

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
3. LÉKAŘSKÁ FAKULTA

Ústav etiky



Marta Fahrnerová

**Komu patří naše tělo?
O vztahu člověka k vlastnímu tělu**

*Who Belongs Our Body to?
About the Relationship of People to Their Own Body*

Diplomová práce

Praha, srpen 2010

Autor práce: Marta Fahrnerová

Studijní program: Všeobecné lékařství

Vedoucí práce: **Mgr. Marek Vácha, PhD.**

Pracoviště vedoucího práce: **Ústav etiky 3. LF UK**

Datum a rok obhajoby: 2.9.2010

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem předkládanou práci vypracovala samostatně a použila výhradně uvedené citované prameny, literaturu a další odborné zdroje. Současně dávám svolení k tomu, aby má diplomová práce byla používána ke studijním účelům.

Prohlašuji, že odevzdaná tištěná verze diplomové práce a verze elektronická nahraná do Studijního informačního systému – SIS 3.LF UK jsou totožné.

V Praze dne 16. srpna 2010

Marta Fahrnerová

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala Marku Váchovi za jeho nesmírnou laskavost, že celou práci zaštilil a zároveň poskytl její autorce dostatek volnosti při psaní. Chtěla bych poděkovat Miloši Mauerovi za dobré rady, inspiraci a neuvěřitelně bohatou knihovnu, která mě vždy něčím příjemně překvapí.

Obsah

OBSAH	5
ÚVOD	6
1. VLASTNICTVÍ TĚLA	7
1.1 ODPOVĚDI SKRZE PŮVOD SLOV	7
1.2 TĚLO V ZÁKONECH.....	8
1. TĚLO, TĚLESNOST A HISTORIE	10
2.2 DUALISMUS DUŠE A TĚLO.....	11
3. TĚLO V SOUČASNOSTI	14
3.1 ZDRAVÍ JAKO CENTRUM ZÁJMU A PŘEDMĚT OBAV	14
3.2 TĚLO JAKO PŘEDMĚT POD DOZOREM	15
3.3 VNĚJŠÍ VZHLED, IDEÁL KRÁSY A STÁŘÍ.....	16
3.4 TĚLO JAKO OBJEKT NEBO SUBJEKT?	17
3.5 BIOENERGETICKÝ POHLED	19
3.5.1 <i>Vědomí</i>	20
3.5.2 <i>Sebevyjadřování</i>	23
3.6 JE TO MOJE TĚLO	23
4. NEMOCNÉ TĚLO A MEDICÍNA	25
ZÁVĚR	27
SOUHRN	29
SUMMARY	30
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	31
PŘÍLOHA	35

Úvod

Téma mé diplomové práce „Komu patří naše tělo?“ se vynořilo před třemi lety během výuky „Komunikačních dovedností v praxi lékaře“ s doktorem Marxem. Tehdy jsme diskutovali o výstavě „Bodies“^{*} a zacházení s lidskými ostatky. Od té doby se má představa o náplni tohoto tématu postupně utvářela a mně osobně přišlo zajímavější položit si otázku ohledně vlastnictví spíše těla živého, přičemž nejzajímavější není ani tak zodpovědět otázku samotnou, jako zkoumat její pozadí – vztah člověka ke svému tělu a ke své tělesnosti, proměny identifikace člověka s vlastním tělem a nakládání s ním. Během studia medicíny jsem se mnohokrát setkala se situací, kdy bylo s tělem nějak nakládáno a já se ptala sama sebe, jestli jsme vlastně oprávněni tak činit a pokud ano, tak o co se opírá naše oprávnění, ať už to jsou zákony, tradice, současný názor vědeckých odborníků, filozofů nebo veřejnosti atd. Téma vztahu k vlastnímu tělu zasahuje do mnoha oblastí lékařské etiky.

Velmi mě ovlivnila stáž na pražské Psychosomatické klinice, kde jsem se začala intenzivněji zabývat celostním přístupem k pacientovi a klíčbě nemocí s tělesnými projevy. Tento pohled podporuje myšlenku, že mnoho nemocí nebo špatného zacházení s vlastním tělem, jež může vést k úrazu nebo onemocnění, je zapříčiněno narušeným vztahem k tělu, nepřijetím jeho podoby a oslabeným či chybějícím ztotožněním se se svým tělem. Takřka nadčasově (nebo v jistém smyslu archaicky) působí text o bioenergetice, psychoterapeutickém směru využívajícím práci s tělem pacienta, který napsal Alexander Lowen v roce 1975. Tato kniha byla jedním z nejvýznamnějších zdrojů, ze kterých jsem čerpala.

Preventivní přínos své práce vidím v tom, že se v ní snažím vyzdvihnout, jak je důležité věnovat pozornost vztahu lidí, resp. pacientů ke svému tělu. Dobré spojení s vlastním tělem je nezbytné pro tělesné a duševní zdraví člověka a je prevencí zneužití lidského těla a znevážení lidské důstojnosti.

^{*} „Bodies... The Exhibition“ je výstavou putující po celém světě. V roce 2007 byla na několik měsíců umístěna v pražské Lucerně. Jedná se o prezentaci skutečných lidských těl, jež jsou anatomicky vypreparována a ošetřena speciální konzervační metodou – plastinací.¹ Výstava vyvolala celou řadu diskuzí ohledně její etické přípustnosti.

1. Vlastnictví těla

Komu patří naše tělo? Patří naše tělo vůbec někomu? Zajisté je nanejvýš neobvyklé zpochybňovat klíčovou otázku hned zpočátku. Musím přiznat, že jsem paradoxní název, kde se ptám, komu patří to, co označujeme jako „naše“, volila záměrně tak, aby mírně provokoval. Mohlo by snad „naše tělo“ patřit někomu jinému než nám samotným? Dnes a denně se setkáváme se situacemi, kdy je tento tak trochu absurdní dotaz naprosto namístě – ať už se jedná o tělo neživé, které se má pohřbít, zkoumat, rozebrat a darovat, prodat či vystavit, nebo tělo živé – zdravé, nemocné, sebe darující, prodávající nebo přijímající část těla jiného.

1.1 Odpovědi skrze původ slov

Důležité je objasnit, co se vlastně skrývá v původní otázce – konkrétně ve slovu „patřit“. Původ slova „patřit“ není zcela jednoznačný. Etymologický slovník nás odkazuje na praslovanská slova „patriti“, „patrati“, která by mohla mít původ v indoevropském „pā-tro“, což znamená „potrava, krmení“. To posouvá význam slova k „živit, dbát“, doslova „opatrovat“. Dalším významem je „příslušet, náležet“.¹

Lidská bytost, jak vyplývá z Listiny základních práv a svobod, nemůže být vlastnictvím nikoho. To znamená, že člověk nemůže vlastnit ani sám sebe. Je však jasné, že moje tělo jaksi patří víc mně než paní Novákové od naproti. Nabízí se velmi výstižná spojka „k“, patřit „k“ někomu. Moje tělo ke mně nějak přirozeně patří. Otázkou života a smrti je svoje tělo „opatrovat“, dbát o něj, živit ho, zaopatřovat teplem, pohybem, odpočinkem atd. A co naše tělo – zaopatřujeme my je nebo spíše ono nás? Máme jinou možnost života než skrze svoje vlastní tělo? Naše tělo nás zaopatřuje formou, dává nám možnost vyjádření sebe sama, možnost existence na Zemi.

1.2 Tělo v zákonech

Pokud nahlédneme do Sbírký zákonů České republiky, nenalezneme nic, co by nasvědčovalo tomu, že se lidské tělo může stát klasickým předmětem vlastnictví. Zákony upravují jen to, kdo má právo o těle rozhodovat a nakládat s ním, ať už se jedná o tělo živé nebo lidské ostatky. V dnešní době se však stále častěji – zejména v souvislosti s vědecko-medicínským „pokrokem“ - objevují situace, které poukazují na nepřiléhavost a nedostatečnost zákonů. Často si v takových případech klademe otázku, jestli je to v souladu s lidskou důstojností. Gilles Lipovetsky trefně píše, že *„první místo v žebříčku demokratických hodnot všeobecně zaujímá úcta k lidské důstojnosti, avšak její zhmotnění již podléhá různým výkladům.“*²

Jako příklad bych uvedla tzv. „náhradní matky“, kdy se žena nabídne, že jiné ženě odnese plod ve své děloze a po porodu jí ho opět odevzdá do péče. Nejen že tu narážíme na zákon jiný – totiž že matkou je žena, která dítě porodí, ale dostáváme se i k problematice toho, jestli vůbec a případně jakou částku by žena za odnošení plodu měla požadovat. Marek Vácha píše o Kantově rozlišování mezi cenou a důstojností, z čehož vyplývá, že co má hodnotu samo o sobě a čemu náleží důstojnost, nemůže být přepočítáno na peníze.³ Podle čl. 21 Úmluvy o lidských právech a biomedicíně se lidské tělo jako takové ani jeho části nesmějí stát předmětem finančního prospěchu.⁴ Pokud bychom čistě teoreticky tuto praxi považovali za eticky přípustnou, jak vysokou určíme onu částku, aby se nestala odměnou za službu, ale praktickou a spravedlivou kompenzací? Kde je hranice toho, kdy by lidské tělo bylo přisouzením peněžní částky degradováno na věc, se kterou se může obchodovat?

Ve věci darování oocytů se došlo k tomu, že adekvátní náhradou výdajů pro dárkyni je částka okolo 15 000 až 20 000 Kč. Přesto se ke mně z řad známých doneslo, že dárcovství vajíček, jež je velmi oblíbené mezi zdravotními sestrami, se často provozuje zejména z důvodu lákavé finanční odměny. Pokud pomíneme zdravotní riziko a porovnáme částku s běžným platem mladé sestřičky, tak nás to nemůže překvapit. Při darování spermií, které je pro dárce ze zdravotního hlediska naprosto bezrizikové, se pohybujeme v řádu stovek. Avšak muž může svůj zárodečný materiál darovat mnohem častěji. Proto i zde se setkáváme s výraznou finanční motivací.

