

Zásady antroposofického manželského poradenství

**WOLFGANG GÄDEKE**

### **Příčiny problémů v manželství**

**V** řadě problémů a starostí, se kterými se dnes musí lidé potýkat, stojí manželské a partnerské problémy na čelném místě. Soužití muže a ženy se stalo v dnešní době natolik obtížným, že přivádí stále více lidí až k mezím jejich možností, ano až na sám okraj propasti. Nezřídka končívají tyto těžkosti osobní i sociální katastrofou.

Příčiny těchto katastrof hledají postižení a za často i jejich sociální okolí obvykle v osobních chybách a v neslučitelnosti povah. To je ale omyl. Hlavní příčiny nejsou personální a týkají se každého z nás. A o tom bychom měli mluvit nejprve.

Jedním z hlavních zdrojů potíží v této oblasti je rozšířené, vědomé či nevědomé mínění, že manželství, tedy každé dlouhodobé soužití muže a ženy, je čímsi přirozeným. To však je iluze — manželství se neodehrává tak jako dýchání, spánek nebo trávení samo od sebe, tedy přirozeně. Tak je tomu pouze u zvířat, kde synergická činnost pohlaví řídí instinkt, a tak funguje samovolně. Proto byly ve všech lidských společnostech a kulturách pro soužití pohlaví stanoveny manželské rady a zákony. Kdyby bylo manželství tak přirozené jako dýchání, nebylo by potřeba ho zevně řídit zákony, příkazy a zákazy.

Pomocí takového tlaku tyto zákony působily a byly prosazovány, je vidět například z kamenování cizoložnic u Židů nebo z ustanovení platného ve Spolkové republice Německo do roku 1954, jež nařizovalo vdané ženě plnit její „manželské povinnosti“. Na to, co to znamená, se mohly mladší doptat u starších. A pokud se nechovaly odpovídajícím způsobem, mohlo jim být při rozvodu přičteno jeho zavinění a mohly tak ztratit nárok na jakoukoli podporu. Manželství bývalo, v jednotlivých kulturách samozřejmě v rozdílné míře, šito podle konfekčního střihu, do něhož bylo třeba pouze vklouznout; bylo se v něm tedy třeba přizpůsobit mravům, zvykům, příkazům a zákazům — pak zaručovalo sociálně prospěšný život.

Dnes však právem odmítáme v této oblasti jakékoli poručnictví společnosti. Chceme se rozhodovat a profilovat sami. Ve společenském měřítku to má za následek, že se stát zcela zřekl toho, aby určoval podobu a účel manželství, a například německé rozvodové právo z roku 1977 postavené na principu rozvratu se omezuje na formální regulaci náležitostí při rozpadu manželství. Manželské právo se takto velice podobá právu konkurznímu.

Málokdy se však z tohoto vývoje vyvozují příslušné důsledky. Neboť jsme-li při utváření manželství zcela osvobozeni od jakýchkoli vnějších tlaků a manželství se přitom „neřídí přírodou“, může tedy být pouze svobodně utvářenou sociálně kulturní formou, má-li se podařit.

Máme-li stvořit kulturní výtvar, je k tomu zapotřebí získat znalosti a schopnosti a pak vše podle nich naplánovat a uskutečnit s vynaložením patřičné síly po patřičný čas. To jsme však v oblasti manželství neudělali. Ničemu jsme se neučili — nezkoumali jsme třeba hluboký rozdíl, jaký vládne mezi pohlavími, nic jsme neplánovali, a nakonec ani nevíme, jak taková práce na manželství má vypadat. Kdo dnes vstupuje do manželství, nezakotvuje v pevném přístavu, jak zní otřepaná fráze, ale spíše se podobá někomu, kdo vyráží na moře ve starém dřevěném člunu s roztrhanými plachtami, bez kormidla, bez mapy a kompasu a s malými zásobami, aniž by znal hvězdy nebo pravidla navigace, a dokonce ani neví, kam se má vydat.

Začíná-li plavba po moři takto, je každému jasné, že nemůže dospět daleko. Ale u manželství se znovu a znovu každý diví, když ztroskotá.

Nedostatky ve vzdělání, v plánování a v cílevědomé práci mají o to těžší dopad,

že manželství je jedním z těch mála kulturních statků, které se nedají koupit ani jinak pořídit za peníze. Také je není možné na někoho přenést, delegovat. Jídlo, oblečení i příbytek si koupíme, služby — až po symfonický koncert — si zaplatíme. Jen manželství si musejí muž a žena obstarat sami: společně vytvořit.

K tomu musejí být oba zajedno v tom, jak má takový kulturní počin vypadat. Představme si dva truhláře, kteří chtějí něco vyrobit a nedomluví se předem, zda to má být skříň nebo stůl, jak má konkrétně vypadat a kdo obstará jakou část práce. Něco takového nemůže neselhat. Jiný příklad: Dva společně zakládají zahradu a starají se o ni bez náležité domluvy—jeden vypleje, co druhý zasadil.

Chováme-li se v manželství takto, musí být jeho selhání pravidlem—tedy jeho „trvanlivost“ je omezená. Vyjádřeno statisticky, stáří manželství v okamžiku rozvodu klesá, nemluvě o tichých rozchodech dvojic, jež nebyly právně sezdány.

Manželství se tedy dnes hroutit musí! Mít problémy v manželství už také dnes není považováno za hanbu —je to normální, je to všude. Ale také to není zdravé, protože to působí bolest nebo škodí životu jiným způsobem—podobně jako nemoc.

Další důvod, proč tolik manželství selhává, je tento: V minulosti mívalo manželův! zcela praktický a očividný smysl — bylo hospodářskou jednotkou, bez níž bylo nemožné přežít. Vzpomeňme si na selské rodinné hospodářství nebo na malé řemeslnictví. Bez selky nebo paní mistrové by to nešlo. A manželství bylo též sociálním společenstvím, tedy duchodovým a zdravotním pojištěním a pojištěním proti i u zaměstnanosti, vše v jednom. Od té doby, co máme všeobecné sociální pojištění, odpadá tento silný motivační důvod. A také šlo v manželství o to, mít dědice—a nejen u knížat. I tento jeho účel je dnes zpochybněn a ztratil svou fundamentální sílu.

Namísto těchto motivů orientujících manželství směrem k účelnosti nastoupila dnes jako ústřední motiv pro manželství honba za spokojeností a štěstím. Moderní člověk, který již nedochází opravdového naplnění v práci a v potěšeních, jež mu skýtá naše odosobněná civilizace, a také nespojuje své budoucí štěstí s náboženskými představami, očekává naplnění veškerých svých představ o štěstí, klidném a spokojeném životě od manželství a partnerství, čímž je beznadějně přetíženo.

V životě jsou věci, jež člověku unikají, čím více o ně usiluje. Patří k nim třeba taiké zdraví. Kdo neustále dbá na to, co mu škodí nebo prospívá, a neustále své myšlenky upíná ke svému zdravotnímu stavu, bude jistě churavět. A tak je tomu i se štěstím: Kdo o ně přímo usiluje jako o cíl života, bude jistě nešťastný. Štěstí a spokojenost mohou vzniknout jen jako vedlejší účinek vynaloženého úsilí. A podle toho může být manželské štěstí jen vedlejší účinkem úsilí vynaloženého v manželství. Že by ale manželství bylo prací, tomu jsme se vůbec neučili.

