

## 28. česko-slovenská psychoterapeutická konferencia, Luhačovice 2011

**Dopad terorizmu na pole a individuálnu fenomenológiu**

Anton Polák

Udalosti, ktoré presahujú rámec bežnej ľudskej skúsenosti, a ktoré by boli stiesňujúce takmer pre každého, spôsobujú extrémne narušenie života. Katastrofické situácie, nech už sa dejú prirodzene (napr. záplavy, zemetrasenia) alebo sú zapríčinené človekom (vojna, násilie, teroristické útoky), sú udalosťami tohto druhu. Ich obeť zažívajú obrovské materiálne, fyzické či psychologické ujmy. Táto skúsenosť môže otriasť *základnými mentálnymi schémami*, bez ktorých je život neznesiteľný, pretože konštituujujú *pocit osobnej, funkčnej a interpersonálnej kontinuity*. Týmto základnými schémami sú presvedčenie o vlastnej nezraniteľnosti, dôveryhodnosti určitých ľudí, predvídateľnosti, zvládnuteľnosti a zmysle sveta.

Čím intenzívnejší je tento zážitok a psychologické narušenie, a čím väčší je počet postihnutých, tým hlbšie je narušenie normálnych vzorcov individuálneho, sociálneho a politického a ekonomického života. Paralyzujúca hrôza a bezmocnosť v konfrontácii s násilím, najmä keď sa javí ako tupé, nezmyselné a iracionálne, vedú k hlbokým zmenám v obvyklých ľudských vzorcoch vonkajšieho chovania – ľudia sa nielen vzdávajú svojich slobodných aktivít, záujmov a vzorcov, ale sú ochotní prijať aj obmedzenia občianskych práv a slobôd.

Na druhej strane strach, neistota a zúženie životných aktivít sú len prvou časťou emocionálnej a behaviorálnej reakcie na zážitok násilia. Ak je materiálna, fyzická a psychická ujma obrovská a krutá, je pre ľudí príliš ťažké ju integrovať a zabudnúť. Keď niekto stratí celý svoj majetok, partnera či rodinu, po úvodnom šoku môže nasledovať animozita, nenávisť, zášť a pomstychtivosť, ktoré môžu pretrvávajúť po celé generácie a zvečňovať násilie do bludného kruhu. Môžeme pozorovať, ako po pokusoch o dosiahnutie mieru paradoxne nasledujú násilné akty proti mieru. Výrazným príkladom je násobiac sa nedokončená záležitosť na blízkom Východe, v Iraku a ďalších podobných miestach. Bezpríkladná ľudská krutosť, masové násilie, etnopolitické konflikty a genocídy, vojna a teror sprevádzajú svet v celej jeho histórii, ale kým sa tieto akty neodohrávali v našej bezprostrednej blízkosti, zvykli sme si nepočítať s nimi ako s niečím, čo by mohlo byť súčasťou aj nášho života. Avšak udalosti, ku ktorým za posledných desať rokov došlo v New Yorku, Londýne, Moskve, Madride a naposledy v Oslo, spôsobili, že sa naše

pole sa zrazu zmenšilo a hrozba teroristického násilia sa stala každodennou prítomnosťou. Napriek množstvu opatrení sa toto nebezpečenstvo nielenže nezmenšuje, ale v spoločnosti, ktorá si za cieľ postavila ideu multikulturalizmu, môžeme pozorovať vzrastajúce signály polarizujúceho sa napätia hroziaceho výbuchmi násilia s ešte desivejšími následkami. Čo v ľudskej spoločnosti umožňuje a pomáha udržovať takýto vývoj a bráni integrácii odlišných kultúr?

Keď sa pozrieme na svet a ľudí z holistického hľadiska, môžeme vidieť, že tento vývoj má čo robiť s dvomi dôležitými aspektmi nášho psychologického aj sociálneho života, ktoré spolu úzko súvisia; prvým je zvláštny postoj k agresii a druhým prístup k odlišnosti.