Zajímavou skutečností je to, že celkový počet žen, které za posledních pár let darovaly svoje vajíčka prostřednictvím ÚPMD v Praze 4 Podolí, se pohybuje dle vedoucí lékařky Oddělení asistované reprodukce Jitky Řezáčové jen okolo dvaceti. Takřka ve všech případech se jednalo o známé pacientek s poruchou plodnosti. Tím, že pacientky takto přivedou svou příbuznou či kamarádku, posunou se v pořadí čekatelek na dárcovské oocyty. Samozřejmě dostanou vajíčko od někoho jiného, lépe řečeno anonymně. Naproti tomu na zlínské Klinice reprodukční medicíny a gynekologie tento způsob léčby neplodnosti „rozjeli ve velkém“ a počet dárcyň se zde dle doktorky Řezáčové pohybuje ve zcela jiných rádech (podle ceníku uvedeném na webových stránkách kliniky za obdobnou výši „kompenzace“). Není tajemstvím, že se na této klinice čile praktikuje i metoda náhradního mateřství. Jak v případě dárcovství gamet, tak v případě náhradních matek, se pohybujeme kdesi v legislativním vakuu. Nic z toho není zakázáno, ovšem ani povoleno. To je důvodem, proč existuje tak zásadní rozdíl v nabídce „služeb“ mezi různými odděleními asistované reprodukce. Kliniky si mohou samy určit, co se dělat smí a co ne. I tato nejednotnost poukazuje na to, že tyto praktiky nakládání s vlastním tělem jsou velmi kontroverzní, názory na ně velmi různé a pevné zasazení do legislativy nesnadné. Zákonodárci si toho musí být dobře vědomi – vždyť nejstaršímu dítěti, které se u nás narodilo pomocí náhradní matky, bude dnes okolo 12ti let.⁵

1. Tělo, tělesnost a historie

„V historiografii dlouho panovala představa, že tělo je záležitostí přírody, a ne kultury. Tělo však má své dějiny. A samo je jejich součástí.“¹ To je základním sdělením úvodu knihy Jacquese le Goffa a Nicolase Truonga „Tělo ve středověké kultuře“. Autoři popisují postoj Marcela Mause, jenž tělo chápe jako první a nejpřirozenější nástroj člověka a proto považuje za zásadní věnovat se zkoumání nakládání s vlastním tělem, pokud chceme porozumět historii člověka jako takového.² „Přes dějiny těla lze možná... o něco lépe pochopit naši dobu.“³

2.1 Význam středověku

Z historie těla je z evropského pohledu stěžejní právě středověk, protože z této doby *„pocházejí mnohé prvky naší mentality a našeho chování a rovněž tak některé naše přístupy k tělu, i když ke dvěma hlavním obrátům došlo v 19. (vzkříšení sportu) a 20. (v oblasti sexuality) století.“⁴ Navíc snad nikdy jindy nebyl vztah k tělu tak rozporuplný a plný protikladů. Tím je toto období z hlediska studia vztahu člověka k vlastní tělesnosti velmi názorné.*

Jedním z tehdejších hlavních napětí bylo to mezi tělem a duší. Tělem bylo na jedné straně pohrdáno, bylo odsuzováno a pokořováno. „Na prahu středověku papež Řehoř Veliký nazývá tělo „odporným šatem duše“.⁵ Prvotní hřích se vykládá jako hřích sexuální a nejvíce na něj doplácí tělo – tím, že je odsouzeno k fyzické práci, utrpení, bolesti a skrývání své nahoty. Na druhé straně je tělo glorifikováno, nejvýrazněji skrze Krista, vtěleného Boha. Vždyť „eucharistie, jádro křesťanského kultu, je Kristovým tělem a krví.“⁶ Podstata obřadu Svatého přijímání je až nápadně prodchnutá tělesností. Důkazem úcty k tělu je i fakt, že život v ráji, který lidi čeká po smrti, se neomezuje jen na jejich duše, ale zahrnuje i jejich těla, která jim budou na onom světě navrácena.⁷

2.2 Dualismus duše a tělo

Kde se vlastně vzalo rozdělení člověka na tělo a duši? V dávných dobách nebyla duše od těla prožitkově odlišována. A lidské tělo, jako nedílná součást lidské existence, se těšilo zbožné úctě. Počet lidí byl tehdy malý, délka života krátká, proto žena a plodnost jejího těla byly nanejvýš důležité. Vznikaly různé kultury, které úzce souvisely s tělesností. Stáří sošek Venuše se odhaduje na 25 000 let. U zemědělců mladší doby kamenné byla též uctívána plodnost, bohyně Matka. Z mladší doby kamenné a bronzové se rovněž dochovaly megality, jako tzv. falické symboly⁸, které rovněž souvisejí s plodností. Části lidského těla, které souvisely s rozmnožováním, byly posvátné a jejich kultury součástí starých přírodních náboženství. V kulturách postavených na ženských hodnotách, na hodnotách plodnosti, existovala např. tzv. posvátná prostituce. Pohlavní akt se těšil veliké úctě a byl výrazem zbožnosti. V prosebných modlitbách byl nabízen bohyni lásky, vášně či plodnosti jako dar. Posvátné prostitutky se vyskytovaly ve všech velkých civilizacích po tisíce let.⁹ Je důležité poznamenat, že obyčejné profánní prostitutky, o jejichž „řemesle“ se traduje, že je nejstarším ze všech, byli vždy považováni za ponížené a opovrhované. Dokonce se stávalo, že některé ženy se dostali do nevěstinců za trest za spáchaný zločin.¹⁰ Celkově však lze říci, že se v archaických kulturách tělesné a duchovní prolínalo, překrývalo, duše s tělem byly spojené a smířené.

Podle Stanislava Komárka se představa oddělené duše od těla „táhne“ od rané antiky.¹¹ Ovšem nutno podotknout, že v antice nedošlo k zásadnímu porovnávání hodnot obou aspektů člověka, které by vedlo do takových krajností jako uctívání jednoho a zatracování druhého. Ve starověkém Řecku se tělo a jeho krása pěstovala v míře daleko přesahující kulturu těla praktikovanou ve středověku.¹² Ostatně z antiky pochází i rčení „ve zdravém těle zdravý duch“, což znamená, že mezi tělem a duší existovalo zároveň úzké propojení. Na druhé straně je ale také pravdou, že Platón chápe tělo jako vězení duše, jež připoutává duši pomocí pudů a smyslů. Filozofický život by měl být co nejvíce vzdálen tělesnému. A právě žádostivost – původu jasně tělesného – je zdrojem většiny lidského utrpení.¹³ Aristoteles pojímá duši jako formu těla. (ve významu forma pro tělo) a člověka jako složeného z hmotného smrtelného těla a z nehmotné nesmrtelné duše. Avšak „*tělo a duše jsou neoddělitelné. Tělo je vnějšek (foris), duše vnitřek(intus) a komunikují*

skrze celou síť vlivů a znamení.“¹⁴ Historie filozofie spočívá v tom, jak se oprostit od tohoto světa, od hmoty, která svazuje, omezuje. Podobně to je s historií náboženství. Tělo je pro člověka nesvobodou. Být svobodný pak znamená něco jako let duše. Pokud dosáhneme svobody, pak tělo pouze užíváme, ale už jím nejsme.¹⁵

Jak už jsem zmínila výše, postoj k tělu byl ve středověké společnosti vrcholně ambivalentní a tělo bylo obvykle pojímáno v přímém protikladu k duchovnímu a duševnímu. Hádku duše s tělem je typickým středověkým tématem.¹⁶ Avšak opět nedošlo k úplnému oddělení. Na příklad ve středověku neexistuje nemoc, která by se netýkala celé bytosti a nebyla symbolická. Malomocný je považován za hříšníka, který hledá, jak svou duši a tělo zbavit poskvrnění. Tělesné dění nebylo možné oddělit od duchovního významu, lidé stonali vždy psychosomaticky. *„Duši neoddělil radikálně od těla středověk, ale rozum klasicismu 17. století.“*¹⁷ Descartes považuje samotné tělo jako pouhý stroj. Výrok „myslím, tedy jsem“ nelze aplikovat na zvířata, proto na ně pohlíží jako na sofistikované automaty.¹⁸

Dělení lidské bytosti na duši a tělo souvisí s naším myšlením a vnímáním světa, *„zejména ve své západní variantě, které je svou povahou polární, tj. není schopno vnímat nějakou věc „panoramaticky“ jedním pohledem, ale rozpadá se mu do párových protikladů, mezi nimiž je možný jen náhlý přeskok. Polární rozlišován různých aspektů světa pojmovými páry (zlý-dobry, horký-studený) přispívá k naší schopnosti rozlišování a diferencovanějšímu vztahu k světu a odpovídá i našemu rozdílnému emocionálnímu prožívání obou složek téže dimenze. Lev se nám může střídavě jevit jako královská šelma i jako lidožravá bestie.“*¹⁹ Problém nastává, když dichotomii považujeme za světu bytostně vlastní. Eva s Adamem byli vyhnáni z Ráje ve chvíli, kdy začali rozlišovat dobré a zlé.²⁰ Příroda sama není dobrá ani špatná, *„věci se v přírodě jednoduše dějí, bez morálního znaménka... neboť zde nikdo nemá svobodnou vůli, nikdo nemůže volit dobro ani zlo“.*²¹ Proto zde ani neexistuje vina nebo stud. *„Pouze člověk je propuštěnec přírody... z 30 milionů druhů organismů na Zemi jsme jediní, kdo neseme břímě svobody, možnosti volby“*²² a zodpovědnosti. Často to není ani tak možnost, jako spíše nutnost volby a příčina naší rozpolcenosti. To, že jsme schopni vidět místo jedné věci mnoho jejích součástí a odděleně je zkoumat, nám sice umožňuje precizní analýzu, ale celkový obraz dané věci se nám jaksi rozpadá a skutečnost se nám nezadržitelně vzdaluje. Studenti prvního ročníku medicíny člověka dokonale rozeberou na buňky a chemické reakce, ale nezískají tím

rozhodně lepší představu o lidském těle jako takovém ve své celistvosti a souvislostech a ještě méně o svých budoucích pacientech, živých lidech.

