho „vydechnutí“ aneb necháme ducha, aby z nás odešel. Tělesné pohyby, které doprovází dýchání, jsou jen nadstavbou stejných pohybů, jež dítě vykonávalo po více než čtyři měsíce v matčině lůně. Pohyby dýchání každého člověka mají vzorec, který je tak osobní, jako jeho otisky prstů. Pohyby dýchání můžeme zachytit jako křivku na papíře a křivka každého z nás je zcela jedinečná a liší se od křivek jiných lidí. Jessičin čich, jež ji naláká k prsu, doprovází nádechy, stejně tak jako sání.

I po polykání následuje dýchání a člověk může polknout jak s nádechem, tak s výdechem. V našem těle se ovšem odehrává mnohem více, když polkneme s výdechem. Jen si to zkuste! Hluboce se nadechněte a začněte vydechovat, napijte se trochu vody a polkněte! Když to učiníte, z vaší hrudi odejde všechn vzduch. Potom přijde velký nádech, a pak následuje pozvdechnutí. S tímto pozvdechem se uvolní část napětí v těle, „vše je před námi k vidění ve své nahotě, není co vysvětlovat!“ Lze si též všimnout, že své emoce pouštíme právě s výdechem. Pláčeme s výdechem; řveme zlostí s výdechem; radostně se smějeme s výdechem; šeptáme strachy s výdechem, atd. Vždy, když vyjadřujeme emoce při výdechu, mizí v nás část napětí. Pro tělo je nejlepší vzlykání; a smích je také dobrý.

Koloběh dýchání prostřednictvím nádechů a výdechů je nepřetržitý. Fyzioterapeuti v tomto koloběhu vidí dvě pauzy, jež musíme zmínit: jednu kratší pauzu mezi koncem nádechu a začátkem výdechu, a jednu delší pauzu po výdechu, než začne další nádech. Někdy se lidé chtějí tak dychtivě „nadechnout“, ve snaze nasát dojmy, až začnou zasahovat do výše zmíněných pauz. Jindy jsou tak dychtiví dalšího nádechu, že si nedovolí vydechnout, než pojmu do plic nový vzduch. Takový člověk je pak „nadechnutý až příliš“.

### *Společenské hlasy*

Když jsou novorozenci jen o něco málo starší než čtyři týdny, umí vytvořit zvuk, jež rodiče dokážou přijmout a opěťovat. Tento zvuk je silným hlasovým spojením a tento hlas je prvopočátkem dětského společenského hlasu, lépe řečeno, jeho společenských hlasů, protože jich každý máme mnoho. Schopnost nápodoby se vyvíjí v zárodku lidské bytosti již velice brzy. Dítě si hraje a napodobuje zvuky, které si vyměňuje s ostatními, a skrze tuto hru si rozšiřuje svůj zvukový repertoár. Jednoho dne přijde na řadu slovo a další slova přichází brzy poté. Vygotsky nám připomíná, že tato první slůvka jsou nápodoby

zvuků, a já se domnívám, že pro miminko je pravděpodobně těžké rozlišit mezi zvukem (slovem), tím, co daný zvuk znamená, a sebou samým.

### *Jazyk jako dar*

Vygotsky - který tvrdil, že děti přijímají slova od svých rodičů a dalších, kteří svého času převzali slova od jiných – vnímal jazyk jako kulturní či společenský dar dítěti. Chápal jej jako něco, co přichází zvenčí, což je opak toho, čemu věřil Jean Piaget, podle nějž roste jazyk zevnitř, stejně jako když ze semínka vyrostne květina.