Keď si u seba uvedomíme nejaký pud alebo zámer, s ktorým sme sa doteraz nestotožňovali alebo sme ho zvykli projekovať do druhých, máme strach, že ide o nejaký antisociálny pud či zámer. Zároveň je zrejmé, že určité obsahy nepotlačujeme preto, že by boli skutočne antisociálne, ale preto, že obsahujú určité reziduum, ktoré by potenciálne mohlo byť deštruktívne pre sociálne normy. Ako antisociálny obvykle chápeme súbor rozličných pudov a perverzií, ktoré sú označované za agresívne, napr. ničenie, deštrukciu, zabíjanie, bojovnosť, iniciatívnosť, dravosť, sadomasochizmus alebo dominovanie (PHG 1994). Postoje a činy nazývané agresívnymi zahŕňujú *určitý súbor v podstate kontakto- vých funkcií*, ktoré sa obvykle vzájomne prepojujú v akcii, a to práve je dôvod, prečo dostávajú spoločný názov, tj. *agresívne*. Niektoré z nich – zlosť, iniciatíva a ničenie – sú však nevyhnutné pre rast v organizmicko-environmentálnom poli. Organizmus v poli rastie tým, že inkorporuje, trávi a asimiluje nové látky, a to nie je možné bez deštrukcie existujúcej formy na asimilovateľné elementy bez ohľadu na to, či je to potrava, informácie, vplyv rodičov, rozdiely alebo predsudky, ktoré bránia spájaniu ľudí. Tieto kontaktové funkcie sú teda zdravými funkciami dobrého kontaktu nutného pre život, zažívanie slasti a ochranu organizmu v poli. Je nemožné ich redukovať bez straty hodnotných častí osobnosti, ako je sebadôvera, cítenie a tvorivosť. Iné agresie – napr. sadomasochizmus alebo dominovanie apod. – sú „neurotickými derivátmi“ alebo „fixáciami“ (PHG 1994). Táto celková zmes agresívnych postojov a činov sa však zriedka analyzuje presne a často je redukovaná ako celok.

Keď organizmus (jednotlivec či skupina) chce uspokojiť alebo uskutočniť nejaké chcenie alebo žiadosť, musí preko-

**Adresa pre korešpondenciu:** PhDr. Anton Polák, Ordinance klinického psychologa. Malátova 2405/9, 612 00 Brno-Královo Pole, ČR

nať (deštruovať) nezlučiteľné existujúce formy, ktoré tomu stoja v ceste. K dosiahnutiu toho potrebuje kontaktové funkcie obsiahnuté v hneve: iniciatívnosť, deštruovanie a ničenie. (V tomto zmysle je hnev pozitívnou vášňou; zjednocuje ľudí, pretože je zmiešaný s túžbou. Proces deštrukcie vzájomne nezlučiteľných foriem, s ktorými osoby prichádzajú, je vlastne podmienkou hlbokej zlučiteľnosti, to znamená vytvorenia novej figúry, v ktorej sa self oboch organizmov bude aktualizovať.) „Ak predchádzajúca forma nie je celkom deštruovaná a strávená, miesto asimilácie dochádza buď k introjekcii alebo sa tvoria oblasti bez kontaktu“ (PHG 1994). A s introjektom sa dajú urobiť iba dve veci: 1) môžeme ho odmietnuť alebo „vyvrhnúť von“, pretože je to cudzia látka v tele (a to je určitý druh zničenia), alebo 2) sa s ním môžeme čiastočne identifikovať (hlavne keď sa terčom agresie stane niečo, čo deštruovať „nesmieme“, napr. rodičia, kultúra alebo obraz o nás samotných, ktorý je výsledkom imitácie rodičov či kultúry alebo identifikácie sa s nimi). Pretože agresia je pociťovaná ako hrubá, antisociálna, self jej použitie odmieta. Pocity viny, ktoré sú dôsledkom zmiešania ničenia a hnevu, vedú self k tomu, aby sa svojej žiadosti vzdalo, aby ju potlačilo alebo utlmilo. Znamená to, že self sa pokúša zničiť časť seba samého, stáva sa seba-deštruktívnym. Keď je žiadosť takto potlačená, hnev nemá možnosť ako sa vybiť, nie je dokončený a mení sa na trvalo prítomné nenávisťné vyladenie, ktoré hľadá nejaký akceptovateľný a ospravedlňujúci spôsob vybitia.

