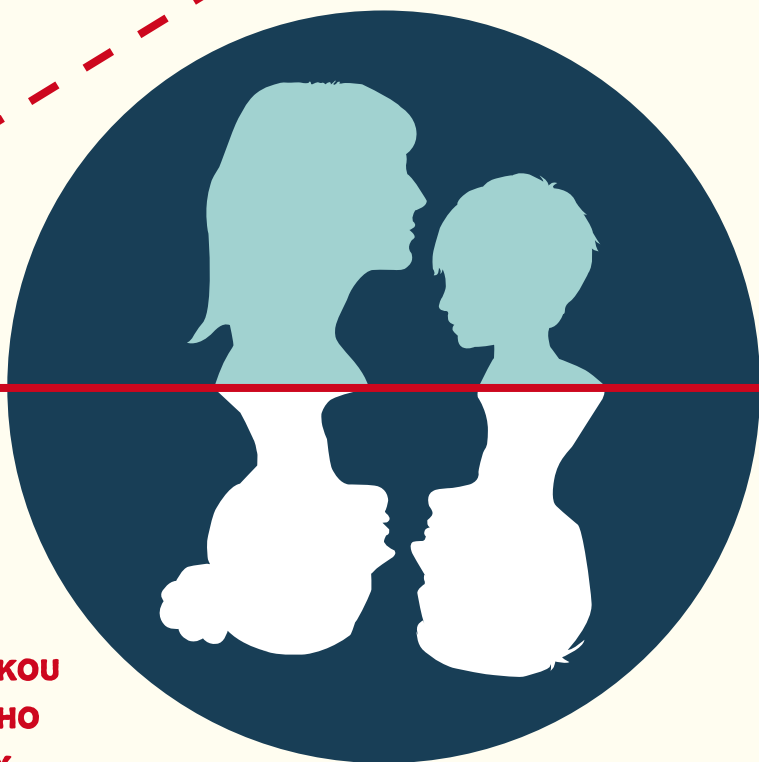
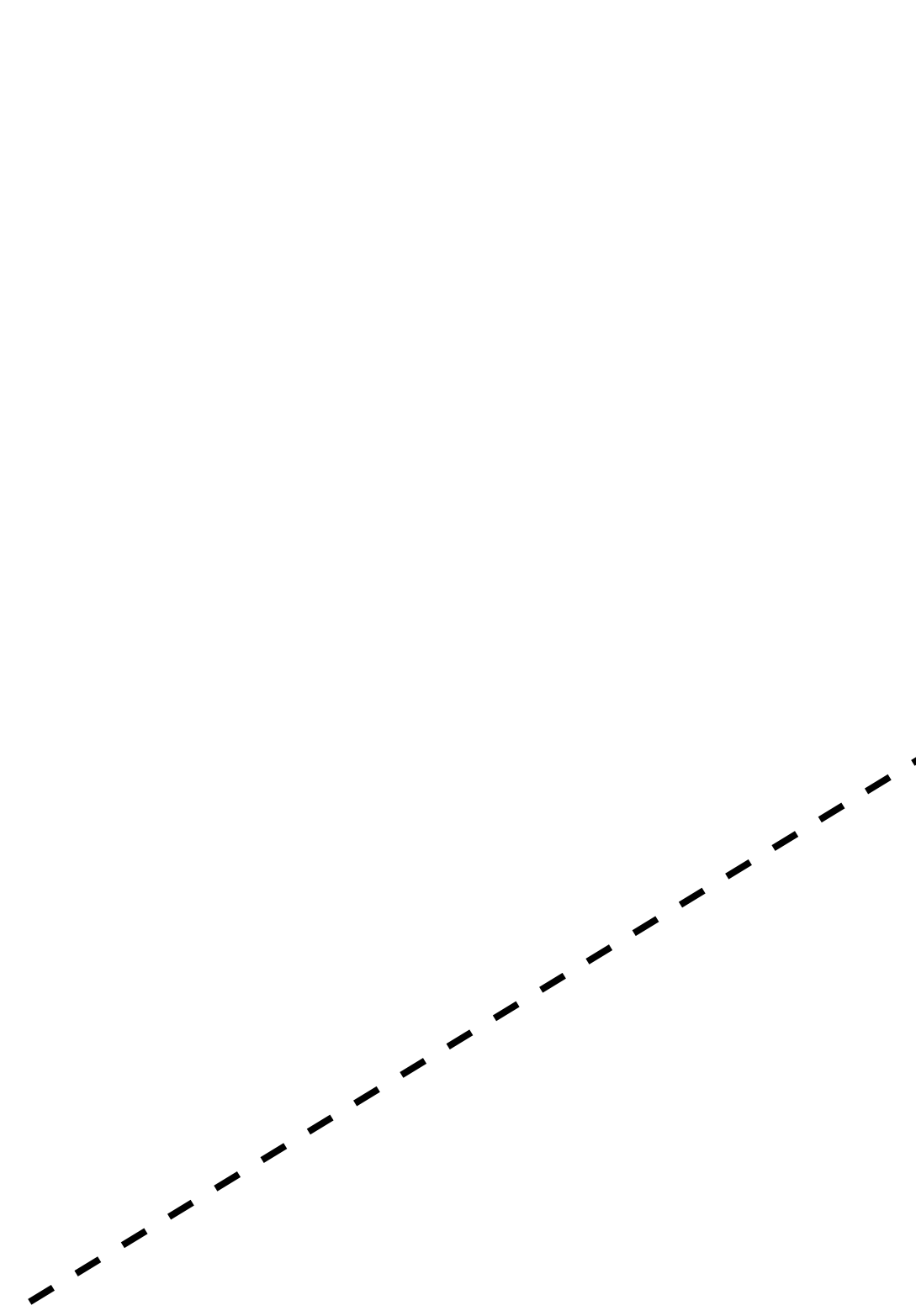


MATKY, SYNOVÉ A MILENKY



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

MICHAEL GURIAN



**MATKY,
SYNOVÉ
A
MILENKY**

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

MICHAEL GURIAN

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy:

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

Michael Gurian

Matky, synové a milenky

Jak mužův vztah s matkou ovlivňuje jeho další vztahy se ženami

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

Přeložila Diana Krausová

Návrh obálky Marta Červáková

Sazba Magda Kadlecová

Jazyková redakce Ingrid Němečková

Česká předmluva Jan Holeyšovský

Odpovědná redaktorka Lenka Kubelová

Počet stran 288

První vydání, Praha 2018

Vydala GRADA Publishing, a. s.

pod značkou Alferia

U Průhonu 22, Praha 7

jako svou 7137. publikaci

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod a. s.

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

Copyright © Michael Gurian, 1994, 2010

Copyright © Diana Krausová, 2019

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

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

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

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

OBSAH

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

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

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

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

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

ČESKÁ PŘEDMLUVA

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

PhDr. Jan Holeyšovský

+

PŘEDMLUVA K VYDÁNÍ

Z ROKU 2010

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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