### *Egocentrická a vnitřní řeč*

Ve chvíli, kdy má dítě k dispozici mnoho slov a dokáže mluvit ve větách, Vygotsky nás upozorňuje na moment, kdy je dítě samo, hraje si a povídá si samo pro sebe. Vygotsky i Piaget to oba nazývají *egocentrickou řečí*. Vygotsky tvrdil, že jde o hru z nutnosti, a ne vždy nutně o hru radostnou. Dítě si skrze takovou hru zavádí do svého života živá pravidla. Pro ilustraci mohu uvést jeden příklad ze svého rodného města Tromsø. Mladá matka přišla do obchodu se svou čtyřletou dcerou. Majitel obchodu měl u pokladny naskládané čokolády, a když je holčička spatřila, řekla: „Mami, můžu si dát čokoládu?“ A matka odpověděla: „Ne, nemůžeš!“ A holčička odpověděla: „Ale mami, já chci čokoládu!“ A neústupná a klidná matka odvětila: „Nesmíš!“ Malá holčička začala plakat a všichni se v obchodě na ty dvě dívali, když holčička řekla „Musím mít čokoládu!“ Matka odpověděla: „Musíš počkat do soboty. Čokoládu dostaneš, až se budeš dívat na dětský program v televizi!“ S plačící holčičkou poté opustili obchod. Když přišli domů, holčička si hrála s panenkou a mluvila při tom nahlas. Najednou jedna z jejích panenek říká: „Mami, můžu si dát čokoládu?“ „Ne,“ odpověděla holčička, „nemůžeš.“ Předstírala, že panenka pláče a zvedá hlas, řkouc: „Mami, já si dám čokoládu!“ Holčička přísně a klidně odpověděla: „Musíš počkat do soboty. Čokoládu dostaneš, až se budeš dívat na dětský program v televizi!“

Hra s pomocí egocentrické řeči mizí přibližně v momentě, kdy dítě dosáhne školního věku, a dle Vygotského se u dítěte rozvíjí třetí druh řeči, tj. řeč vnitřní. Vnitřní řeč zahrnuje mnoho vnitřních hlasů a Vygotsky tvrdí: „Jsme vnitřními hlasy, jež nás obývají.“ Vygotsky se domníval, že vnitřní život člověka se skládá z pohyblivých vnitřních hlasů, zatímco podle Freudových předpokladů se vnitřní život člověka skládá ze stálejších a strukturovanějších „věcí“. Peggy Penn (1994,2001) věnovala vnitřním hlasům velkou pozornost. Všimla si, že jich máme mnoho a že si mohou navzájem odporovat. Když se jeden z nich stane dominantním a odsune ostatní stranou, lehce nastanou potíže.

### *Spolupráce s fyzioterapeuty*

Má dlouholetá spolupráce s norskými fyzioterapeuty, zejména s Aadel Biilow-Hansenovou a Gudrun Øvrebergovou, zásadně ovlivnila vývoj popisů v této kapitole (Øvreberg, 1986; Ianssen, 1997). Setkání s těmito dvěma ženami významně ovlivnilo můj způsob vnímání: za prvé, že svaly mají dvě funkce, tj. vytvářet pohyby a zastavovat

pohyby; a za druhé, že všechny pohyby jsou propojeny s pohyby dýchání, tedy s nejdůležitějšími pohyby v těle. Pokud někde v těle vytvoříme napětí – např. přitlačením jazyka na zadní stranu zubů – všimneme si, že dýchací pohyby v břiše ustanou. Jakmile tlak jazyka uvolníme, břišní dýchání se okamžitě znovu uvolní.

V našem těle jsou svaly, tzv. flexory s ohýbací funkcí – např. svaly v podkolenní jamce nebo na přední straně boku – a tzv. extenzory, tedy natahovače, jako jsou např. ty na přední straně kolene a zadní straně boku. Ve chvíli, kdy jsou všechny tyto svaly s protichůdnými funkcemi aktivní, tělo je v rovnováze; např. můžeme rovnovážně stát. V určitých životních situacích, např. když se bojíme, máme tendenci „dát se do kupy“, v takové chvíli dominují flexory nad extenzory a celé tělo se „stáhne“. Zároveň také přestaneme přirozeně dýchat.

Aadel Bulow-Hansenová zemřela v roce 2001, ale Gudrun Øvrebergová je stále činná. Ačkoliv Bulow-Hansenová již není mezi námi, zvolil jsem ve svém popisu přítomný čas, protože mám pocit, jako by tu stále byla.

Napjaté svaly ztuhnou a začnou bolet, a Aadel a Gudrun sval masírují...což působí bolest...která ovlivňuje protažení...jež podněcuje nádech...což stimuluje protahování... což podněcuje hlubší nádechy...atd., dokud se hrudník nenaplní vzduchem. Jakmile začne vzduch odcházet, mizí také část napětí v těle.