Zajímavé je, že v archaických jazycích existují výrazy, jež ve svém významu zahrnují oba protiklady. Např. slovo farmakon znamená jed i lék.²³ Vyjadřuje to celistvější pohled tehdejších lidí na svět. Ale také větší nesvobodu. Lidský život byl většinou pevně daný. Nebylo potřeba nějakého rozlišování, protože stejně nebyla možnost volby. Současná, zejména západní společnost nás zahlcuje nepřeborným množstvím možností a neustálou nutností se rozhodovat. Za určitou míru svobody jsme museli zaplatit svou rozpolceností.

Podivnou novodobou složeninou je výraz „psychosomatika“, jež v sobě sjednocuje oba protipóly a snaží se tak vyjádřit, že je míněn celek.²⁴ Tento pojem pochází ze začátku 19. století. Původně byl používán v souvislosti s poruchami spánku, které mohly souviset s určitými duševními stavy a náladami. Význam slova se postupně krystalizoval a vyvinul se tak jedinečný postoj k diagnostice a léčbě lidských onemocnění, který zastává názor, že nikdy neochoří pouze duše nebo tělo, ale celá bio-psycho-sociální jednotka.²⁵ Neodpustím si poznamenat, že veškeré naše snahy o celostní přístup k člověku jsou stále velmi namáhavé – samotné slovo „bio-psycho-sociální“ je bizarním výtvozem, který autora musel stát velké úsilí.

3. Tělo v současnosti

3.1 Zdraví jako centrum zájmu a předmět obav

Dnešní dobu charakterizuje odklon od tradičních hodnot a sítí jako je rodina, stát nebo církev. Naopak sílí význam individualismu. Život člověka jako jednotlivce je ceněn více než kdy dříve. *„Zdraví je povýšeno na prvořadou hodnotu a jeví se jako všudypřítomné centrum zájmu takřka bez ohledu na věk. Téma zdraví se stalo klíčovým atributem v oblasti výživy, turistiky, bydlení i kosmetiky.“*¹ Ve výčtu oblastí by se dalo bezpochyby pokračovat. Vztah ke spotřebě je dnes pod přímým vlivem sílících obav o vlastní tělo a jeho zdravotní stav. Gilles Lipovetsky to ve své knize Paradoxní štěstí nazývá „medikalizací spotřeby“. Jak jsme dokázali prodloužit lidský život (takřka na dvojnásobek) a zmírnili utrpení pomocí zvýšení životního standardu a léčby nemocí, tak stejnou měrou narůstají obavy. Nekonečný lékařský zápas posiluje obavy z rizik. Pocit ohrožení je všudypřítomný, vše lze považovat za nebezpečné.²

Tento strach rozhazuje své sítě skrze celou společnost. Začíná to ještě před narozením, ba někdy i před samotným početím. Těhotná žena podstupuje celou řadu preventivních vyšetření, které samozřejmě nejsou zaměřené na to, aby ženu ujistily, že čeká krásné zdravé dítě, ale spíše na stanovení pravděpodobnosti rizika. Riziku a obavám se nevyhne nikdo. Dokonce i zcela zdravá žena se zcela zdravým plodem budou mít přisouzeno riziko vzniku anencefalie či Downova syndromu v podobě byť jen zcela mizivého procenta. (Další věcí je, že zcela zdravým člověkem je dnes míněn spíše člověk nedbale vyšetřený.) Medicína nás sice velmi dobře opečovává – vždyť nic nezatočilo s dětskou úmrtností právě tak jako zavedení povinného očkování – ale zároveň nás tím uvrhla do věčných obav o své zdraví a potřeby věčně nějaké prevence, která má sloužit k tomu, abychom měli svůj osud neustále pod kontrolou. Pokud se vyskytne něco, co ohrožuje tuto naši snahu vše ovládat, vzbuzuje to v nás velikou úzkost. Také je pravda, že *„na jedné straně lékařská efektivita rozšiřuje lidskou kontrolu nad vlastním životem, ale na druhé vytváří bezmocného konzumenta... Pacient rozhoduje o tom, že půjde na*

prohlídku a nechá se léčit“ (vyjma dětských pacientů, kteří na výběr nemají), „ale to je asi tak všechno... *Pak už všechny karty drží vědeckotechnická mašinerie*“.³

3.2 Tělo jako předmět pod dozorem

Lipovetsky ve své knize poznamenává, že řada vysledovaných postojů poukazuje na to, že *„tělo je v současné době považováno za materii, kterou lze suverénně upravovat či měnit jakožto objekt vydaný svobodné úvaze subjektu. Dokladem tohoto individualistického vztahu k tělu je estetická chirurgie, početí ve zkumavce, ale i konzumace psychotropních látek za účelem „vyřešení“ existenciálních problémů*“.⁴ Jistá trivializace psychofarmak, která bezesporu existuje – být na antidepresivech je zejména mezi lidmi po padesátce téměř v módě – *„na jedné straně svědčí o individualistické touze ovládnout vlastní tělo i náladu, ale zároveň jsou dokladem jisté subjektivní bezmoci, neboť jedinec se zde zříká veškeré osobní snahy a vydává se napospas všemohoucnosti chemických výrobků, které na něj bez jeho přičinění působí. Čím plnější má moc nad vlastním životem, tím výrazněji se uplatňují nové formy zotročení*“.⁵

Velmi zajímavý je Lipovetského pohled na vztah ke stravování a výživě. Dříve se „vybraným jídlem“ mínila spíše strava hojná a sytá než vyvážená. Hostiny byly vždy kolektivního rázu a spojeny se zábavou a oslavou. Dnešní výživa má spíše charakter prevence ba i léčby určitých chorob. Ideálem je vyvážená střídmaprá strava s dostatkem vlákniny, vitamínů a tekutin. Avšak současně se lavinovitě šíří výskyt bulimie a jiné poruchy příjmu potravy. Nutkavá horečnatá potřeba jíst přitom nemá nic společného s kolektivními hody. Jídelní excesy bývají v dnešní době spíše individuální, neurotické povahy. Mají ráz čehosi ostudného a patologického, neboť dnešek uznává jediné sebekontrolu.⁶

Všechna témata knihy „Paradoxní štěstí“, která se týkají nejrůznějších aspektů hyperkonzumní společnosti, propojuje přímo metaforické srovnávání tzv. dionýských a narcistních rysů dnešní doby. Dionýsos zastupuje požitkářského ducha, kterému jde o užívání slasti a vůbec bytí „tady a teď“. Narcise* charakterizuje sebezpečí, sebeláska, místo oddání se danému okamžiku preferuje

* Výraz „narcis“ zde není použit ve smyslu „narcistní poruchy osobnosti“. Souvisí s charakterem bájněho antického hrdiny Narcise (řec. Narkissos), jenž se zamiloval do svého odrazu na vodní hladině. Nakláněl se nad hladinu studánky tak dlouho, až se v ní utopil. Jeho tělo se prý proměnilo ve žlutý narcis.

kontrolu a udržení blahobytu na dobu neurčitou, nejlépe neomezenou. Podle Lipovetského dnes jasně vítězí Narcis. Takže ačkoli dochází k výrazné hédonizaci životního stylu – o takovém komfortu, který si dnes dopřáváme se samozřejmostí každý den, se našim prapředkům ani nesnilo – stává se tak převážně na pozadí stále dramatičtějšího postoje k otázkám zdraví a hygieny.⁷ Sklony ke konzumaci ve smyslu okamžitých slastí bez ohledu na to, co bude zítra, nejsou většinou úplně pravdivé. *„Na jedné straně stojí hédonistické výzvy, na straně druhé záplava informací o blížících se hrozbách; zde oslava okamžitých slastí, naproti pobídce k sebekontrolě, snížení nadváhy, odstranění excesů a ochraně před rizikovými faktory... Paradox hédonistické civilizace tkví v tom, že člověka nevybízí užít si okamžiku, nýbrž neustále plánovat do budoucnosti, nepodněcuje nás vyhledávat všechny slasti, nýbrž kontrolovat vlastní tělo a jeho návyky, nevede k intenzivnímu životu, nýbrž k prevenci s cílem prodloužit si věk.“⁸*

3.3 Vnější vzhled, ideál krásy a stáří

S výrazným stárnutím populace souvisí i jistá devalvace stáří. Dříve se staří lidé těšili neobyčejné úctě, byli živoucí historií a jejich věk často symbolizoval neobyčejnou odolnost, sílu a vytrvalost, se kterou prošli všemi životními zkouškami, a moudrost, které skrze své zkušenosti nabyli. Člověk se svým způsobem o svůj věk zasloužil. Nedovolím si ani odhadovat, kolik lidí by dnes zemřelo před šedesátkou na infarkt myokardu v důsledku životního stylu, kdyby nebylo špičkových katetrizačních zákroků, které jsou v krátkém časovém úseku k dispozici takřka každému pacientovi. S následnou medikamentózní terapií se může lidem prodloužit život o 5,10, 20, někdy i 30 let. Věk těchto lidí většinou nevypovídá o ničem jiném než o úrovni moderní medicíny. To však neznamená, že by se mezi starými občany nevyskytovali ti, kteří se svého věku dožili „klasickým“ způsobem nebo že by jich bylo celkově méně – jen jsou v porovnání s těmi ostatními v menšině. Vysoký věk sám o sobě tímto ztratil na své hodnotě. To může být jeden z důvodů proč ani projevy stárnutí těla nejsou v dnešní době populární. Reklamy na nejrůznějších kosmetické výrobky, zákroky, procedury a doplňky stravy se opírají o všeobecnou snahu vypadat mladě.