Naša technologicky rozvinutá spoločnosť žije život charakteristický neustále narastajúcim bohatstvom. Vysoká životná úroveň so sebou prináša množstvo stimulov, ale – ako sa ukazuje – bez možnosti adekvátneho kreatívneho vybitia, bez reálnych možností pre iniciatívnosť a robenie dôležitých rozhodnutí. Životný vzorec je často naplánovaný takmer na minútu, a spontaneita a nespútaná vitalita sú penalizované. O čase a spôsobe uspokojenia určitej potreby nerozhoduje organizmická sebaregulácia, ale zvonku presadzovaná štruktúra. Verejné prejavy deštruktivity sú vytesňované v záujme občianskeho poriadku, ktorý je nevyhnutnou podmienkou produktivity a bohatstva. Obyčajným ľuďom sa bráni v prejavoch hnevu a fyzickej agresie a oni sa stávajú mimoriadne bezmocnými. Nemajú žiadnu skutočnú moc rozhodovať, majú iba obmedzenú možnosť vyvíjať tlak, ktorý tí, čo sú pri moci, dokážu ľahko obísť. Ich deti rastú vedené k tomu, aby boli citlivé, tolerantné, slušné a aby spolupracovali. Napriek tomu príležitosti alebo dôvodov k hnevu vôbec neubúda. Stále je plodený malý hnev, ktorý nikdy nie je vybitý, a veľký hnev, ktorý by mohol viesť k iniciatíve, je potlačený. „A keď človek nemôže mať zlosť, nemôže ani milovať“ (Goodman, 2003).

Táto situácia však má riešenie, ktoré skvelo dokážu využívať demagógovia všade na svete. Týmto riešením je premietnuť hnev von, do vonkajšieho poľa. Je treba iba nájsť nejakú vzdialenú príčinu, ktorá je dostatočne veľká na to, aby adekvátne vysvetlila hnev, ktorý sa nedá vysvetliť banálnymi frustráciami. Je potrebné nájsť niečo alebo niekoho, koho stojí za to nenávidieť, je potrebné nájsť Nepriateľa. Nenávisť sa tak stáva dobrou, spoločenskou prijateľnou a oprávnenou, zvlášť keď sa o nájdenie Nepriateľa postará niekto iný, nejaká autorita: vláda, vodca, mocenská elita. Príklad je zrejmy z histórie: riešenie obecnej frustrácie začína vyprovokovaním nacionalistických pocitov v ľuďoch

a narastajúci nacionalizmus je nakoniec nasledovaný násilnými činmi proti spoločnému nepriateľovi. Najvhodnejším kandidátom pre rolu Nepriateľa je niekto, kto sa od nás líši: černi, bieli, Židia, neáriji, triedni nepriatelia, katolíci, protestanti, moslimovia, Američania, vláda, veľmoci, menšiny vo všeobecnosti, národy s odlišnou kultúrou... Tí, čo nejdú našou (to znamená jedinou „správnu“) cestou, sú menej než My, pretože sú iní, odlišní, oni sú „Oni“. Keď ľudia začnú rozlišovať na „My“ a „Oni“, keď začnú odcudzovať časti poľa, ktorého sú sami súčasťou, začínajú vytvárať základ pre tie hrozné veci, ktoré opakovane pozorujeme alebo priamo zažívame v posledných sto rokoch.