A je ještě mnoho jiných nadosobních důvodů, proč manželství selhává: zaměňováním lásky se zamilovaností, lásky se sexualitou; nové chápání ženy jakožto rovnoprávné a suverénní osobnosti, mizení konstruktivních sil k vytváření společenství. Nicméně to, co jsme zde nyní naznačili, by mělo stačit, abychom se nyní věnovali překonávání manželských problémů pomocí manželského poradenství.

## Ochota nechat si pomoci

V první kapitole jsme se pokusili najít porozumění pro to, proč je dnes manželství jakožto trvalé partnerské společenství muže a ženy obtížné. Protože však stále existuje potřeba dlouhodobého soužití — možná v různé intenzitě u mužů a u žen — vyvstává otázka, co se dá v této situaci dělat.

Sešedesát procent (!) všech žádostí o rozvod podávají ženy. To tedy znamená, že jsou mnohem nespokojenější s manželskými poměry než muži a mají větší a dalekosáhlejší očekávání. Také silněji než muži vnímají vše, co v manželství vadí nebo schází. Muži se snáze spokojí s tím, když jim manželství uspokojí aspoň některé základní potřeby. Vědomě nebo nevědomě, v myšlenkách nebo citech, „bilancují“ celkovou hodnotu manželství. A převládne-li kladná stránka, pak je pro ně manželství venkoncem pozitivní. Ale ne u žen! Ty nebilancují. I když je na manželství mnoho pozitivního, přesto jim jeho záporné stránky nezmizí z očí; nic je nevyváží a už vůbec nezruší! Jsou jim pořád kamenem úrazu a impulsem ke změně.

Proto ženy obecně více tlačí na to, aby se v manželství daly změny, a jsou také připravenější vyhledávat a přijímat pomoc někoho dalšího — třeba při pastýřském rozhovoru od faráře nebo od manželského terapeuta. Mužům je to spíše zatěžko, poněvadž v nich snáze vzniká pocit selhání a také pro ně není snadné svěřovat své osobní a duševní záležitosti jiným. Své problémy si nechávají uvnitř.

Tak se může stát, že neřešené manželské problémy se mohou postupně prohlubovat a lidé vyhledají pomoc, teprve až je jejich bolesti a břemena poškodí na zdraví, když už propukne nenávisť nebo násilí nebo když se jeden nebo oba zamilují do nového partnera. Cizí člověk je žádán o radu, až když je již rozvod na spadnutí, nebo se to tak aspoň jednomu z partnerů jeví, a pro manželství tak zbývá tedy sotva jaká naděje.

Je to podobné, jako když při zápalu slepého střeva nejde pacient k lékaři, když se vyskytnou první bolesti, ale teprve když se slepé střevo protrhne a hnis se šíří po břišní dutině. Tehdy je už jen možno pokusit se rychlou operací a intenzivní péčí zachránit život pacienta — ovšem někdy marně.

Proto první rada zní: Vyhledat manželskou poradnu, už když jeden z partnerů (většinou žena) má pocit, že úsilí jednoho nebo obou partnerů nevede ke zlepšení poměrů ve společném vztahu. A tomuto přání by měl druhý partner vyhovět, i když má sám pocit, že toho není třeba. Může takovou vstřícností partnerovi ukázat, že ho miluje a že je ochoten pro něj něco udělat. Od muže je žádost o pomoc ovšem větší „kulturní výkon“ a žena by to měla patřičně ocenit.

Ochotu vyhledat manželskou poradnu často též podlamuje pomyšlení, že se člověk přece musí se všemi problémy vypořádat sám. To je ale skoro vždy subtilní výmluva, na níž je jen málo pravdy. Neboť jistě musí ona dvojice nakonec vyřešit své

problémy sama. To však nevylučuje radu a pomoc. Právě díky manželskému poradenství se můžeme naučit, kdy se do něčeho pustit svépomocí a kdy je to lépe nepodnikat. Opravdu není možné, aby si člověk nechal mluvit do svého manželství. Ale také není potřeba v manželství znovu objevovat Ameriku.

Základním problémem, který se klade do cesty manželskému poradenství, je ostych ventilovat své „osobní“ problémy před nějakou cizí, nejspíše zcela neznámou osobou. Nechceme přece „prát špinavé prádlo“. Stran toho můžeme pouze ujistit, že se téměř nevyskytují „osobní“ problémy v tom smyslu, že by byly čistě individuální; manželství má mnohem více společného s kategorií rodu, a proto se v něm zřetelně projevují nejen všeobecné problémy epochy (viz první kapitola), ale i obecní problémy mužsko-ženské. Osobní tedy nejsou tyto problémy svou příčinou, svým původem, leč řešit se dají pouze osobně, tedy prostřednictvím nasazení a úsilí lednotlivce. Zkušený manželský terapeut pozná tak devadesát procent problémů manželského páru, který před ním usedl, ještě než kdokoli z partnerů otevře ústa. Pravděpodobně ona dvojice nemá veškeré problémy, o nichž terapeut ví. Ovšem téměř všechny, které manželé mají, terapeut zná. Je velice obtížné dělat v manželství i a iginální, individuální chyby.

Dá se také říci, že ve srovnání s lékařem to má manželský terapeut poměrně lehké, neboť zde neexistují jako v klasické medicíně tisíce různých nemocí, jež je třeba pracně diagnostikovat; v podstatě je jen jedna „manželská choroba“, která se vyskytuje u všech bez rozdílů, jen v lehkých variacích. Obtížnější je to s terapií, neboť není žádný lék, který je potřeba pravidelně konzumovat. Mnohem více nežli v medicíně záleží při řešení manželských problémů na aktivní práci postižených. Není možno „nechat si vyléčit“ manželství.

K tomě toho je pár věcí, které mohou manželskou terapii znemožnit nebo učinit bezvýslednou — když jiné problémy neumožňují s manželstvím pracovat: patří drogy, pravidelný alkoholismus, pravidelně se opakující násilnictví a většinou také sexuální zneužívání v dětství a duševní choroby. Tehdy je potřeba nejprve vyhledat konkrétní specifickou terapii, aby se obnovily individuální tvůrčí síly nezbytné k životu v manželství. Ovšem s tvrzením „můj partner je psychicky nemocný“ je nutno zacházet velice obezřetně. Coby postižený je druhý partner bezpochyby zaujatý, a tak by měl diagnózu přenechat terapeutovi nebo přímo lékaři. Jinak se „duševní choroba“ může stát lehce slovem do pranice nebo lacinou výmluvou.

V následující kapitole si naznačíme, jak se dá přistoupit k léčení nemocného manželství.

## **Jak spolu hovořit**

Jedním se základních problémů, které se vyskytují téměř vždy, kdykoli jsou v manželství nějaké problémy, je nedostatečná komunikace mezi manželi — tedy

komunikace slovem.