Jak píše Lipovetsky, úzkost dnes není zaměřena jen na zdraví, ale i na vnější vzhled.⁹ Je neuvěřitelné, jak velkou bolest či riziko jsou odhodláni podstoupit lidé s vidinou zdokonalení svého těla. A to se netýká pouze odstraňování vrásek, zvětšování poprsí či odstraňování přebytečného tuku. V týdeníku Respekt (22/2010) vyšel článek o tom, jakým způsobem jsou lidé schopni upravovat své tělo. Jsou zde zmíněny i operace zevního genitálu žen tak, aby odpovídal současnému trendu (tj. že labia majora musí překrývat labia minora). Někteří lidé podstupují celotělovou depilaci každý týden ve speciálních salónech, aby dosáhli dokonale hladkého povrchu těla. Této bolestivé procedury nejsou ušetřena ani ta nejcitlivější místa těla.¹⁰

Ideálem současné ženské krásy, který diktují ženské časopisy, soutěže krásy, modeling, reklamy na dietní prostředky atd. se zblízka a výrazně kriticky zabývá český dokumentární film „Ženy pro měny“ (2004). Velmi kontroverzním je zde výrok plastického chirurga, který přirovnává tělo člověka k šatům, které si oblékáme. Tak jako na sobě nesneseme některé oblečení, tak stejně je to s tím tělem – a to nás zřejmě opravňuje si ho svévolně měnit tak, jako se můžeme kdykoli převléknout do jiných šatů. Tělo chápe jako skořápku, která něco obaluje. Dle jeho názoru je podstata člověka někde uvnitř. Těžko říci, zda tím onen lékař myslel duši. Jisté však je, že jeho postoj k tělu působí určitým způsobem velmi středověce. Zároveň tento chirurg, který tělo od duše takto důkladně odpreparoval, obhajuje zákroky estetické chirurgie tím, že zlepšují psychiku pacientů, která je neopomenutelnou součástí lidského zdraví.¹¹ Takže tím nakonec říká, že propojení existuje a to dosti zásadní. Výroky lékaře jsou sice na první pohled krátkozraké a povrchní, ale takřka karikaturně vystihují novodobou problematiku dualismu.

3.4 Tělo jako objekt nebo subjekt?

Gilles Lipovetsky ve své knize „Soumrak povinností“ zajímavě popisuje změny, k nimž došlo v chápání a prožívání morálních hodnot. Co se týče vztahu k sobě samému poukazuje na to, že co se dříve bralo doslova jako mravní závazek či povinnost vůči sobě a ke svému tělu se dnes změnilo v subjektivní práva jednotlivce. „*Úcta k lidství ve vlastní osobě již není jasným a přesným*

přikázáním praktického rozumu, avšak péče o hygienu a osobní rozvoj vládnou silněji než kdy dříve.“¹² Autor zmiňuje Immanuela Kanta, který chápe člověka, který se usmrtí, jako někoho, kdo „uráží sebe sama a rozbíjí důstojnost lidskosti ve vlastní osobě, neboť se svým tělem zachází jako s prostým prostředkem“.¹³

Sebevražda proto byla vnímána jako nemravný skutek. Dnes představuje osobní neštěstí. Ačkoli by se to někdy mohlo zdát vzdálené skutečnosti (pokud pomyslíme např. na případy dlouhodobě přežívajících ve vegetativním stavu), tak v dnešní společnosti převládá názor, že právo netrpět je důležitější než „povinnost zachovat se při životě“. Lipovetsky píše, že „*tělesné utrpení se v našich společnostech stalo psychologicky neúnosným*“.¹⁴ Rostoucí sympatie k eutanazii prý souvisejí se změnami klasické závaznosti etických principů, které měly moc nad člověkem a jeho tělem.

*„Podle klasického chápání povinností k sobě samému není člověku dovoleno změnit z psychologických či obchodních důvodů svou tělesnou integritu.“*¹⁵ Ať už je cílem nabytí osobního zisku nebo únik od bolesti, je tělo pouhým prostředkem a tímto poníženo. Tento tradiční postoj naráží kromě sebevražd či eutanazie rovněž na problematiku výše zmíněného náhradního mateřství. Podle tohoto postoje by se i zde tělo stalo pouhým prostředkem. Lipovetsky pokládá otázku, do jaké míry lze svobodně nakládat s vlastním tělem a jestli může svoboda jednotlivce zajít až k poskytnutí práva obchodně zhodnotit své rozmnožovací orgány. Dospívá k tomu, že tyto otázky rozdělují veřejné mínění v demokratických státech. Příčinu vidí ve zmlhnutí představy o lidské důstojnosti. Následně podotýká, že idea sebeúcty vstoupila do období nejistoty a individualistických diskuzí.¹⁶ Předmětem diskuzí v záležitosti pronájmu dělohy není obviňování žen z toho, že prodávají svoje tělo (jak by tomu bylo zřejmě dříve), ale naopak jejich ochrana a snaha o to, aby nedocházelo k jejich zneužívání a vykořisťování.

Pokud si v různých situacích, kdy nakládáme s vlastním tělem, klademe otázku, zda je v nich zachována lidská důstojnost, je nezbytné zkoumat, do jaké míry se dnes člověk všeobecně ztotožňuje se svým tělem. Do jaké míry to, jak vypadáme, vypovídá o tom, jací jsme?

3.5 Bioenergetický pohled

Bioenergetika, terapie duše pomocí práce s tělem, je psychoterapeutický směr, který vychází z práce rakouského psachoanalytika Wilhelma Reicha. Je založena na přesvědčení, že tělo a duši nelze oddělit. *„Žádný člověk nemůže existovat odděleně od svého těla, ve kterém se naplňuje jeho existence, kterým se vyjadřuje a vstupuje do vztahu se svým okolím.“*¹⁷ Alexander Lowen ve své knize o Bioenergetice dokonce tvrdí, že *„nemůžeme pojmenovat žádnou součást člověka, která by nebyla součástí jeho těla. Duch či duše jsou části a projevy každého živého organismu“*.¹⁸ To však neznamená, že vztah k vlastnímu tělu je automaticky daný a svou neoddělitelností neměnný. Naopak Lowen poukazuje na to, že tělo vyjadřuje to, kým jsme, tím spíše, čím více jsme svým tělem, čím více se se svým tělem ztotožňujeme. Toto tvrzení působí trochu tautologicky, ale vyjadřuje spíše snahu o to, aby projevy našeho těla byly autentické, tím se tělo stává živějším a skrze něj jsme jaksí více na světě. Je to tím, že tělo umožňuje jednak vyjádření sebe sama a rovněž navázání vztahů. Pokud někdo nemá dobré spojení se svým tělem, nemůže být ve svých projevech přirozený, sám sebou, a tím pádem nemůže plně vyjádřit svoji existenci. Tělo můžeme také přirovnat ke knize, do které jsou vepsány a otisknuty naše životní zkušenosti. Zejména různá traumata se výrazně strukturují do těla, často ve formě charakteristického postoje a držení, způsobeného svalovým napětím. To může ovšem na druhou stranu působit protektivně proti dalšímu zraňování, ale omezuje to naše sebevyjádření a tím pádem plnost našeho života.¹⁹

Lowen po své mnohaleté terapeutické práci s pacienty dospěl k závěru, že *„život člověka je životem jeho těla. Protože žijící tělo zahrnuje ducha, životní energii a duši, sloužíme duchu, životní síle a duši tím, že plně prožíváme život těla“*.²⁰ Je přesvědčen, že všechny naše osobní problémy a většina těch sociálních jsou způsobeny tím, že jsme se přestali identifikovat s vlastním tělem. Co se týče komunikace mezi lidmi, nesrovnatelně více informací (a to těch nejpodstatnějších) proteče skrze řeč těla, nonverbální komunikaci. Jako děti jsme si *„lépe vědomy řeči těla než dospělí, kterým bylo dlouhé roky ve škole vštěpováno dávat pozor na slova a ignorovat tělesné výrazy“*,²¹ podotýká Lowen. Pro lékaře je zásadní porozumět řeči těla svých pacientů. Studium medicíny však probíhá v drtivé

většinou na stránkách tlustých učebnic za zdmi studovny nebo vlastního pokoje a praxe je okrajovou záležitostí, organizačně ne vždy zcela zvládnutou.

3.5.1 Vědomí

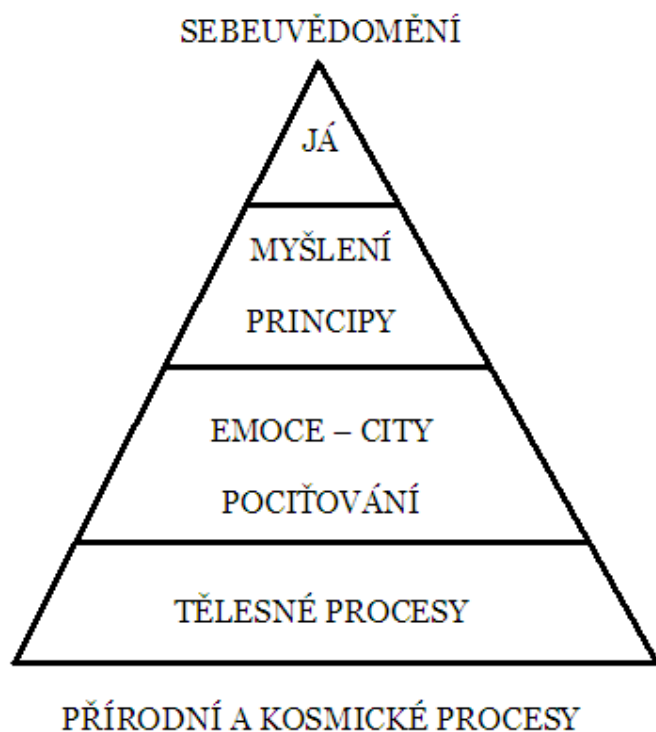
Velmi zajímavý je pohled Bioenergetiky na lidské vědomí, jeho vývoj během života a jeho spojení s tělem. *„Malé dítě si více uvědomuje tělo než dospělý, ale jeho vědomí nepracuje tak spolehlivě a diferencovaně. Více vnímá tělesné pocity, neuvědomuje si ale myšlenkové a emocionální podněty“.*²²

Když jsem před pár lety působila na dětském letním táboře jako zdravotnice, navštěvovali naši ordinaci, zejména během prvního týdne, nejmenší děti s neurčitými bolestmi břicha. Nic jiného je většinou netrápilo a dietní chyba nebo střevní infekce byly jako příčina nepravděpodobné. Nejspíš se jednalo o projevy stesku z odloučení od rodičů, které mohlo být na takto dlouhou dobu jedním z prvních v jejich životě.