Vo vzťahoch aj spoločenstvách, či ide o príslušníkov rôznych národov, kultúr či vyznaní, sa neustále udržuje presvedčenie, že to, čo spája, je podobnosť. Rozdiel, odlišnosť sú vnímané negatívne. My však nežijeme mimo kontext, môžeme existovať iba v širšom poli ako jeho súčasť. Jean-Paul Sartre (Spinelli, 1989) hovorí, že podmienkou toho, aby sme si mohli uvedomovať seba samých ako self s vlastnou identitou, je uvedomovanie si druhých, pretože jediný prostriedok, ako môžeme byť sami pre seba, spočíva v našom kontraste s odlišnosťou od ostatných... Druhí teda tvoria integrálnu a esenciálnu zložku self. Self a druhí sú nerozlučne vzájomne spojení.“ Preto u všetkého, čo robíme, musíme brať do úvahy účinkov, ktorý to môže mať na ostatných, nech sú od nás akokoľvek vzdialení.

„My“ a „Oni“ nie je dichotómia, ale skôr kontinuum progresívnych sústredných kruhov, ktoré začínajú s „ja, po ktorom nasleduje ja a ty, rodina, priatelia a známi a pokračujú ešte širšími sústrednými kruhmi s ľuďmi, ktorých nepoznám a ktorí sú mi podobní, k tým, ktorí sa odo mňa líšia a potom k ľuďom, o ktorých ani neviem, že vôbec existujú na nejakej úplne inej časti planéty“ (Resnick, 2001).

Avšak čím ďalej zostupujeme po tomto kontinuu, tým viac je ten druhý od nás oddelený. A keď je oddelený do toho najvzdialenejšieho pozadia, stráca svoju ľudskosť, stáva sa dehumanizovaným, a s ako takým sa s ním môže zachádzať bezohľadne, je dokonca dovolené zničiť ho. Ale tak ako každý z nás je pre niekoho iného tým iným, z jeho pohľadu sú to oni, kto je plne človekom a my nie. A musíme si uvedomiť, že v totalitne organizovaných spoločenstvách, kde sa dôraz na podobnosť a rovnakosť spája so základným živočíšnym strachom, pocitom životnej mizérie a neistoty, sa podhubie pre patologickú nenávisť voči iným, odlišným, zakladá najľahšie.

Ako psychoterapeuti vieme, že životaschopnosť akéhokoľvek vzťahu nezávisí od podobnosti strán, ktoré do neho vstupujú, rozhodne nie od takej miery podobnosti, o akej nás presvedča spoločne zdieľaný kultúrny introjekt o dôležitosti podobnosti. Vieme, že vzťah – či ide o vzťah jednotlivcov, skupín, spoločenstiev či kultúr – závisí od vyriešenia úplne inej úlohy, než je zabezpečenie podobnosti. Táto úloha znie: Ako sa spojiť a pritom zostať sám sebou? Vo svetle predchádzajúcich úvah je jasné, že jej úspešné riešenie nie je možné bez použitia agresie, bez kontaktovej funkcie, ktoré sú v nej obsiahnuté. Agresia je potrebná tak pre deštrukciu vzájomne nezlučiteľných foriem brániacich spojeniu, ako aj pre ochranu a udržanie si vlastnej identity. Ak sa nejaká kultúra a jej príslušníci budú vzdávať agresie, tj. tej vášne, ktorá je potrebná k uchovaniu vlastnej identity,