A právě pohyby při dýchání, nikoliv masírující ruka, způsobí, že se svalové napětí postupně odstraní. Když se tak stane, obě fyzioterapeutky člověka povzbudí, aby „dal vzduchu volný průběh“. Je to, jako byste slyšeli: „Nechte přijít život.“ Pozorně sledují, jak dýchací pohyby reagují na masírující ruku. Když vidí, že se úsilí pacienta dýchat zvyšuje a že vzduch proudí, jsou spokojené. Jsou-li ale jejich ruce příliš opatrné, žádná odezva v dýchání nenastane. Nicméně pokud jsou jejich ruce naopak příliš prudké či silné, nebo tisknou sval příliš dlouho, lze pozorovat velký nádech, ale ten není následován žádným výdechem; dech je zadržen. Stane-li se tak, okamžitě své ruce uvolňují. Uvedená pozorování byla zformulována do pravidel, která jsem převzal přímo do svého způsobu psychoterapie. Pokud se tedy naše příspěvky v psychoterapii příliš přibližují promluvě našich klientů, nic moc se neděje. Když jsou ovšem "přiměřeně" neobvyklé, konverzace ožije. Jsou-li ovšem příliš neobvyklé – např. když klienty vyděsí nebo když v nich vytváří bolest – potom proud konverzace zcela utichne. Proto musíme bedlivě pozorovat způsoby, jakými se naši klienti do konverzace zapojují, abychom viděli, zda je náš dialog hodnotný, či nikoliv, což znamená, že musíme vnímat, jak protistrana reaguje na to, co říkáme.

Gudrun a já jsme napsali knihu o Aadelině práci. Nejprve jsme Aadelinu nafilmovali v akci a potom jsme vše, co se odehrálo během jejího času s pacienty, přepsali (Øvreberg, 1986, norský). Když jsme jí rukopis poslali a ona ho pečlivě pročetla, často vyjádřila překvapení: „Je to velice zajímavé čtení, protože já jsem nebyla schopná popsat, co dělám.“ Její slova nám připomněli Wittgensteina (1953): „Nepřemýšlej, ale dívej se!“ (str. 66).

Aadeliny oči a ruce výborně spolupracovaly, a vypadalo to, že si vystačí bez pomoci svých myšlenek. Byla úžasně citlivá při kontaktu – např. jak tělo člověka, se kterým pracovala, reagovalo na dotyk jejích rukou. Na její práci pak dobře pasuje jiná Wittgensteinova (1953) poznámka, „A nesmíme předkládat žádné teorie. V našich uvážích nesmí být nic hypotetického. Jakékoli vysvětlování musí odpadnout a na jeho místo musí nastoupit jedině popis.“ (str. 109)

Aadel po dobu šesti let před jeho smrtí v roce 1953 hojně spolupracovala se slavným norským psychiatrem Trygvem Braat0ym. Oba se zajímali o dýchací funkce a on ji někdy poprosil, aby prozkoumala to či ono na tom či onom člověku a říkal jí: „Až se vrátíš, osvětlíš mi, co se stalo.“ Jindy zase říkal: „Lehnu si a chci, abys s mým tělem provedla to či ono a já ti řeknu, co se přitom děje.“ Byl to fascinující plán výzkumu a věřím, že Wittgenstein (1953) by je opěvoval: „Člověk si nemůže něčeho všimnout, poněvadž to má stále před očima.“ (str. 129).

## O jazyku

### *Deset domněnek o jazyku a významu*

O čem zde píší, je velice zhuštěné ve srovnání s prameny, na něž se odkazují: Ludwig Wittgenstein (Wittgenstein, 1953, 1980; von Wright, 1990, 1994; Grayling, 1988; Gergen, 1994; Shotter, 1996, 2004, 2005), Lev Vygotsky (Vygotsky, 1988; Morson, 1986; Shotter, 1993, 1996), Jacques Derrida (Sampson, 1989), Michael Bakhtin (Bakhtin, 1993; Morson, 1986; Shotter, 1993, 1996, 2004, 2005), a Harold (Harry) Goolishian (Anderson, 1995). Prameny taktéž zahrnují mé vlastní zkušenosti z uvedení těchto předpokladů do praxe. Při formulaci těchto myšlenek byla významná má účast v řadě procesů reflexí, jež se odehrávaly za velmi odlišných okolností. Tyto úvahy jsou otevřené konverzace, během nichž vystávají otázky a odpovědi ze všech možných přítomných úhlů pohledu (Andersen, 1995).