Bioenergetika zobrazuje úrovně vědomí pomocí pyramidy, na jejíž bazi se nachází vědomí vlastního těla. *„Vědomí tělesných procesů je nejnižším a nejširším (!) stupněm vědomí... Na tomto stupni cítíme svou identitu s podstatou života, s přírodou a vesmírem... Na dalším stupni vědomí už vnímáme specifické emoce. Malé dítě nepociťuje vztek, smutek, strach ani štěstí. Tyto emoce identifikujeme teprve tehdy, když si začneme uvědomovat vnější svět... Dítě pláče, protože ztratilo potřebné spojení s matkou, ale ztrátu jako takovou pociťuje až tehdy, když vnímá matku jako vnější faktor, který je spojen s pozitivním citem.“*²³ Následujícím stupněm vědomí je myšlení, které souvisí s používáním slov. Tato fáze je spojena s rostoucím uvědomováním si sociálního světa, s komunikací, předáváním informací. Čím více se okolní svět zvětšuje, tím více se stává *„vlastní prostor v porovnání s ním stále menším. Tím dochází k upevňování vlastní pozice.“*²⁴ To následně vede k vědomí vlastní individuality, vlastního Já.

Ovšem ani na vrcholu pyramidy nesmí dojít k zapomenutí toho, co vše stojí pod ním, co je jeho základnou. K takovému oddělení vědomí a úzké koncentraci na vlastní Já dochází podle Lowena nejčastěji u schizofreniků. *„Jelikož je ohnisko malé, zužuje se vědomí natolik, až vzniká nebezpečí, že se „vypaří“, což je prožíváno úzkostně.“*²⁵ Jiný typ oddělení vědomí může vzniknout na úrovni myšlení, na úrovni hlavy. Stává se tak zejména u intelektuálů. Tím se separují od citů a *„jsou si vědomi jen ideje cítění. Mohli bychom říci, že život nežijí, nýbrž ho*

myslí... Člověk s „vědomím těla“ ví, co cítí, a na kterém místě těla to cítí. Dokáže také říct, co cítí druhý a jak čte pocity z jeho těla.“²⁶ Bioenergetika rozlišuje mezi uvědomováním si těla a „vědomím těla“. „Tělo si můžeme uvědomovat jen samotnou hlavou, což platí zejména pro (některé) zájmové sportovce (pěstování sportu jen pro vylepšení postavy), profesionální sportovce a (některé) umělce. Nevidí své tělo jako své pravé Jáství, nýbrž jako nástroj Já.“²⁷ Autor knihy o bioenergetice ovšem nevyvyšuje „vědomí těla“ nad „vědomí hlavy“, poukazuje však na to, že mnoho lidí se domnívá, že „vědomí hlavy“ je lepší. Bioenergetika ovšem tím, že se snaží zintenzívnit „vědomí těla“, rozšiřuje vědomí jako takové.

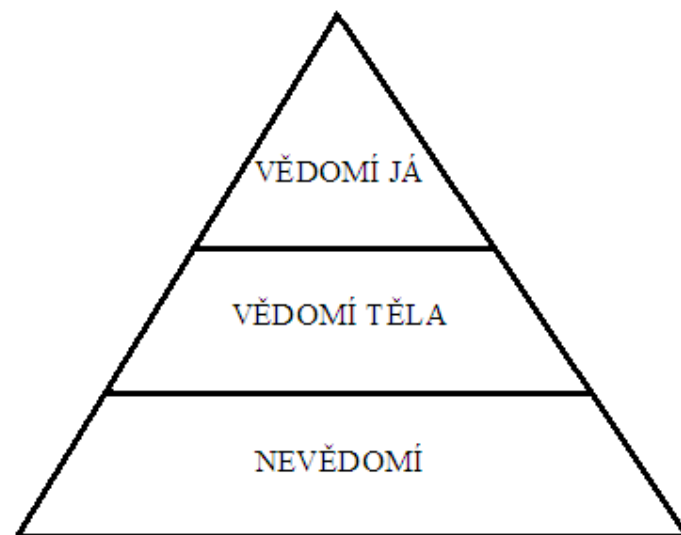


Obr. 1: Schéma úrovní vědomí podle konceptu Bioenergetiky (A. Lowen, Bioenergetika, 1992)

Dalším velmi dobrým postřehem Bioenergetiky je, že *„vědomí těla leží mezi vědomím hlavy a nevědomím“*. Slouží ke spojení s tajemnými silami naší

* Nevědomí je součástí lidské psychiky, jež není částí vědomí. Tento pojem zavedl zakladatel psychoanalýzy S. Freud. Koncept Freudova „individuálního nevědomí“ rozšířil C. G. Jung o tzv. „kolektivní nevědomí“.

bytosti“.²⁸ Tím nám vzniká další pomyslná pyramida, jejíž bazi tvoří nevědomí. „V protikladu s vědomím těla nemá vědomí hlavy žádné přímé spojení s nevědomím“²⁹, což je naprosto v souladu s Freudovým pojetím snů, přirozeného projevu těla, který zakoušíme takřka každou noc, jako brány do říše nevědomí a zejména pak s jungiánskou psychologií, která jde při analýze snů mnohem hlouběji. Bioenergetika neusiluje o zahrnutí nevědomí do vědomí, ale snaží se ho nám přiblížit, udělat ho přijatelnějším a méně hrozivým a to tím, že rozšiřuje vědomí těla. Lowen trochu shazuje posedlost dnešní doby odkrýváním tajemství a rozumovým zdůvodňováním, když říká: „Proč se domníváme, že vědomí může poskytnout všechny odpovědi, když existují důkazy, že vědomí právě tolik problémů vytváří, jako jich řeší. Proč si tak namyšleně věříme, že můžeme všechno vědět? Není vůbec důležité všechno vědět.“³⁰



Obr. 2: Schéma vědomí a nevědomí podle konceptu Bioenergetiky (A.Lowen, Bioenergetika, 1992)

3.5.2 Sebevyjadřování

Bioenergetika zastává názor, že sebevyjadřování není vědomou aktivitou, dochází k němu bez ohledu na to, zda si to uvědomujeme nebo ne. Z toho dle Lowena plyne důležitý závěr, že *„Jáství se neomezuje jen na vědomé Jáství a není identické s egem... Podstatným znakem sebevyjadřování není vědomí, ale spontaneita.“*³¹ Pokud zlepšíme vlastní spontaneitu,lepší se naše sebevyjadřování a to zvýší pociťování sebe sama, vše je důmyslně propojeno a využíváno při bioenergetické terapii. Ta se zaměřuje zejména na pohyb, oči a hlas.

Tělo jako takové nedokáže lhát. Podle Lowena je využívání hlasu k identifikaci lhaní jistější než klasický detektor lži. *„Když člověk lže, ztrácí jeho hlas hloubku.“*³² *„U slov existuje vždy nebezpečí, že neříkají o člověku pravdu. Slovy je možné lhát. Tělem se však nedá lhát, protože cit prozradíme i tím, že ho maskujeme.“*³³ Proto i lékař by měl spíše než sedět za stolem s počítačem a zapisovat anamnézu, pozorovat projevy těla pacienta. Ne že by pacienti záměrně neříkali pravdu, ale lidé obecně svými slovy obelhávají zejména sami sebe, samozřejmě nevědomě.

3.6 Je to moje tělo

Pokud se vrátíme k otázce, zda se v případě našeho těla jedná o objekt nebo subjekt, byla by odpověď stoupence Bioenergetiky jednoznačně to druhé. Psychoterapeuti ovšem toto tvrzení využívají při zpracovávání traumat svých pacientů a vůbec ke zlepšení spojení s tělem v rámci terapie, ale obvykle neřeší jiné oblasti zacházení s vlastním tělem jako je dárcovství gamet, orgánů, estetická chirurgie atd. Lze například pronájem dělohy považovat za běžné disponování vrozenými schopnostmi, stejně jako když malíř vytvoří obraz na zakázku a využije k tomu svého přirozeného nadání? Vždyť takřka do jakékoli práce, kterou děláme, vkládáme něco z nás samotných, svou zručnost, své umění, intuici, vzdělání. Něco z toho máme vrozené, něčeho jsme nabyli během života. Lze ženskou plodnost považovat za schopnost nebo nadání a podle toho k ní přistupovat a zacházet s ní? Domnívám se, že v situaci, kdy je za drobnou úplatu nabízena služba odnošení plodu, je ženské tělo v roli předmětu, s nímž majitelka svévolně zachází.

Zpěvačka Dara Rolins v rozhovoru ve filmu „Ženy pro měny“ odpovídá na otázku, co vše ji vedlo k tomu, že si nechala operačně zvětšit poprsí. Zmiňuje, že v očích části české veřejnosti je tento typ plastické operace jakoby něčím nemorálním. Dodává, že svým činem přeci nikomu neublížila a reaguje tak možná na ne zcela skrytý nesouhlas režisérky Eriky Hníkové se zásahy plastických chirurgů. *„Je to moje tělo, můj diktát, rozhodla jsem se dobrovolně, nikdo mě k tomu nenutil, měla jsem vnitřní potřebu si trošku pomoci, tak jsem to udělala.“*³⁴

S argumentací, že to je „moje tělo“, se setkáváme i ve zcela odlišné situaci – u potratů na přání pacientky – a dalo by se jí použít i na obhajobu počínání náhradních matek.