Zatímco v období zamilovanosti nemívají dvojice problém dorozumět se nejen slovy, ale i duševně se dotýkat a setkávat, když tato fáze pomine, tato schopnost pomalu ale jistě mizí. Dokonce bychom mohli zamilovanost definovat jako stav, kdy jinak nemluvný muž nemá potíž otevřít svou duši a projevit to slovy. „Kdo má srdce plné, tomu ústa přetékaají“, praví Bible. Ovšem pro muže je obecně těžší vyjadřovat své duševní stavy — pokud se nevztahují k nějaké objektivní skutečnosti mimo něj samého. Raději si své osobní dojmy nechá pro sebe, prohlásí je před sebou i před ostatními za „nedůležité“ a nemá potřebu všechno, co se mu honí v duši, také vyjádřit. Když hovoří, používá řeč pro přenos informace, k domluvě s jinými, k řešení problémů nebo jako mocenský prostředek k ovládnutí jiných.

Tak když třeba žena řekne: „Poslyš, cítím ti v žaludku takovou bolest, jakou jsem ještě nezažila“, může odpověď znít: „Vezmi si prášek“, nebo „Měla bys jít raději k lékaři“. Tyto věty jsou typické — vyjadřují návrh řešení problému. Ale vztah k ženě nezlepšují — právě naopak. Ona přece ví, že si může vzít prášek nebo jít k lékaři. Nechce se zeptat, co má dělat, ale chce navázat duševní kontakt. Neboť ženy používají řeč převážně zcela jinak než muži — jako prostředek k navázání duševního kontaktu a blízkosti.<sup>1</sup> Aby se skutečně vztah vylepšil, musel by muž přistoupit na ženinu hru a říci třeba: „Kde tě to přesně bolí? Je ta bolest bodavá, povolná, nebo je to tlak? Odkdy tě to bolí?“ a tak podobně. A když to ještě vyjádří soucitně a starostlivě, s citem, dojde k duševnímu sblížení a spojení. Žena se cítí chápána a přijímána.

Nebo když se žena muže zeptá: „Miluješ mě?“ a on odpoví: „Přece víš, včera jsem ti to už říkal“. Tehdy je jasné, že chápe slovo jen jako nositele informace a pak je tedy zbytečné opakovat totéž dvakrát krátce po sobě. Ona však chce ještě jednou zažít ono duševní gesto, jež bylo s tímto slovem spojeno, a s ním také onu duševní blízkost a dotyk.

Povšimněme si, co se bude dít, když si společně dvě manželské dvojice vyjdou na vycházku, o čem se budou bavit. Muži o autech, sportu, o politice nebo o své práci — tedy o objektivních věcech: velmi zřídka o svých pocitech a o tom, jak jsou celkově „na tom“. Ženy mluví o vztazích, o dětech, o různých lidech, o svých pocitech a podobně, tedy mnohem osobněji. A jestliže si padnou do oka, mohou si i krátce něco přišeptnout o duševních intimnostech, o jakých by muži nehovořili ani se svými nejlepšími přáteli.

Jistě jsou také muži, kteří mají „co na srdci, to na jazyku“, kteří dokáží hovořit sobě a o svých pocitech, vyjadřovat soustrast a podobně. Takoví muži jsou u žen velmi oblíbení, někdy se před projevy jejich sympatie dokáží těžko uchránit. Snatkoví podvodníci takových schopností využívají, aby si u žen získali důvěru a pak je využili ke svým cílům. Naletí jim i kulturní a inteligentní ženy, poněvadž se cítí pochopeny v základní potřebě své ženské duše — potřebě duševní blízkosti, a

dotyku vyjádřených slovem.

K tomu se dá pouze říci: Kdo hodlá dlouhodobě žít se ženou, musí se s touto skutečností vypořádat. Nejen protože jinak zůstane ona ženská základní potřeba neuspokojena a postupně bude vznikat odcizení, ale také protože stále nové vnímání a prožívání duše druhého skrze slovo je základní podmínkou lásky. Když však zmlknou mezi partnery láskyplná slova, odumírá pomalu i láska.

Dá se to vyjádřit ještě jinak: Pokud se stále nehledá a nenavazuje duševní kontakt prostřednictvím slova, když si partneri pomoci něho nenahlížíjí den po dni do srdce, uvázne ve vztahu „krevní oběh“.

Problém se vyostruje tím, že i přes sníženou až minimální duševní komunikaci -- ve Spolkové republice spolu hovoří manželé v průměru denně osm minut - přetrvává, i když také v omezené míře, pohlavní kontakt. Tím vzniká v ženě další problém. Zatímco mužská sexualita funguje i bez duševního sblížení (viz například fenomén prostituce), je pro ženu sexualita bez duševního sblížení a důvěrnosti většinou nepřijatelná, ba nemožná. A tím, že mnohé dvojice i nadále praktikují sex bez toho, aby byl dostatečně ošetřen jejich duševní vztah, vzniká diskrepance mezi duševní a tělesnou úrovní vztahu. Na jedné straně zůstává nejvyšší blízkost a intimita, na druhé vzniká vzdálenost a odcizení. A tuto nesrovnalost vnímá žena silněji nežli muž.

Každý den, nejlépe v tutéž hodinu, se manželé posadí — samozřejmě bez dětí — a tak patnáct až dvacet minut spolu hovoří. Neměly by to být žádné domluvy, nemělo by se mluvit o žádných problémech ve vztahu a o žádných zásadních duchovních otázkách (například výchova, otázky po smyslu, náboženské a světonázorové otázky). Každý z partnerů mluví tak pět až sedm minut o tom, co zažil (o přírodě, kultuře, zaměstnání, o dětech, o snech a vzpomínkách), co se ho dotýká a naplňuje jeho duši — nezávisle na tom, jak je to „důležité“, čili bez hodnocení. Mottem pro to může být titul autobiografie Karla Zuckmayera: „Jako by to byl kousek mne sama“. Druhý jen účastně naslouchá a přitom nic nedělá. Po pěti až sedmi minutách si vymění role. Nekomentuje se nic, neodpo- j vidá se; maximálně se kladou doplňující otázky, když posluchač něco nechápe.

Takový rozhovor je snazší pro ženu, protože má tak jako tak potřebu posloužit si slovem k navázání duševní blízkosti. Muži se k tomu musí trochu přemáhat, neboť je jim zatěžko vyjadřovat se slovy. Kromě toho působí dost často takové nacvičování rozhovoru duši uměle, někdy až komicky. Ale tak je tomu s každým cvičením. Poslechněme si, jak klavírista cvičí své stupnice; nebo se podívejme na sportovce, jenž si procvičuje jednotlivé skupiny svalů. Není to ani umění, ani sport. Obojí je umělé až k smíchu, ale přesto nezbytné, má-li se z toho stát umění, respektive sport. Tak je i rozhovor duší předběžné cvičení vedoucí k umění manželskému a to se musí nejprve cvičit zvlášť, až později z něho bude běžný prvek, jenž v manželství bude žít.

Také je důležité podívat se na to, jak při takovém rozhovoru zacházet s partnerskými problémy, ať už jsou to ty trvalé nebo teď se právě vyskytnuvší. Nejlepší je takto ve dvou se zpočátku vůbec o problémech nebavit, neboť na to většinou nejsou ti dva připraveni. Problémy se tím většinou prohlubují a nezmenšují. Manželům sice bývá zatěžko na to přistoupit, ale po dlouhou dobu by měli o veškerých problémech hovořit jen ve třech, tedy s manželským poradcem, protože každý je v takové situaci zaujatý a zhusta nevidí ani ty nejjednodušší možnosti řešení nebo kompromisu.