1. *Jazyk je zde definován jako všechna vyjádření, která mají velký význam z výše zmíněného obecného hlediska. Existuje mnoho způsobů vyjádření – např. mluvení, psaní, malování, tanec, zpěv, ukazování, pláč, smích, řev, úder atd. – a všechno to jsou tělesné aktivity. Když se tato tělesná vyjádření odehrávají za přítomnosti dalších lidí, jazyk se stává společenskou činností. Naše vyjádření jsou společenské oběti účasti na svazcích s ostatními.*
2. *Skrze vyjádření vytvoříme význam. Pokud jeden druh vyjádření – např. mluvení – není k dispozici, jiný druh vyjádření – např. malování – může umožnit, aby došlo k vytvoření významu.*
3. *Nejprve přichází vyjádření a teprve potom se vytvoří význam. Harry Goolishian říkával, „Nevíme, co si myslíme, dokud jsme to neřekli.“*

4. *Význam je ve vyjádření, ne pod ním, ani za ním.* Významy ve vyjádření — např. ve slovech — jsou velice osobní, a některá slova, jakmile je uslyšíme, nás zanesou zpět a pomohou nám znovu zakusit něco, co jsme již zažili.
5. *Vyjádření jsou informativní.* Něco o nás ostatním i nám samotným vypovídají. Nyní si myslím, že člověk, který mluví nahlas, mluví především sám k sobě. Pauza, jež přichází po promluvě, když přemýšlíme o tom, co jsme právě řekli sami sobě, je nesmírně důležitou a nesmí být narušována. Poněvadž slova, jež vyjadřují, jsou silně spjatá s mým přesvědčením. mohl bych pozorně poslouchat, co říkám, a prozkoumat svá vlastní přesvědčení. Vyjádření jsou také formativní; stáváme se, čím se stáváme, tím, jak se přitom vyjadřujeme. Bylo by vhodnější říct: „Dědeček vždy udělal něco s laskavostí, a tak se z něj stal neustále laskavý člověk.“ namísto: „Dědeček byl laskavý.“ či „Dědeček měl v sobě tolik laskavosti.“ Tím, že v řeči užijeme slovesa „být“ a „mít“ bez uvedení času a kontextu, můžeme lehce podlehnout dojmu, že popisované je statické: „Dědeček 'je' laskavý.“ „'Má' takovou povahu.“ nebo, „Dědeček 'má' v sobě ohromnou laskavost.“ „'Má' laskavou osobnost.“ Když k sobě takto mluvíme, můžeme být lehce uspokojeni myšlenkami, že lidská bytost může „mít“ charakter a osobnost.
6. *Vyjádření, jak ve vnitřních a osobních hovorech, tak ve vnějších a společenských hovorech, doprovázejí pohyby.* Ty pohyby, jež doprovází vnitřní hovory, jsou menší a mají jemnější nuance. Naopak pohyby doprovázející vnější hovory jsou větší jako např. mávání rukou. Terapeuti i badatelé někdy špatně rozumí, když říkají, že vyřčené „neodpovídá řeči těla“. Když někdo např. se smutným pohledem řekne: „Jsem tak šťastný.“, chápu, že slova „Jsem tak šťastný.“ jsou společenskou obětí za účelem spojení s druhými, zatímco smutný pohled na obličejí náleží vnitřnímu, patrně smutnému příběhu, který tento člověk s největší pravděpodobností nechce druhým sdělovat. Z toho důvodu, dokud si ona osoba nepřeje hovořit svou vnitřní řečí, vnímám jako obyčejnou slušnost „nevidět“ jak se jeho vnitřní řeč prezentuje v jeho řeči těla. Stejně tak by pro therapy i badatele mělo být neustále výzvou umět vyhodnotit, která vyjádření dotyčná osoba používá, aby se zúčastnila společenských vazeb, a která nikoli. Laurence Singh, psychoterapeut a účastník mé dílny v Johannesburgu v březnu 2001, mi nabídnul slovní spojení „společenská oběť“ pro popis těch projevů, které přispívají k společenským vazbám na rozdíl od těch, které jsou osobní a nejsou určena k vytváření společenských vazeb.
7. *Pohyby jsou osobní.* Pohyby, které doprovází projevy, obzvláště pohyby při dýchání, jež formují a přivádí na svět vnitřní a vnější hlasy, jsou osobní. Dýchací pohyby jsou tak osobní jako otisky prstů. Vygotsky říkal: „Jsme hlasy, jež nás obývají.“ (Morson, 1986, str. 8). Možná bychom větu mohli jemně poupravit na: „Jsme pohyby, které utváří a přivádí na svět hlasy, jež nás obývají.“
8. *Vše se mění.* Hérakleitos ve své době řekl: „Všechno je v procesu změny, ale ke změně dochází podle neměnného zákona (logos), a tento zákon tvoří vzájemná souhra protikladů. Avšak tato souhra je taková, že působením odlišných sil ve výsledku vytváří harmonii.“ (Skirbekk, 1980, str. 29). Člověk by se možná mohl odvážit provést pár malých