hrozí jej zánik. Integrácia nie je možná bez spojenia, bez ochoty k nemu, ale spojenie bez uchovania identity strán, ktoré o spojenie usilujú, nevytvára vzťah ale splynutie, konfluenciu. Hoci niektorí politici otvorene hovoria o zlyhaní projektu multikulturalizmu, stále väčší je počet tých, ktorí východisko zo súčasnej situácie, kedy je svet ohrozovaný najmä expanzívnym radikalizujúcim sa islamom, vidia v ešte väčšej tolerancii a demokracii a to aj pre tých, ktorí hodnoty a pravidlá demokratickej spoločnosti - slobodu slova, náboženskú toleranciu či rovnosť pohlaví - od začiatku otvorene odmietajú a dávajú jasne najavo, že sa nimi nehodlajú riadiť. Voči spojeniu s kultúrou, do ktorej prichádzajú, sa stavajú otvorene nepriateľsky a zároveň sa stále viac pokúšajú utužiť kohéziu vlastných spoločenstiev tlakom na vnútornú podobnosť. Pritom nám, ako príslušníkom väčšiny, je neustále zdôrazňovaná nutnosť chápania a tolerancie a miesto ochrany vlastnej identity sú nám podsúvané historické pocity viny. Miesto jasného postoja, ktorý hovorí, že ak sa niekto dožaduje práv (ktoré mu demokratická spoločnosť zaručuje), musí k nim prijať aj zodpovednosť a záväzky, je nám vnucovaný pokrytecký postoj, ktorému sa hovorí „politická korektnosť“. Kto zodpovednosť a záväzky odmieta, nezasluhuje si ani práva. Pokiaľ nebudeme integráciu podmieňovať rešpektom k základným hodnotám demokratickej spoločnosti a miesto toho budeme nechote pokrytecky ustupovať, či dokonca „v záujme tolerancie“ okliešťovať hodnoty a kultúrne zvyky, ktoré sú súčasťou našej vlastnej identity, hrozba vlastného zániku bude stále reálnejšia. Je absurdné, ak popredná európska operná scéna siahne z programu Mozartovu operu *Idomeneo* len preto, že v jednom z obrazov vystupuje hlava proroka Mohameda a to by mohlo uraziť moslimov, ktorí v krajine žijú. Alebo keď sa z podobného dôvodu BBC rozhodne pri uvádzaní letopočtov vynechať určenie „pred Kristom“ a „po Kristovi“, zatiaľ čo v rovnakom čase sa skupina radikálnych britských moslimov nahlas dožaduje práva priamo v Británii vytvoriť nezávislý moslimský štát, ktorý by sa riadil šarijou a nie britskými zákonmi.

Spoločenstvo, ktoré agresiu vylučuje ako antisociálnu, sa začína stavať do opozície voči zmene a životu vôbec. Potom bude životom zničené alebo bude znamenať život v spoločných troskách. Ani ničivý terorizmus, ani pacifis-

tická antipropaganda na vyriešenie súčasnej situácie vo svete nestačia. Pacifisti môžu iba zvyšovať osobné pocity viny. My, ako psychoterapeuti, nie sme iba profesionálmi s určitým špecifickým zameraním v terapeutickej praxi, sme tiež občanmi sveta, ktorí si musia byť viac vedomí toho, ako naše individuálne fungovanie ovplyvňuje globálnu, sociálnu aj občiansku politiku. Nie je úlohou Gestalt terapie poskytnúť riešenia komplexných fenoménov, s ktorými je konfrontovaný súčasný svet. Je to úlohou nás všetkých. Avšak naša teória a prax, jej „veľmi osobný (fenomenologický), veľmi interpersonálny (dialogický) a veľmi sociálny a politický pohľad na svet (teória pol'a)“ (Resnick, 1997) môžu byť nádejnou inšpiráciou tak pre všetkých členov spoločnosti ako aj pre jednotlivcov a spoločenské vedy, od ktorých sa očakáva riešenie týchto procesov v ich kontextoch. Inak budú s návrhmi na riešenie prichádzať rôzni extrémisti, politickí dobrodruhovia a rôzni iní gauneri.\*

---

\*Práca bola prednesená na 28. česko-slovenskej psychoterapeutickej konferencii, Luhačovice, 2.-5. 11. 2011.

## Literatúra

**Goodman, P.:** Some Remarks on War Spirit. News and Notes, GJP 2003.

**Perls, F., Hefferline, R., Goodman, P.:** Gestalt Therapy – Excitement and Growth in the Human Personality. The GJP, 1994.

**Resnick, R.:** When other is less than... GT Conference at Hofstra University, 1997.

**Spinelli, E.:** The Interpreted World, Sage, 1989.

*Do redakcie došlo 25.1.2012.*

*Akceptované pre publikovanie 22.6.2012.*