Rozhovor duši vytváří základ pro nové porozumění a možný růst důvěry. Kdo jej vydrží vést aspoň jeden měsíc, pocítí brzy pozitivní výsledky. Ale někdy bývá manželství již natolik choré, že se s takovým rozhovorem nedá ani začít. Pak je nutno pracovat s minulostí. Jak se to dělá, popíšeme v následující kapitole.

## **Zpracování minulosti**

Již jsme označili problémy, které už v počátcích znemožňují manželské poradenství konzumace drog, pravidelný alkoholismus, násilí a sexuální zneužívání v dětství. U takových případů musí manželskému poradenství předcházet specifická terapie, neboť je nejprve třeba získat schopnost učit se a autonomně jednat.

Jsou ale také situace, v nichž se nemůže manželské poradenství jednoduše orientovat na dosažení budoucích výsledků, jako v případech, když oba manželé chtějí dále pokračovat v manželství a jde jen o to, pomoci jim utvářet jejich vztah a pečovat o něj, ale kdy je vztah silně narušen a lidé pochybují o jeho smyslu, nebo navádí milostný vztah s někým třetím či se dokonce chtějí rozejít.

Bývá tomu i tak, že jeden partner se chce rozejít a druhý ne. Stává se také, že jeden z partnerů už zařizuje rozvod, ale kvůli druhému přivolí učinit pokus s takovým rozhovorem. Zde je třeba při prvním nebo druhém, nejpozději třetím rozhovoru rozpoznat, nakolik vážně je manželství narušeno, aby člověk nemrhal energií a radami, jak si počínat v manželství, ale aby se započalo s důkladným zpracováním historie toho vztahu. Stupeň narušení vztahu se dá odvodit nejen z toho, co dotyční říkají, jak si stěžují na nekomunikaci, bezcitnost, odcizení, na vzájemné křivdy, rozčarování a podobně, ale též jejich chování ukáže, nakolik je manželství choré — když jeden nedokáže klidně naslouchat slovům druhého, když se při určitých slovech a obrazech, při určitém odstínu hlasu dostává do obrátek, když takřka nedokáže snést, co druhý říká, když ze sebe jeden z obou pořádně nevypraví ani větu, nebo zarytě mlčí a nereaguje ani na terapeutovo vyzvání; když se na sebe partneři nedokáží podívat a ještě při mnohých jiných symptomech je nutno začít pracovat s minulostí. K tomu je nejprve potřeba, aby to oba partneři



chtěli. Toho nebývá snadné dosáhnout, poněvadž partner, který chce se vším skončit, už není životně na společné minulosti zainteresován. Chce ji nechat za sebou, „nepřat špinavé prádlo“ a třeba raději ani nevzpomínat na svůj podíl na ztroskotání manželství, protože v sobě chová myšlenku, že stejně je na vině oné mizérie ten druhý. A pokud i má pocit, že je sám hlavní příčinou konfliktu, může pro něj být nesnesitelné přiznat to před partnerem a navíc ještě před poradcem. V takové situaci je nutné nejprve vyjasnit, že nejde o hledání (podílu) viny, ale o poznání příčin. A také o to, položit si otázku: Proč jsme nyní tam, kam žádný z nás nechtěl, když jsme se dali dohromady? Oba jsou si jisti, že chtěli to nejlepší. Ale ten druhý... Proto je také názor na příčiny rozpadu u obou partnerů zcela odlišný, i když skutečnost je jen jedna. Rovina skutečnosti a rovina významu se nekryjí.<sup>4</sup>

K tomu, aby mohl proces pokračovat, je třeba, aby partnerům záleželo na tom, dobrat se společného uvědomění a společného náhledu na svou minulou cestu. Tomu z partnerů, který se již rozhodl vztahu se zřít, může k tomu pomoci, jestliže mu ozřejmíme, že nepustíte-li se do takového zpracování minulosti, snadno se mu může stát, že bude v novém vztahu opakovat chyby z prvního, poněvadž bez společného objektivního posouzení minulého vztahu nedokáže rozpoznat všechny chyby, jež učinil. Někomu může pomoci i to, že takovým zpracováním vlastního života pochopí lépe nejen jej a sebe sama, ale může si prohloubit i vztah k druhým tím, že se mu s větší jasností zjeví vlastní osud, že tím může dosáhnout odpuštění a prominutí, že tak třeba i může předem ujít kus své posmrtné cesty.

Není také možno začínat práci na manželství s předpokladem „manželství je nutno za každou cenu obnovit“ ani „manželství rozhodně není možno založit znova.“ I když se nálady obou pohybují v těchto dimenzích, práce má smysl jen tehdy, mohou-li být tyto nálady a záměry na dobu jejího trvání odloženy stranou a pokud v ní oba partneři vidí smysl.

Protože taková práce trvá dlouho — deset až patnáct sezení, podle toho, jak partneři spolupracují—je nutno dosáhnout dohody, jak učinit po tu dobu život snesitelným, to znamená, že je nutno nejprve dojednat „příměří“ a co možná zabránit, aby vznikala další zranění a křivdy. K tomu je možno pojmenovat hlavní body sporu a vytvořit určitý kompromis. Nejde o dlouhodobé řešení, jen o předběžná ujednání. Pomůže například, když se jeden z partnerů odstěhuje

<sup>4</sup> Tyto pojmy použil jako první Bernard Lievegoed.

Z ložnice (pokud k tomu už nedošlo) a vůbec dojde k lehkému prostorovému oddělení, aby se zabránilo dalším konfrontacím. Také by se partneři měli snažit vyhýbat se během té doby verbálním střetům a problémy otevírat raději jen společně s poradcem při nejbližším setkání. Neboť konstruktivního rozhovoru, jenž by vedl k řešení problému, nejsou většinou schopni a marnými pokusy o něj situaci spíše zhoršují. V této oblasti je třeba veliké fantazie, aby bylo dosaženo jednotlivých kompromisu, případně se tato „mírová vyjednávání“ při dalších rozhovorech opakují a nalézají se nové kompromisy a strategie předcházení konfliktu.

Když pak už konečné může začít vlastní práce, nemá smysl začínat jako při denní retrospektivě s pohledem na přítomnost a vracet se krok za krokem ke zpětnému pohledu, přítomnost je emočně zatížená, a proto je nutno začít v minulosti a vybavovat si společnou minulost od jejího počátku.

Oba partneři nejprve vylíčí svůj život do doby, než se poznali, Pak jeden podrobně popíše setkání, seznámení a jak mezi nimi vznikla láska. Nejprve fakta, pak co pro něj znamenala. Pak druhý doplní nebo poopraví fakta a porozpráví o svých pocitech v tomto společně prožitém čase.