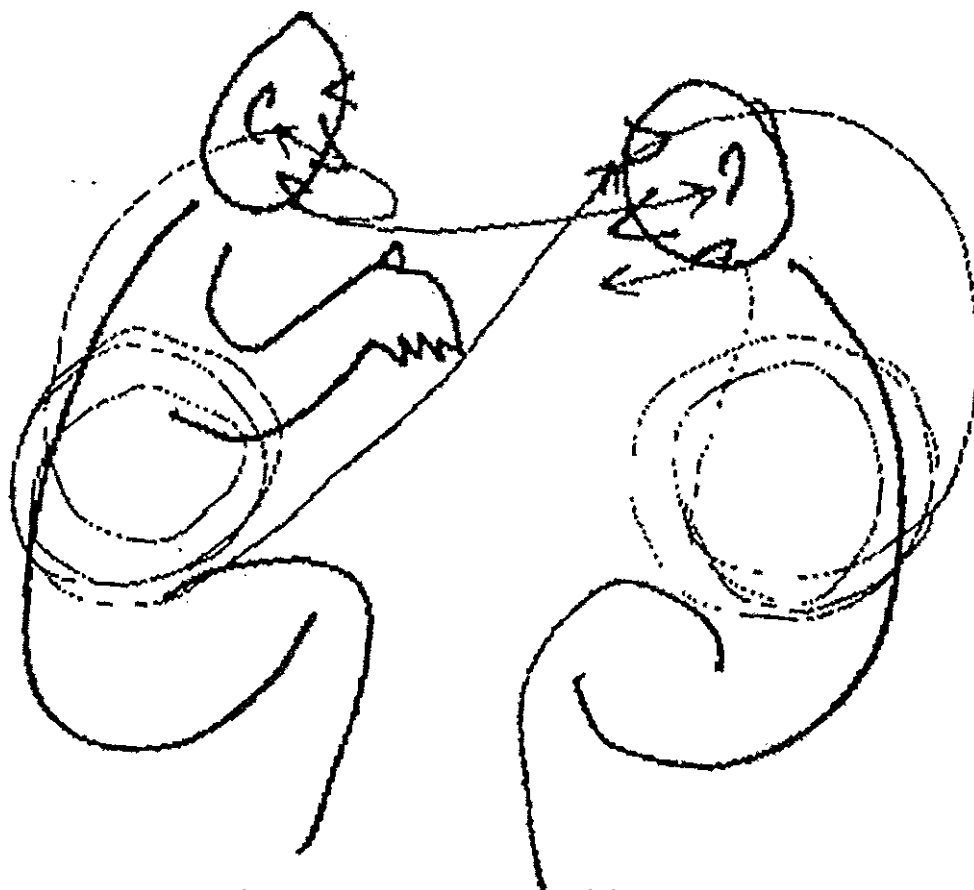
změn: „Člověk je v pohybech, ale tyto pohyby se dějí...“ nebo dokonce: „Člověka tvoří pohyby, ale...“ Když stojíme, a stojíme-li v rovnováze, svaly, jež se ohýbají v kolenou a na bocích, jsou aktivní „zároveň“ s těmi svaly, které se v kolenou a bocích napínají.