Je zajímavé, kolik svobody se nám dostává ohledně rozhodování o vlastním těle, která by byla v minulosti naprosto nepřípustná (pomineme-li technickou neproveditelnost), ovšem jen určitým směrem. Nesouhlas s transfúzi je prakticky zřídka kdy respektován a odmítnout povinnou část očkování není možné vůbec. A co se týče léčby nemocí, můžete se většinou rozhodnout pouze o tom, zda se chcete léčit, nikoli již o způsobu léčby.

Pokud se podíváme blíže na výrok „je to moje tělo“, jistě nás nenapadne zpochybňovat ho ve smyslu, že by moje tělo mohlo patřit někomu jinému. Spíše se nabízí, jestli nemohlo dojít k záměně zájmena osobního s přivlastňovacím – já a moje. Potom by to nebylo „moje“ tělo, ale byl/a bych to „já“. Pro bioenergetiku je toto zásadní věc, protože říká: *„Ty jsi svým tělem.“*³⁵

4. Nemocné tělo a medicína

Moderní medicína se z bio-psycho-sociálních aspektů nemoci zabývá povětšinou jen tím biologickým. Psychosomatický přístup se snaží hledat vysvětlení vzniku chorob v širším okruhu možných příčin a rozplétat síť jejich souvisení. „*Nemoc zde*“, jak píše Stanislav Komárek, „*slouží jako prostředek tělesné kompenzace duševních nerovnováh a prostředek životní cesty člověka, který jen čeká na to, až bude „čten“ a vykládán... Choroba přímo kontinuální řadou navazuje na tzv. body language, nonverbální vyjadřování.... Jazyk těla vyjadřuje nějakým způsobem nevědomé a problematické stránky naší psychiky (či lépe řečeno našeho psychofyzického bytí), Jungem trefně nazvané stín, které jsou jaksi mimi náš vědomí a takto na sebe, v mnoha případech marně, upozorňují – po adekvátní verbalizaci a sebeuvědomění, což je činnost dosti trudná, se lze nadít i jejich odeznění.*“¹ Oné marnosti, se kterou tento stín na sebe často upozorňuje, nahrává i trend současné medicíny, která nemoci většinou léčí tím, že pouze potírá jejich příznaky. Projev choroby tedy zaléčením zmizí „*a už není třeba se ptát, co znamená.... Samo uvědomění si možnosti interpretace symptomů je pro pacienty významné*“². Avšak nutno podotknout, že se jedná o činnost, která může být mnohem nepříjemnější než polykání prášků a mazání mastí. V tom je počínání medicíny obzvláště protektivní, když svým způsobem brání pacientovi v neradostném zamyšlení nad sebou samým.

Komárek velmi trefně píše o tom, že lhostejnost k patologickým projevům těla se u pacientů vyskytuje nápadně často a to může být ještě před tím, než navštíví lékaře, který jim pomůže tyto příznaky zakrýt. Tuto nevšímavost k vlastním projevům vnímá jako skryté sebepoškozování a sebenenávist. Vzpomínám si, jak nám jako studentům jedna lékařka vyprávěla o množství pacientek s nádorovým onemocněním mléčné žlázy, jež vyhledají odbornou pomoc až ve chvíli, kdy je neuvěřitelně rozsáhlá část tkáně nekrotická a ulcerující. Na druhou stranu existují lidé, kteří svému tělu, pozornosti a péči o něj, věnují veškerou svou energii, čas i prostředky a nevypovídá to nic o dobrém vztahu k tělu a k sobě samému. Komárek popisuje, že cílem většiny lidí ve všech společnostech je zdraví a nikoli nemoc. Určitá míra masochismu je však rozšířena mnohem více. „*Biblický požadavek*

milovat bližního svého jako sebe sama je vlastně tautologický. Většina lidí by si dokonce vůbec nedovolila s bližními smýkat tak, jak to činí sobě samým.“³

Celostní přístup k nemoci rovněž naráží na moderní způsob diagnostiky. *„Mezinárodní číselná klasifikace nemocí a vad je prostředek ryze pomocný ... , umožňující rychlou orientaci a neobrážející nějakou skrytou hlubší souvislost... Často se vynořují úvahy, zda nosologické jednotky nepředstavují jen pomocný myšlenkový konstrukt a zda by v praxi nebylo lépe brát v úvahu jen jednotlivé příznaky a o chorobách jako takových vůbec nehovořit.*“⁴ Diagnostika a vůbec celé lékařství bylo v minulosti považováno mimo jiné také za „*umění, vyžadující určitý druh nadání, které se teprve kultivuje výcvikem.*“⁵ Dnešní doba toto podle Komárka obchází zmnožením rozmanitých laboratorních či zobrazovacích procedur, z nichž se zcela mechanicky podle jakéhosi analytického klíče musí ke správné diagnóze bezproblémově dojít. Lékař je tímto pasován do role „*jakéhosi „geniálního hlupáka“*, který *nevnímá celek, zato zcela správně interpretuje detaily.*“⁶ Tímto se samozřejmě ochuzuje o vnímání souvislostí a léčba probíhá na jedné z mnoha rovin, navíc naprosto sterilní a izolované od okolí. Nutno podotknout, že ani psychosomatika se během svého vývoje nevyvarovala sklouznutí k obdobnému mechanistickému přístupu. Pokud nahlédneme do některé z knih o psychosomatice, můžeme narazit na zabsolutizované výroky typu, že „*migréna*“ rovná se „*zadržaná agrese*“. Takto si někteří autoři neopatrně pohrávají se symbolikou a popírají tím jednu z tezí celostní medicíny, že pacienti stonají velmi individuálně a podle toho by se k nim mělo přistupovat.

Důležitým argumentem na obranu celostního přístupu je i fakt, že jeho rozšíření „*by podstatným způsobem zlevnilo medicínskou péči. Civilizace si při možnosti volby vždy vybere to řešení, které je technologicky, energeticky a finančně nejnáročnější.*“ (Nicotná halěřová mast se nemůže rovnat velikosti transplantačního týmu.) „*Není-li něco nákladné, vzniká dojem, že se o zdraví nepečuje.*“⁷ Odhady toho, kolik pacientů navštěvující ordinaci praktického lékaře má problém spíše povahy psychosociální než biologické, se pohybují okolo 25%.⁸ Kdyby toto bylo respektováno, ušetřilo by se významně na nákladných vyšetřeních a co je důležitější – pacientům by se dostalo efektivnější léčby.

Závěr

Komu tedy patří naše tělo? Podle Židů a křesťanů „člověku *de facto nepatří nic, jsme jen správci... Vše, co máme, je od Boha*“.¹ Ve vztahu k tělu stejně jako ve vztahu k vlastnímu životu platí princip správcovství. „*Každý je pouze správcem.... a nikoliv jeho vlastníkem.*“²

Miloš Mauer, psycholog a asistent pro výuku etiky na 3. LF UK, hovoří o současném jevu disociace mezi prožívaným „jástvím“ (popř. egem) a tělem, což chápe jako následek „hypertrofovaného individualismu“ dnešní doby. To je podle jeho názoru důvod, proč se ve společnosti objevují názory, že tělo jako takové můžeme vlastnit a tím pádem jeho část prodat nebo pronajmout.

Kult těla a péče o něj výrazně ovlivňuje celou společnost. Nabývá však takové podoby, že se o těle mluví spíše ve třetí osobě. Heslo z reklamní plochy v centru Prahy nás vybízí k tomu, abychom „dopřáli svému tělu luxus“ a ne k tomu, abychom „dopřáli luxus sami sobě“. Tělo se často stává doslova „předmětem“ zájmu. A předměty lze vlastnit, prodávat i pronajímat.

Na oddělení „já“ od těla má velký podíl dualismus duše a těla, jehož rozvoji výrazně napomohla mimo jiné i evropská křesťanská tradice. U přírodních národů je naproti tomu spiritualita úzce propojena s tělesností. Ráda bych uvedla jako příklad kmeny původních obyvatel Severní Ameriky, jejichž příslušníci zakoušejí vlastní spiritualitu především skrze svoje tělo. Když se očisťují modlitbou ve sweat lodge*, i jejich tělo vyplavuje silným pocením ze sebe nečistotu. Při rituálech se často používají různé posvátné byliny, přírodní medicíny, jež působí právě skrze tělo. Tělo, duše a duchovno v domorodých kulturách se sebou výrazně souvisejí. Tomuto pojetí je velmi blízký postoj bioenergetiky, který je blíže popsán ve 3. kapitole.

Pokud by si byl člověk více vědom toho, že je svým tělem, nenakládal by s ním jako s vlastnictvím. Nemůžeme totiž vlastnit to, čím ve své podstatě jsme. Touha po moci nad vlastním tělem by se snadno mohla otočit proti nám samotným.