V tomto období často postižení ještě vůbec nevidí žádné problémy, poněvadž to plece bylo tehdy tak krásné. Ale většinou již tehdy existují skutečnosti, jež představují zárodky problému, i když si jich v této jejich funkci partneři nejsou vědomi. Mohou jimi být:

- Když partneři začínali svůj společný život, nerozvinuli žádné konkrétní ideje, představy či plány, jak, ale především proč mají spolu žít natrvalo. Neformulovali smysl svého kroku v myšlenkách nebo slovy. A to jistě povede u tak obtížného kulturního činu, jakým je manželství, k problémům.

- Partneři si neosvojili poznatky a schopnosti potřebné pro společný život, jaké jsou nutné a samozřejmé u každé jiné kulturní činnosti a povolání.

- Žena, již bylo mezi 18 a 25 lety, si předtím, než spojila svůj život s mužem, nevybudovala a nerozvinula samostatný život, například prostřednictvím vzdělání nebo v zaměstnání. Něco takového se většinou projevuje mezi 28 a 33 lety silným „nutkáním ke svobodě“, jež v situaci, kdy jsou již na světě děti, působí veliké potíže.

Většinou též bývá vztah zpočátku silně asymetrický: tělesně je dvojice plně spojena (neboť není úplnějšího tělesného spojení nežli spojení pohlavní), ale duševně a duchovně nedosahuje této úplnosti — tam by jako sto procent bylo možno nazvat rozhodnutí ke společnému soužití po celý život, neboť na delší dobu se člověk uvázat nemůže. Takováto asymetrie mezi těsností vztahu na úrovni tělesné a duševní nastává téměř u všech dvojic, ale jako osobní problém ji chápou jen zřídka (a když, tak jenom žena), avšak je objektivně zdrojem některých potíží, jež vyvstanou teprve později.

Když tedy partneři takto vylíčili své setkání, může poradce poukázat na tyto „objektivní“ problémy. To má pro dvojici svůj význam v tom, že se na těchto příkladech dá lehce ukázat, že problémy nevznikly nutně kvůli špatným krokům, v důsledku charakterových chyb, nebo dokonce ze zlé vůle, a že je tedy není možno přičítat druhému jakožto jeho „vinu“, ale že oba se tak „nevědomě provinili“ z neznalosti a nevědomým zanedbáním důležitých věcí. Nejsou tedy vinní v tom smyslu, že by záměrně jednali proti svému svědomí a při plném vědomí nesprávnosti svého jednání, leč přesto jsou vůči sobě vzájemně jaksi vinní, neboť si cosi zůstali dlužní, o čemž sice nevědí, ale má to své nutné důsledky.

Čím více vystupuje oběma před oči objektivní povaha a původ jejich potíží, tím více mizí vzájemné obviňování a odbourává se emocionální zatížení. Namísto nevěle, výčitek a nenávisti nastupuje porozumění, pocit nevyhnutelné tragiky, možná i osvobození.

A to vše se stupňuje během vlastní práce. Při ní si musí oba vybavit po řadě situace a události, které je ve vzpomínkách tíží, podle hesla: V čem a čím se cítím nepochopení, zraňován(a), ponížen(a)? Co mě rozčílilo, zklamalo, rozzuřilo? Co nebylo nikdy vyjasněno, zpracováno a odpuštěno? Probíhá to ve čtyřech krocích:

1. Jeden z obou začne líčit dotýčnou událost podle toho, jak si na ni vzpomíná. Druhý doplňuje nebo opravuje líčení. Je třeba co nejzřetelněji a nejsprávněji vylíčit skutkovou podstatu, zatím bez hodnocení. Pokud se už nedá přesně určit, co se stalo, nebo stojí-li tvrzení proti tvrzení, nechává se to prozatím otevřeno. (I když většinou si na událost lépe vzpomíná ten z obou, který jí byl více poškozen.)

2. Při druhém kroku popisují oba partneři vnitřní podobu onoho zážitku: co pro ně znamenal, jaké měli během něho a po něm pocity a jak se s nimi vypořádali. V této fázi záleží na tom, aby oba dva přijali s naprostou vážností a objektivitou vztahový a významový svět toho druhého —jakkoli subjektivní může být— a aby si pokusili dodatečně vybavit, co svým jednáním v onom druhém vyvolali. Tím dobrovolně trošičku napodobíme situaci, jaké budeme bez lítosti vystaveni v posmrtném bytí, kdy budeme opravdu pociťovat, co jsme vyvolali v druhých bytostech.

3. Když byly vylíčeny všechny podrobnosti a obdařeny významem, může se terapeut pokusit získat porozumění pro chování postižené strany. Může například poukázat na objektivní příčiny spočívající v rozdílnosti muže a ženy, dobových souvislostech a obecně v lidské povaze, které vedou obvykle k takovým problémům. Zde se musí postupovat velmi individuálně. Smyslem je umožnit pochopit, jak vznikly a probíhaly potíže, a odpoutat takové poznání od zátěže bolesti. Neboť nic není těžší nežli utrpení, které nechápeme. A když ho pochopíme, dá se také snáze proměnit. Většina potíží se zakládá na nevědomém opomenutí a to, co jsme tak jaksi nakydali, bude dotud páchnout, dokud se zcela nezkompostuje,

tedy nepromění skrze poznání a porozumění. Pak se to může dokonce stát dobrým podkladem pro další život.

4. Když jsme tak získali z oněch minulých těžkostí všechno poučení, jaké jen bylo možno, může terapeut začít minulost „v duchu napravovat“, tj. může popsat, co by se bylo stalo a co by bylo nutno učinit, aby k oněm potížím nebylo došlo. Vyjde přitom jasně najevo, že ony potíže byly nutné a že se jim postižení ve své tehdejší situaci nemohli vyhnout. Například terapeut může říci: „Měli jste před začátkem společného života své manželství naplánovat, pokud jste se chtěli vyhnout těmto potížím; měli jste jít do „manželské školy“, a dát si poradit, zdali jste na manželství zralí.“ — Ovšem i kdyby to tehdy těm dvěma byl někdo řekl, i tak by to byli tehdy jistě neučinili, jakkoli nyní snad vidí, že by si tím byli ušetřili mnoho těžkostí. Tento krok není marným pokusem měnit minulost, ale jeho smysl je v pochopení nutnosti svého minulého osudu. A teprve díky takovému uznání je dále možno učinit svobodně další kroky k novému utváření vlastního života.

## **Zamilovat si ideu manželství**

Když se částečně podaří zpracovat společnou manželskou minulost, jak bylo nastíněno v předchozí kapitole, vzroste vzájemné porozumění a zlepší se chápání toho, jak vznikly problémy, zmizí námitky a podezřívání. A když se to podaří úplně, je možné i vzájemné odpuštění a může vzniknout pocit souznění s vlastním osudem.

A nyní je nutno znovu otevřít dveře k té doposud velmi bolestivé otázce — jak to bude dál? Tato otázka je obzvláště těžká tehdy, kdy jeden z obou již vstoupil do nového vztahu a nechce nebo nemůže ho hned ukončit. Ale ani tehdy, kdy nic takového neexistuje, nedá se na tuto otázku hned odpovědět. Jde hlavně o využití momentu svobody, jaký se dostaví po zdařilém zpracování.