9. *Když člověk mluví nahlas, říká něco ostatním i sám sobě.* Momentálně se domnívám, že nejdůležitější osoba, ke které mluvím, jsem já sám. Jak jsem již zmínil výše, projevy jsou formativní a utváří naše porozumění. Wittgenstein a Georg Henrik von Wright napsali, že naše vlastní řeč mate naše chápání. Není možné, abychom „nebyli“ zmateni naší vlastní promluvou. Pokud patříme do určité komunity, např. profesní, pak musíme zcela jistě mluvit jazykem dané komunity. Člověk musí být ochoten dovolit si se tímto jazykem zabývat, chce-li v komunitě setrvat. A pokud její jazyk používá slovesa „být“ a „mít“, aniž by zároveň uvedl kontext a čas, člověk může, jak již bylo řečeno, lehce dojít k přesvědčení, že lidské bytosti jsou statické. Různé druhy jazyka – např. jazyk soutěžní, jazyk strategického managementu, jazyk patologie atd. – všechny mají své následky, jak pro osoby, jež jsou popisovány, tak pro ty, jež je popisují.

10. *Významy jsou vytvořené problémy.* Harry Goolishian zavedl v roce 1985 koncept „systému vytvářejícího problém“. Tvrdil, že problematická situace rychle přitahuje pozornost mnoha lidí. Tito lidé obvykle vytváří význam na základě dvou otázek: „Jak tomu mohu porozumět?“ a „Co mám dělat?“ Jestliže dva či více osob dojdou ke stejnému významu, jejich rozhovor je povede k opakování a potvrzení jejich významu, a rozvine se jen velmi málo nového. Pokud dva lidé či více dojdou k poněkud odlišným významům a jsou schopní si navzájem naslouchat, rozhovor mezi nimi lehce vytvoří nové a užitečné významy. Když ale dojdou dvě osoby či více k velice odlišným významům, pravděpodobně pro ně bude obtížné si vzájemně naslouchat. Možná se budou i přerušovat a opravovat. Když toto nastane, rozhovory často ztroskotají, a jestliže k tomu dojde, vzniká skutečně velký problém.

### **Náčrt konverzace**

Na obrázku číslo 1 člověk po levici hovoří a člověk po pravici poslouchá. Posluchač nejenže poslouchá každé slovo, ale také *vidí*, jak mluvčí přijímá svá vlastní slova. Posluchač si všimne, že některá z vyslovených slov mluvčího jsou nejen přijata a slyšena, ale také



Obrázek 6.1 Dvě rozmlouvající osoby.

*pohybují* mluvčím. (To je v nákresu znázorněno šipkou od ucha mluvčího k jeho srdci.) Tyto pohyby mluvčího mohou být vidět a/nebo slyšet. Někdy přelétne přes obličej mluvčího stín, ruce jsou sevřené či otevřené, ozve se zakašlání, může se objevit slza, nebo se člověk odmlčí atd. Posluchač chápe, že slova nesou význam, jenž nutí mluvčího znovu prožít něco, co už předtím prožil, bez pochopení, co to je. Posluchač je také často unesen a dojat tím, že si povšimne dojetí mluvčího. (Na to obrázek poukazuje šipkou vedenou směrem k srdci.) Chvilé, kdy jsou oba dojatí, jsou vhodné pro položení otázky či zmínění poznámky, což dále udržuje v chodu jak pohyby mluvčího, tak společný pohyb obou účastníků dialogu. Změna či rozšíření pohyblivých vyrazů může napomoci novému chápání obtížné situace, nebo nové myšlenky o tom, jaký krok by měl být dále podniknut od tohoto možná problematického momentu k dalšímu, snad méně obtížnému. (Obrázek # 1)

#### *Tři druhy pomlky*

Měli bychom si uvědomit, že existují tři druhy pomlky: (a) ta, která přichází po výdechu, než začne další nádech (pokud my terapeuti postupujeme pomalu a nespěcháme, aby klient našel odpovědi, můžeme přispět k tomu, že se klient spontánně nadechne, tj. nepotřebuje se nadechnout s pomocí vůle či síly), (b) ta, která přichází poté, co člověk

promluvil a přemýšlí pro sebe o tom, co právě řekl, a (c) odmlka, která přichází, když dojde na rozjímavou promluvu, když se znovu mluví o tom, co bylo právě řečeno, a tím pádem se o tom znovu přemýšlí, možná dokonce novým způsobem.

S pomocí těchto slov se tato kapitola odmlčí.