Tělo je náš důležitý ochránce. Tělesné příznaky, jež označujeme jako nemoc, se často snaží upozornit na mnohem větší nebezpečí, jež nám hrozí ze strany našich vztahů k ostatním, ke světu i k sobě samým. V případě nemoci není tělo tím, kdo nás zrazuje, ale tím, kdo nás nikdy neopouští a celý náš úděl vždy nese

* Sweat lodge, neboli potní chýše je indiánský rituál, při němž lidé sedí v kruhu a modlí se uvnitř chýše, v jejímž středu jsou na sebe poskládány žhavé kameny. Ty se polévají vodou a vzniká tak horká pára.

společně s námi. Je vždy do všeho zavzato, je to část nás samotných, proto o něm nelze hovořit ve třetí osobě. Když něco zraní naši duši, tak tělo s námi prolévá slzy, smutek prostupuje nás celé, nerozdělené. Naopak při pocitu radosti se naše tělo třese a skáče do výše. Pokud nemáme dobré spojení s tělem, pokud nedokážeme projevat svoje emoce, ztrácíme spojení i se sebou samými. Setkala jsem se s mužem, který velmi trpěl tím, že nedokázal plakat, když ho přepadl smutek. Modlil se za svoje slzy, tolik strádal špatným kontaktem se svým tělem. Jedna žena z mého okolí byla delší dobu v tíživé životní situaci, které nemohla déle odolávat. Její tělo se zhroutilo a ona nemohla vstát z lůžka. Tuším, že byla následně léčena na neurologii, kde se nenašla žádná somatická příčina. Její tělo ji ochránilo před přílišnou psychickou zátěží a umožnilo ji navzdory celé situaci si alespoň na pár dní odpočinout.

Jak už jsem zmínila v úvodu, dobré spojení s vlastním tělem je nezbytné pro tělesné a duševní zdraví člověka. Jakým způsobem však lze takový vztah zkoumat, natož hodnotit u pacientů? Bioenergetika pracuje přímo s tělem v terapii, pomocí speciálních cvičení a doteku. Má rovněž celou teorii o tom, jak v lidském těle číst. Analyzuje přitom držení těla, jeho pohyby, popř. zatuhlost různých svalových skupin. Na základě tohoto pozorování např. rozděluje bioenergetika různé charakterové struktury do několika skupin. Přes internet je možné objednat dotazník zaměřený na vztah k tělu. Je však určen zejména pro pacienty trpící mentální anorexií a bulimií. Miloš Mauer sestavil univerzální dotazník (k nahlédnutí v příloze) na vztah k tělu a tělesnosti a nechal ho vyplnit svými studenty během výuky etiky. Jeho hodnocení není snadné a jednoznačné, protože spousta činností přímo spojených s tělem (sport, posilování, sex) nemusí automaticky znamenat dobrý vztah k tělu.³

Tělo nás kotví v čase a prostoru. Dobrý pocit spojený s vědomím své tělesnosti nás naplňuje důvěrou a stabilitou a umožňuje nám plnohodnotný kontakt s realitou. U řady duševních chorob se pacienti setkávají s pocity derealizace a depersonalizace, jež se výrazně zmírní, pokud jim pomůžeme navázat lepší kontakt se svým tělem. Na tomto principu funguje řada psychoterapeutických metod. Jejich přesný mechanismus účinku je samozřejmě neznámý.

Tělem nevládneme a nemáme ani zdání, co vše se v něm bez našeho vědomí děje. Proto ho ani nemůžeme vlastnit. Člověku bylo dáno, aby ho spravoval. Člověk je pastýřem svého těla.⁴

Souhrn

Práce pojednává o vztahu člověka k vlastnímu tělu, o tom, jak se tento vztah měnil v průběhu dějin a jakých podob nabývá v současnosti. Snaží se tak ozřejmit pozadí dnešních postojů k tělesnosti a ukázat tak různé úhly pohledu při rozhodování o přijatelnosti zacházení s tělem ať už v rámci medicíny nebo běžného života.

Dotýká se zejména otázky identifikace s vlastním tělem, která zásadně ovlivňuje to, jakým způsobem se o tělo staráme, popř. ho měníme a k jakým účelům ho používáme. Zároveň je zde naznačen význam dobrého vztahu ke svému tělu jako prevence jeho zneužití i jako důležitý aspekt lidského zdraví.

Summary

The thesis deals with the relationship of men to their own body, the changes of this relationship in the history and the form it takes today. It tries to clear what stays behind contemporary attitudes to the corporality and to show the very different points of view in situations, when it's decided about the acceptability of dealing with body, in medical background or in everyday life.

It's concerned especially with the problem of identification with our own body. This influences, how we take care of the body and what we use it for. There is also discussed the importance of a good relation to our own body as a prevention of its abuse and as an important aspect of people's health.

Seznam použité literatury

Úvod

1. Brabec, K. *Právní úprava vlastnických vztahů k ostatkům lidského těla - prevence forensní odpovědnosti v medicíně - Diplomová práce*. Praha: 3. LF UK, 2009. Kapitola 4, Bodies... The Exhibition, s. 14-15

1. Vlastnictví těla

1. Rejzek, J. *Český etymologický slovník*. 1. vyd. Voznice: LEDA, 2001
2. Lipovetsky, G. *Soumrak povinnosti*. 1. vyd. Přel. M. Pokorný a A. Bláhová. Praha: Prostor, 1999, s. 112
3. Vácha, M. *Místo, na němž stojíš, je posvátná země*. 1.vyd. Brno: Cesta, 2008, s. 95
4. Vysloužilová, L. *Právní úprava inerrupce, sterilizace a umělého oplodnění – Diplomová práce*. Praha: Právnická fakulta UK, 2008, s. 37
5. Matějů Merck, P. *Náhradní matku si přiveďte samy, vzkazuje lékař ženám s vadnou dělohou* (online). iDnes.cz, 12.9. 2009
<http://www.crmzlin.cz/article/2163.nahradni-matku-si-privedte-samy-vzkazuje-lekar-zenam-s-vadou-delohy/>

2. Tělo, tělesnost a historie

1. Le Goff, J. a Truong, N. *Tělo ve středověké kultuře*. 1. vyd. Přel. V. Dvořáková. Praha: Vyšehrad, 2006, s. 17
2. Le Goff, J. a Truong, N. *Tělo ve středověké kultuře*, s. 19
3. Le Goff, J. a Truong, N. *Tělo ve středověké kultuře*, s. 28
4. Le Goff, J. a Truong, N. *Tělo ve středověké kultuře*, s. 26
5. Le Goff, J. a Truong, N. *Tělo ve středověké kultuře*, s. 12
6. Le Goff, J. a Truong, N. *Tělo ve středověké kultuře*, s. 13
7. Le Goff, J. a Truong, N. *Tělo ve středověké kultuře*, s. 13
8. Mauer, M. *Lidské tělo – poznámky k přednáškám pro studenty Všeobecného lékařství 3.LF UK v rámci výuky etiky*.
9. Qualls-Corbettová, N. *Posvátná prostitutka – Věčný aspekt ženství*. 1. vyd. Přel. Š. Kaňa. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2004, s. 34-35
10. Qualls-Corbettová, N. *Posvátná prostitutka – Věčný aspekt ženství*, s. 41-42
11. Komárek, S. *Spasení Těla – Moc, nemoc a psychosomatika*. 1. vyd. Praha: Mladá fronta, 2005, s. 11

12. Le Goff, J. a Truong, N. *Tělo ve středověké kultuře*, s. 27
13. Mauer, M. *Lidské tělo – poznámky k přednáškám pro studenty Všeobecného lékařství 3.LF UK v rámci výuky etiky*.
14. Le Goff, J. a Truong, N. *Tělo ve středověké kultuře*, s. 32
15. Mauer, M. *Lidské tělo – poznámky k přednáškám pro studenty Všeobecného lékařství 3.LF UK v rámci výuky etiky*.
16. Mauer, M. *Lidské tělo – poznámky k přednáškám pro studenty Všeobecného lékařství 3.LF UK v rámci výuky etiky*.
17. Le Goff, J. a Truong, N. *Tělo ve středověké kultuře*, s. 31
18. Mauer, M. *Lidské tělo – poznámky k přednáškám pro studenty Všeobecného lékařství 3.LF UK v rámci výuky etiky*.
19. Komárek, S. *Spasení Těla – Moc, nemoc a psychosomatika*. s. 11
20. Komárek, S. *Spasení Těla – Moc, nemoc a psychosomatika*. s. 12
21. Vácha, M. *Místo, na němž stojíš, je posvátná země*, s. 191
22. Vácha, M. *Místo, na němž stojíš, je posvátná země*, s. 199
23. Komárek, S. *Spasení Těla – Moc, nemoc a psychosomatika*. s. 12
24. Komárek, S. *Spasení Těla – Moc, nemoc a psychosomatika*. s. 12
25. Danzer, G. *Psychosomatika – celostný pohled na zdraví těla i duše*. 1. vyd. Přel. R. Höllgeová. Praha: Portál, 2001, s. 13

3. Tělo v současnosti

1. Lipovetsky, G. *Paradoxní štěstí – Esej o hyperkonzumní společnosti*. 1. vyd. Přel. M. Pokorný. Praha: Prostor, 2007, s. 60
2. Lipovetsky, G. *Paradoxní štěstí – Esej o hyperkonzumní společnosti*, s. 61-62
3. Lipovetsky, G. *Paradoxní štěstí – Esej o hyperkonzumní společnosti*, s. 63
4. Lipovetsky, G. *Paradoxní štěstí – Esej o hyperkonzumní společnosti*, s. 63
5. Lipovetsky, G. *Paradoxní štěstí – Esej o hyperkonzumní společnosti*, s. 64
6. Lipovetsky, G. *Paradoxní štěstí – Esej o hyperkonzumní společnosti*, s. 256-259
7. Lipovetsky, G. *Paradoxní štěstí – Esej o hyperkonzumní společnosti*, s. 263
8. Lipovetsky, G. *Paradoxní štěstí – Esej o hyperkonzumní společnosti*, s. 264-265
9. Lipovetsky, G. *Paradoxní štěstí – Esej o hyperkonzumní společnosti*, s. 266
10. Hudalla, A. *Nadvláda krásných*. *Respekt*, 2010, č. 22
11. Hníková, E. *Ženy pro měny*. Dokumentární film, 2004
12. Lipovetsky, G. *Paradoxní štěstí – Esej o hyperkonzumní společnosti*, s. 97-98
13. Lipovetsky, G. *Paradoxní štěstí – Esej o hyperkonzumní společnosti*, s. 99
14. Lipovetsky, G. *Paradoxní štěstí – Esej o hyperkonzumní společnosti*, s. 100-105