Nyní dostávají oba „domácí úkol“: písemně načrtnout do příští schůzky své požadavky a svá přání vzhledem k hypotetickému životnímu partnerovi — tedy to nejsou požadavky směřované ke konkrétnímu partnerovi. Jaké mám tělesné potřeby, které doufám, že mi soužití s druhým člověkem uspokojí? A tím se nemyslí jen něžnosti a sexualita, ale vše, co je smyslově a materiálně vnímatelné, až po vnější životní úroveň, jakou si člověk přeje (peníze, kapitál, dům se zahradou a podobně). Patří sem též rozdělení práce a povinností v manželství (domácnost, pořádek, zahrada, domácí práce a tak dále). Za druhé je třeba vypsát přání duše, které mají být společným životem naplněny. Sem patří důvěra, čestnost, otevřenost, věrnost, touha po určitých společných zážitcích a činnostech (příroda, umění, sport, hra a podobně).

Je důležité, aby oba jasně a co nejobjektivněji a nejpřípustněji — i sami před sebou — vystihli svá očekávání, ať už jsou v současnosti splnitelná nebo ne. Písemně

proto, aby si každý lépe uvědomil svou povahu a dokázal ji druhému člověku srozumitelně vylíčit. Vypadá to snáze, než jaké je to ve skutečnosti. Hodně pomůže, když se partnerům podaří své požadavky, očekávání a přání seřadit nebo odstupňovat, takže vznikne určitý hierarchický řád, na němž se ukáží hodnoty a měřítka.

Je to možné ještě doplnit tak, že oba partneři napíší, čím jsou hotovi jejich společnému životu přispět, co druhému na smyslově-tělesné i na duševní úrovni chtějí dát a způsobit. Své zápisky pak partneři na nejbližším sezení s terapeutem přečtou. Je to možné ještě doplnit a vyjasnit. Někdy je dokonce nutno vše zopakovat ještě jednou a zpracovat zcela znova nebo podstatně doplnit. A když je všechno takto shrnuto a vyjasněno, přijde ta důležitá otázka: Je v přáních či potřebách toho druhého něco, co vylučuje dlouhodobé soužití? Jsou očekávání příliš rozdílná, nebo je jejich průnik dostatečně velký? Většinou není rozdílnost potřeb a přání nijak veliká—jednoduše proto, že obojí tkví v lidské tělesné a duševní konstituci. A na této úrovni nejsme tak strašně individuálně rozdílní. Ale může se též jasně vyjevit, že jsou potřeby a přání natolik rozdílné, že manželské soužití se jeví jako nemožné. Když něco takového nahlédnou oba sami, tím lépe. Pak je jim možno pomoci důstojně se rozejít. Složitější to je, když jeden z obou nena- hlíží nemožnost dalšího společného života. Když se však za rozdílností potřeb a přání skrývá rozdílný náhled na svět nebo na život, například když jeden hledá uspokojení téměř výlučně v materiální a tělesné oblasti a druhý má zase náboženské a duchovní potřeby a cíle, je manželství v dlouhodobější perspektivě ne- možné. Někdy musí terapeut i důtklivě radit k rozchodu, aby se bolest — také bolest dětí — nerozmnožovala a neprodlužovala.

Ukáže-li se však, že průnik potřeb obou partnerů je dostatečně veliký, jsou dvě možnosti: Buď společná vůle k manželství nepřestala a nebyla zpochybně- na, a tehdy jde o to, pomoci jim „technicky“, tedy pomocí onoho umění, jak si vést v manželství, a naznačit jim způsoby, jak o ně mají dále pečovat. Když však u jednoho nebo druhého není nastavení vůle k manželství jednoznačné, zbývá zodpovědět další, hlubší otázku: Přejeme si manželství jen jako příležitost a pro- stor k vzájemnému uspokojování potřeb a přání? Pak by to příliš nepřesahovalo, co napsal o manželském právu Kant do své Metafyziky mravů: „Manželství, to jest spojení dvou osob různého pohlaví ku celoživotnímu vzájemnému vlastně- ní jejich pohlavních vlastností.“

A může být vůbec nějaké celoživotní společenství v něčem přesahujícím uspokojování potřeb?

Můžeme tu otázku položit jinak: Co to je ideál celoživotní monogamie? Co se dá v této podobě rozvinout, co by se jinak vytvořit nedalo? Většina dvojic bude zde pravděpodobně bezradná, ač budou mít pocit, že to asi bude důležité. Hlavně ženy mívají občas pocit: musí to přece dávat nějaký smysl. Ale čím se to, co tento pocit naznačuje, odlišuje od pouhé potřeby společenství života, rozvíjejícího se až do stáří?

Jistě se smysl manželství nedá stanovit anebo nalézt tak lehce, jak je tomu u jiných kulturních předmětů. Třeba nůž, vidličku a lžici máme proto, abychom dokázali potravu rozkouskovat a dopravit do úst. Dříve tak bývalo smyslem manželství plodit potomstvo. O tom jsme již mluvili v první kapitole. Vše to, co udílí manželství smysl prostřednictvím nějakého jeho účelu, však již dnes není tím základním nosným prvkem manželství jakožto kulturního počínu.

Když někde zakládají nebo zřizují waldorfskou školu, všichni vědí, že chtějí vytvořit vzdělávací instituci, řídicí se antroposofickými myšlenkami a ideály, a že budou vychovávat děti v souladu s antroposofickým obrazem člověka a antroposofickými pedagogickými zásadami. To je velký myšlenkový komplex, který tady teď nebudeme předvádět. Pokud ovšem lidé už nejsou schopni vědomě se svou vůlí zaměřit ke smyslu a cíli waldorfské pedagogiky, poleví i úsilí potřebné k vedení školy. A s manželstvím je tomu také tak: Proč pokračovat v zoufalých pokusech o dlouhodobé soužití s jedním určitým partnerem, když v sobě vůbec neshledávám potřebu celý život prožít v manželství s jedním člověkem a dokonce se nezdá, že by takto mohly být uspokojeny mé potřeby?

Podrobně rozvinout možnou společnou ideu manželství přesahuje rámec tohoto pojednání. Hodlám pouze naznačit ty její nejdůležitější složky, bez nichž není a v budoucnu nebude manželství možné. U domu můžeme mluvit o pěti podstatných prvcích, nezbytných k tomu, aby byl dům domem: základy (aby dovnitř nevnikal chlad a vlhkost), stěny a střecha (z podobných důvodů) a okna a dveře. Je toho ještě spousta jiného — oheň, krb, topení, voda, odpad, osvětlení a tak podobně, ale ty základní prvky činí dům domem. Podobně může manželství přetrvat jenom tehdy, máme-li při něm na zřeteli následující určující hlediska a cíle:

1. proniknout do umění milovat, a to v jeho nejširším možném významu
2. rozvinutí plného lidství (to jest překonání jednostrannosti svého pohlaví) díky podnětům a pomoci pocházejících od druhého
3. ochota snášet to, co v druhém nemůže být změněno (nést břímě druhého)

4. touha sdílet s druhým jeho skupinový osud

5. usilovat o zlidštění sexuality.

Je na první pohled vidět, že to nejsou cíle, které by vyplývaly z přirozených potřeb a přání. Abychom je pochopili, musíme vykonat značnou myšlenkovou práci (kterou jsme zde pominuli). Ty cíle můžeme uznat za hodny svého úsilí, teprve až poznáme hodnotu svého lidství. A teprve až se naučíme milovat takové myšlenky — jak to nazval Rudolf Steiner ve *Filosofii svobody* — mohou se stát podnětem k našemu jednání a jeho cílem. Že jsou to cíle duchovní (ne duševní) povahy, vidíme z toho, že nejsou bezprostřední. Potřeby a přání ve mně vznikají samovolně. Nerozhoduji o jejich přípustnosti a nemusím je předem pozorovat a vnímat. Působí dokonce i tehdy, když si jich nejsem vědom(a). Patří k mé přirozenosti. Ale duchovní cíle, cíle, jež propůjčují jednání smysl, nenacházím tak jednoduše dané. K těm je třeba se dopracovat poznávacím úsilím. Také nemají povahu naléhavosti, s jakou se ke mně vtírají přání a potřeby, které se dožadují uspokojení. Spíše se z mého vědomí neustále ztrácejí a musím je stále znovu obnovovat, znovu formulovat, uchopovat — abych je nadobro neztratil (a). A jejich konkrétní uskutečnění je namáhavé. Proto také jsem vůči nim svobodný/-ná.

Pokud v sobě vytvoříme takovou myšlenku manželství, bude naprosto lidská. A jistě nás napadne, že manželské životní společenství může být v tomto smyslu důstojným cílem. Hodlám však z této myšlenky učinit *svůj* ideál, tedy měřítko vlastního života a vlastních činů? To je mé naprosto svobodné rozhodnutí. Nikdo mě nemůže nutit, abych tak učinil. Může mě k tomu pohnout pouze mé vlastní zalíbení v této myšlence. Tak může manželství překročit úroveň uspokojování potřeb a vstoupit a vstoupit do svobodného jednání.

Manželství tedy musí shledávat svůj smysl v budoucnosti. Jakákoli zamilovanost, :: Nšechny pocity osudového spříznění — to vše pochází z minulosti a bude pro manželství stále méně nosným prvkem.

Když oba partneři nabyli takového pohledu na manželství, klade se každému z nich otázka: Chci takto chápané manželství? A když ano—chceme *oba* manželství v tomto smyslu? Také se může stát, že sice oba odpoví na první otázku kladně, ale na druhou ne! Například může být vztah jednoho z obou k někomu dalšímu už natolik silný, že se již nezdá být možné obnovit manželství se současným partnerem, i když duchovní cíl zůstává stejný. Může se ale také stát, že tváří v tvář minulosti, společnému osudu a prožitému utrpení se přikloní svou vůlí k obnovení manželství, aby se mohl dál rozvíjet a dokončit jejich společný osud. Pak ovšem vzniká *otázka, jak* se nadále chovat v manželství, na zcela novém základě. O tom budeme mluvit v závěrečné kapitole.

## Další průběh manželství a péče o ně

Jestliže dospěla terapie až do okamžiku, kdy oba partneři chtějí naplnit nastíněnou ideu společného manželského života, vzniká otázka: Jak se k tomu cíli přiblížíme? Jak bude konkrétně vypadat prechod od „morální intuice“ přes „morální fantazii“ až k „morální technice“? <sup>6</sup>

Nejprve je důležité si uvědomit, že ony cíle a ideály, jež byly v předchozí kapitole zmíněny jakožto elementy ideje manželství, nejsou — viz například onen z cílů, který směřuje k naplnění lidství a křesťanství — realizovatelné v omezeném čase života. Spíše jsou to cíle takové, u nichž čím více a déle se k nim blížíme, tím více vidíme a zjišťujeme, jak jsme od nich ještě vzdáleni. Ale jen proto, že jich s určitostí nemůžeme dosáhnout, nejsou to ještě cíle nesmyslné. Jsou nedosažitelné, poněvadž jsou to cíle duchovní a nemají povahu nějakého místa na zemi, které si zvolíme za cíl a můžeme se k němu také dostat.

Může to snad znázornit takovýto obraz: Za starých časů námořníci řídili svou pou(podle hvězd. Tedy ne *ke* hvězdám. Měli oko upřeno na cosi mimozemského — aby zvolili tu správnou cestu na zemi! Podobně je tomu s velkými lidskými ideály, s úsilím o pravdu, lásku a mír. Kdo se domnívá, že je tyto ideály nutno v dohledné době zcela uskutečnit, snadno se stane fundamentalistou a fanatikem. Kdo soudí, že se bez takových ideálů obejdeme, se stane lehce oportunistickým pragmatikem, případně nesnesitelným egoistou. Kdo však cítí, že by bez takových ideálů promarnil své lidství, avšak přesto nemůže doufat v jejich uskutečnění během jediného života, začne se tázat po konkrétních dílčích cílech, pít se po dosažitelných etapách a provádět uskutečnitelné kroky směřující k velkému ideálu.

Můžeme to ilustrovat následujícím příkladem: Jednou ze složek manželského ideálu bylo proniknout do umění milovat v jeho nejširším možném významu. Erichu Frommovi patří zásluha za to, jak výstižně ve svém *Umění milovat* popsal, co vše k tomu náleží. Fromm uvádí čtyři aspekty: znalost, odpovědnost, úcta a péče. Rozeberme si první aspekt: Abych se mohl(a) naučit milovat konkrétní láskou, musím toho mnoho poznat o tom, kterého mám milovat; a nejsou to nějaké nashromážděné poznatky o jeho povaze a vlastnostech, slabostech a chybách, ale musím stále vnímat a snažit se chápat projevy jeho bytosti, jeho duše, jeho myšlenky a pocity, zážitky, jeho úzkosti a naděje. Aby mohla vzniknout láska, je nutno neustále naslouchat duši a bytosti druhého.

Odtud není daleko ke konkrétnímu a dosažitelnému dílčímu cíli, jímž je onen „rozhovor duší“, popsáný ve třetí kapitole. Každodenní intenzivní sdílení, naslouchání duši toho druhého a formulace toho, co žije ve vlastní duši, tak patří

<sup>6</sup> Pojmy pocházejí z *Filosofie svobody* Rudolfa Steinera



k manželské „technice“; je totiž nezbytné „vědět“ o druhém a tato „znalost“ druhého je zase nutnou etapou na cestě k ideálnímu cíli — k umění milovat.

Podobně se dají konkretizovat i zbývající Frommovy aspekty — odpovědnost, úcta a péče. Můžete si to sami přečíst a pak použít svou fantazii, abyste přišli na to, jak tyto aspekty vtělit do všedního života.

I u ostatních ideálních cílů z poslední kapitoly se dá ukázat jejich transformace z morální intuice až k technickým návykům. To by nás však zavedlo příliš daleko. Namísto toho uveďme na závěr tohoto pojednání, jak se dá o manželství všestranně pečovat v souladu s uvedenými ideály.

Ježto manželství je tou nejrozsáhlejší komunikací dvou osob, zapojují se do něho všechny články bytosti. Centrum a těžiště má však ve sdílení společného života, tedy jde především o sdílení éterného těla. To však může být trvalé a vyvážené, jen pokud znamená manželství též přátelství — tedy sdílení na úrovni duše a ducha.