15. Lipovetsky, G. *Paradoxní štěstí – Esej o hyperkonzumní společnosti*, s. 107
16. Lipovetsky, G. *Paradoxní štěstí – Esej o hyperkonzumní společnosti*, s. 110-111
17. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*. Přel. O. Tegze a K. Haidová. Zájmový výtisk, 1992, s. 34
18. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, s. 34
19. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, 2. kap. s. 28-56, 9. kap. s. 196-230
20. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, s. 25
21. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, s. 70
22. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, s. 238-239
23. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, s. 239
24. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, s. 240
25. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, s. 241
26. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, s. 241
27. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, s. 241
28. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, s. 242
29. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, s. 242
30. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, s. 243
31. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, s. 196
32. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, s. 203
33. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, s. 245
34. Hníková, E. *Ženy pro měny*, rozhovor s Darou Rolins
35. Lowen, A. *Bioenergetika-terapie duše pomocí práce s tělem*, s. 260

4. Nemocné tělo a medicína

1. Komárek, S. *Spasení Těla – Moc, nemoc a psychosomatika*, s. 84-85
2. Komárek, S. *Spasení Těla – Moc, nemoc a psychosomatika*, s. 87
3. Komárek, S. *Spasení Těla – Moc, nemoc a psychosomatika*, s. 82
4. Komárek, S. *Spasení Těla – Moc, nemoc a psychosomatika*, s. 30-32
5. Komárek, S. *Spasení Těla – Moc, nemoc a psychosomatika*, s. 32
6. Komárek, S. *Spasení Těla – Moc, nemoc a psychosomatika*, s. 32
7. Komárek, S. *Spasení Těla – Moc, nemoc a psychosomatika*, s. 127
8. Chvála, V. *Je projekt segmentu základní psychosomatické péče v ČR ambiciózní?*(online). 2008, poslední revize 17.7.2010.
http://www.lirtaps.cz/psychosomatika/Psomweb2008_3/politika_308.htm

Závěr

1. Vácha, M. *Místo, na němž stojíš, je posvátná země*, s. 235

2. Munzarová, M. *Zdravotnická etika od A do Z*. 1.vyd. Praha: Grada Publishing, 2005, s. 34
3. Mauer, M. *Lidské tělo – poznámky k přednáškám pro studenty Všeobecného lékařství 3.LF UK v rámci výuky etiky*.
4. Mauer, M. *Lidské tělo – poznámky k přednáškám pro studenty Všeobecného lékařství 3.LF UK v rámci výuky etiky*.

Příloha

Dotazník zaměřený na vztah k tělu (autor: Miloš Mauer)

1. Kouříte?

Ano, často občas ne

2. je pro vás důležitý aktivní pohyb pro pocit duševní pohody?

ano, často občas téměř nikdy

3. dáte si rád(a) jídlo v příjemném prostředí a s blízkými lidmi?

ano, často občas ano velmi zřídka/nikdy

4. praktikujete masáže, relaxační techniky, saunu (ať již s odborníkem nebo bez něj)?

ano jen zřídka ne

5. jste spokojená (ý) se svým tělem?

ano částečně ne

6. přemýšlíte o tom, že by vaše tělo mohlo být jiné, lepší?

a) ne b) občas c) často o tom přemýšlím d) chtěl bych mít jiné tělo, popř. pohlaví

7. praktikujete redukční dietu?

a) nikdy jsem ji neprovedl(a) b) jednou jsem ji zkusil(a) c) zkusil(a) jsem ji vícekrát

8. zajímáte se o své sny?

ano, často občas ano ne

9. vadí vám, když vás blízcí lidé při setkání obejmou, popř. políbí?

ano občas ne

10. praktikujete v sexu milostnou předehtu?

ano občas ne

11. myslíte si, že vaše tělo plně reprezentuje vaši povahu, charakter?

ano částečně ne

12. stává se vám, že při onemocnění tuto nemoc ignorujete nebo bagatelizujete?

ano, často jen někdy ne

13. míváte problémy s nadváhou či podváhou?

ano, často občas ne

14. opíjíte se (tzn. nemůžete kontrolovat co děláte, děláte věci které obvykle neděláte a které nejsou lichotivé, je vám poté špatně, nebo vám to někdo vyčítá)

ano, často občas ano ne, nikdy

15. míváte pocity viny při užívání jídla, popř. sladkostí, nebo alkoholu?

ano, často občas ano ne, nikdy

16. daří se vám relaxovat?

ano občas ne

17. zažíváte pocity vzteku, zoufalství nebo nespokojenosti, když nastanou tělesné problémy, nebo některé tělesné procesy nefungují tak jak by měly?

ano, často občas ano ne

18. míváte nepříjemný pocit ze své nahoty před jinými lidmi (v šatně, před partnerem atd.)

ano občas ne

19. je pro vás důležité, jestli jíte zdravě?

ano, často občas ano ne

20. stává se vám, že trávíte dlouhé chvíle před zrcadlem s pocity pochybností ohledně svého vzhledu?

ano, často občas ano ne

21. dokážete vyjadřovat dobrým způsobem svoje emoce?

ano částečně ne

22. myslíte si, že jste atraktivní?

ano částečně ne

23. měl(a) jste někdy pohlavní styk proti své vůli?

ano, opakovaně ano ne

24. myslíte si, že tělesné vzezření a tělesný (nonverbální) projev poukazují na duševní vlastnosti člověka?

ano *částečně* *ne*

25. myslíte si, že je špatné vyjadřovat slabost, např. pláčem?

ano *částečně* *ne*

26. býváte promiskuitní? (střídání partnerů zejména pro sexuální uspokojení)

ano, často *občas ano* *ne*

27. míváte problémy se spánkem? (usínání, časté probouzení apod.)

ano, často *občas ano* *ne*

28.

stává se vám, že cítíte zlost, stud, nespokojenost v souvislosti s menstruací? (ženy)

ano, často *občas ano* *ne*

stává se vám, že si připadáte nepříjemným způsobem zženštilý, popř. vám to ostatní naznačují? (muži)

ano, často *občas ano* *ne*

29. pociťujete u témat, která se týkají záležitostí kolem vyprazdňování hnus, popř. stud?

téměř vždy *občas ano* *ne*

30. zažíváte chvíle klidu, kdy nemusíte myslet na budoucnost ani na minulost, a to bez užití žádných psychoaktivních látek?

ano, často *občas ano* *ne*

31. zažíváte při sexu pocity dostatečného uspokojení?

ano, často *občas ano* *ne*

32. máte místo, kde rád(a) pobýváte a kam cítíte, že patříte? (může to být i místo „v rodinném kruhu“ apod....)

ano *částečně* *ne*

33. stává se vám, že pociťujete svoje tělo jako necitlivé, otupělé, aniž by k tomu byly lékařské důvody?

ano, často *občas ano* *ne*

34. vyhovuje vám vaše povaha?

ano *částečně* *ne*

35. jste spokojená(ý) s celkovou pohyblivostí vašeho těla?

ano *částečně* *ne*

36. jste spokojená(ý) s vaší fyzickou silou?

ano *částečně* *ne*

37. přejídáte se?

ano, často *občas ano* *ne*

38. stává se vám, že se nestihnete najíst?

ano, často *občas ano* *ne*

39. zažíváte pocity slasti a uspokojení, když se chováte spontánně?

ano, často *občas ano* *ne*

40. zažíváte pocit radosti popř. klidu, spojený s pocitem tělesného blaha?

ano, často *občas ano* *ne*

41. souhlasíte s tvrzením, že „nemoc v sobě obsahuje poselství“?

ano *částečně* *ne*

42. dokážete se oblékat tak aby vaše oblečení bylo zároveň pěkné, pohodlné, přiměřené situaci, vaší náladě a fyzickému vzhledu?

ano *jak kdy* *ne*

43. býváte vyčerpaná(ý) ?

ano, často *občas ano* *ne*

44. máte sklony k riskantnímu nebo impulzivnímu chování?

ano, často *občas ano* *ne*

45. stávají se vám úrazy?

ano, často *občas ano* *vyjíměčně, ne*

46. míváte pocit tělesné slabosti bez zjevné vnější příčiny?

ano, často *občas ano* *ne*

47. domníváte se, že lidské tělo je jen složitý stroj (mechanismus)?

ano *částečně* *ne*

48. máte někdy pocit, jakoby jste se díval(a) na svět skrze jakýsi mlžný závoj či clonu, popř. přes skleněnou stěnu apod. ? (pocit odstupu, odtažení se od okolního dění)

ano, často *občas ano* *ne*

49. cítíte se příjemněji nebo jistěji v nepřímé komunikaci s lidmi? (telefon, elektronická média jako internet – chat, ICQ, Skype, e-mail, popř. záliba v natáčení lidí na kameru)

ano, často *občas ano* *ne*

50. jste spokojená(ý) s množstvím tělesné energie, kterým obvykle disponujete?

ano *částečně* *ne*

51. zažíváte chvíle, kdy se můžete chovat spontánně a hravě jako dítě?

ano, často *občas ano* *ne*

52. myslíte si, že jste smyslná(ý)?

ano *částečně* *ne*

53. dělal(a) jste se svým tělem někdy něco, co ve vás vyvolávalo pocity viny?

ano, často *občas ano* *ne*

54. pokud měli vaši rodiče či kamarádi ve vašem dětství poznámky k vašemu tělu, byly spíše:

pozitivní *negativní* *neutrální/nevzpomínám si*

55. pokud mají vaši rodiče, známí, partner, nebo lidé se kterými se setkáváte v současnosti poznámky k vašemu tělu, jsou spíše:

pozitivní *negativní* *neutrální*

56. vyjadřovali vaši rodiče (popř. rodič a jeho partner) ve vašem dětství a dospívání spontánně svůj partnerský vztah ve vaší přítomnosti? (políbili se, drželi za ruce apod.)

ano, často *občas ano* *ne*