O společenství ducha můžeme v manželství pečovat, budeme-li společně usilovat o duchovní ideály, o pravdu a poznání; můžeme si spolu číst o tom, co je podstatné pro lidskou existenci, a o jejím osudu po smrti, můžeme společně usilovat o určitý řád a určité hodnoty, o společný názor na svět a náboženství, na otázky související se vzděláním a celkovým smyslem všeho, ovšem především se smyslem manželství. Hlavně když v manželství nastávají potíže, měli bychom této oblasti věnovat hodinu až dvě týdně, nejlépe pro ni vyhradit jeden večer, ovšem ne po dvaadvacáté hodině.

Duševní sdílení je třeba každodenně udržovat pomocí naznačeného „rozhovoru duší“. Dále k němu přispívají a zčásti jsou i nutné společné duševní zážitky, a to nejen společně s dětmi v kruhu celé rodiny, ale také jen mezi oběma partnery: zážitky umělecké (hudební, literární, divadelní) a zážitky z přírody, například ze sportu a z různých her. Je také potřebné tyto zážitky společně vyhledávat a užívat si jich. Není nutno spolu sdílet a prožívat vše, ale mělo by toho být více, nežli kolik volného času strávíme sami. Pak se to, co každý prožívá, může stát i obsahem onoho rozhovoru duší, a tak vztah obohatit.

K péči o společný život patří vše, co směřuje ke zlidštění sexuality. Bez úplného a celistvého partnerství bude sexualita nelidská, poněvadž partner(ka) v ní bude věcí a bude se s ní(m) také tak nakládat. Především mužská sexualita má takovou určitou „zvěčňující“ tendenci. Lze to vidět na jejích extrémních výstřelcích, fetišech a nekrofilii, které se vyskytují výlučně u mužů. Ale skryta je i v dalších jevech, jak příklad ve zneužívání dětí, při znásilnění a při prostituci.

Nemá-li tato tendence působit na manželství ničivě, je nutno snažit se i v této oblasti učit. Neměla by se vyskytovat sexualita bez náležitě duševní harmonie. Je nelidské a žena špatně snáší, když je každá tělesná něžnostka hned počátkem sexuálního aktu. Proto je nutno dostatečně rozvíjet něžnost bez sexuálního pozadí, by se také říci, že co do kvality by měl muž vycházet vstříc ženě, co do kvantit žena muži. Zůstane-li každý svázán svou přirozeností, může to vést jen k odcizení. Čím více se podaří zachovat něžný charakter sexuality, tím více se bude přirozeně vyvíjet, a čím více se v ní podaří uniknout tělesné i duševní žádostivosti, tím více ztratí své nelidské dělicí rysy.

Obzvláště je nutno pečovat o těžiště manželství, o společenství životního, éterného těla, poněvadž právě tato oblast životních sil, návyků a temperamentu, zůstávající nám z velké části skrytá a nevědomá, je přesto velmi silná a mocně působí. V této oblasti jsou skutečností i naše „temné stránky“, náš „stín“ (podle C. G. ga), nebo naši negativní dvojníci, tedy to nedokonalé v nás, co ještě nedospělo k plnému lidství. Z ní vychází explozivní a agresivní ničivá síla, jež při manželstvách hádkách vyvolává z nepatrných a banálních podnětů ohromné konflikty a může svést i k násilnostem. V neškodlivější podobě se projevuje například, když máme zlost na neodnaučitelné zlozvyky toho druhého.

Protože éterné tělo má dvě stránky, stránku obrácenou k tělu, díky níž se stává nositelem života, růstu a rozmnožovacích procesů, a rovněž stránku obrácenou k duši, jež je činí nositelem sklonů, návyků, vzpomínek a temperamentu, je třeba i o manželství pečovat z obou těchto stránek. Základními skladebnými prvky jsou zde rytmus a opakování, poněvadž i životní procesy k nám přicházejí skrze tyto složky. Pro sdílení éterného těla to znamená, že čím zdravější rytmus společných životních procesů, jídla a spánku je možný, tím lépe. Tedy společně jíst, pokud možno v tutéž dobu, a společně chodit spát a probouzet se. Sem patří i ošetření delších rytmů pracovního týdne, svátků a výročí a celého roku.

Poněvadž je éterné tělo i „tělem času“, patří k péči o manželské soužití i vě nakládání s časem. Nepravdělné zaměstnání je například pro manželství zátěží, kterou je třeba vyrovnávat zvláštními aktivitami a posíleným vědomím v této oblasti. Nedochvilnost se obrací i proti partnerství, poněvadž opovrhuje důstojnost bližního, k níž patří cenný a nerozmnožitelný čas jeho života. Sdílení éterného těla je ale možno posilovat i na jeho úrovni duševně-duchovní. Je to nutné proto, že stínovým silám „dvojníka“, jež vyvstávají z nevědomí, je nutné se bránit, neboť jinak tyto síly časem oba roztrhají na kusy. Rudolf Steiner popisuje ve svých základních dílech *Výchova dítěte z hlediska duchovní vědy* a *Tajná věda* síly, které nejmocněji působí na proměnu a zduchovění, mohli bychom říci i zlidštění éterného těla. Jsou to síly, které vyvolává k životu rozvíjení náboženského způsobu života. Pro manželství to může znamenat například toto: společná modlitba při základních životních procesech — při jídle a před spánkem a po něm. Zde má své místo i svátost manželství, jakožto východisko pro společný život s oltární svátostí chleba a vína.

Soudím, že nebudou-li manželství společně rozvíjet náboženský život, budou mít v budoucnu stále těžší cestu, poněvadž bez něj je ovládnou nevědomé síly, protivící se zásadně všemu sociálnímu a bratrskému. Již dnes to můžeme vidět. Protiváhu těmto silám mohou vytvořit pouze božské síly, které umožní lidem žít s svúj život ke společnému užítku.

Někomu se bude možná to, co zde bylo řečeno, jevit jako neotesané, formulkové, bude mu to znít příliš apodikticky. Bude postrádat spontánnost, hravost, individualitu a uměleckého ducha. Vlastně jsme doposud mluvili jen o „řemeslné“ stránce manželství, ale učinili jsme tak záměrně; protože jde o to, jako první si uvědomit, že manželství je práce, a ukázat, jak je možno se k ní postavit a připravit se na ni. A každé umění se může projevit, až když je zvládnuto řemeslo. Je tomu tak u všech umění a ani v umění manželském tomu není jinak. Jistě je pak možno své životní společenství utvářet velice individuálně a s uměleckým šarmem. A kdo zvládne manželskou techniku, nepotřebuje také už manželského terapeuta, a my jsme se tady zabývali právě manželskou terapií.

Avšak kdo se setkává ve svém manželství s nedostatky, opakovanými nedorozuměními, neřešitelnými problémy, je dlouhodobě rozladěn a opakovaně zraňován, měl by sebrat odvalu, vyhledat manželského terapeuta a tyto podněty, které si uvědomuje, využít společně s nezajímavou třetí osobou k rozvinutí schopnosti budovat manželství a vztah. Neboť je v sázce velká osudová potencialita a čím dříve se začne hledat pomoc v manželské terapii, tím snáze bude včas oplodněna a zúrodněna.

*Z němčiny přeložil Václav Ondráček*

