

III. | Psychologie našeho mimozemšťana

Dříve odborníci zahrnovali do možných příčin vzniku Aspergerova syndromu komplikace při porodu. Nabízí se však spíše obrácená kauzalita. Prakticky u každého našeho mimozemšťana lze sledovat rodovou linii nebo alespoň příbuzné s podobným životním nastavením, což podporuje názor, že jde o genetickou podmíněnost. Součástí symptomu je určitá motorická neobratnost, která je přítomná již v době, kdy dítě přichází na svět. Zdravé dítě určitě není u porodu pasivní: spolupracuje, leze ven, nastavuje se, vyhýbá se bolesti. Naš mimozemšťan zde snadno může zažít své první selhávání: leze omylem dovnitř, při své celoživotní tendenci vyhýbat se změnám může již zde radikální proměnu své existence odmítat, nebo prostě jen spolupracuje nešikovně. A je tu porodní komplikace, ta ovšem není příčinou Aspergerova syndromu, ale jeho prvním zřetelným projevem.

S Aspergerovým syndromem se člověk rodí. Je přítomný dřív, než psychika zrodí to, o čem už hovoříme jako o *já, ego*. Jedním ze základních témat analytické psychologie¹⁰ je vztahování *ega* k vyššímu duševnímu celku, *Self*, *das Selbst*, neboli k *bytoštnému Já* (jak to zvláště česky překládáme). *Bytoštné Já* představuje duševní celost jedince i s jeho napojením na kolektivní pudové či

¹⁰ „Analytická psychologie“ je pojmenováním psychologického a psychotherapeutického přístupu založeného C. G. Jungem a rozvinutého generacemi následovníků do podoby současného rychle se rozvíjejícího moderního hlubinného směru.

archetypální predispozice. Zahrnuje nevědomí, obecné vzorce, které svými životy individuálně naplňujeme. Pro účely tohoto textu je důležité si uvědomit, že Aspergerův syndrom primárně nepostihuje *já*, jak předpokládáme u vývojových poruch, ale již *bytosné Já*. Už vnitřní prostředí, v němž *já* vzniká, je primárně modifikované. To je zřejmě také na opravdu časté komorbiditě Aspergerova syndromu s nejrůznějšími autoimunitními nemocemi. Za několik let jsem nasbíral tento seznam nemocí u lidí s Aspergerovým syndromem:

Albinismus, alopecie, astma bronchiale, atopický ekzém, celiakie, Crohnova choroba, diabetes mellitus, endometrióza, gynekomastie, histaminová alergie, hypofunkce štítné žlázy, laktóзовé intolerance, Leidská mutace, lupus, migrény, myeloproliferativní onemocnění, nedomykavost mitrální chlopně, onkologická onemocnění v mladém věku, rosacea, revmatitida, sclerosis multiplex, sibo, srdeční arytmie, ulcerózní kolitida, vazovagální synkopa, vitiligo, Von Hippel-Lindau syndrom, Von Willebrandova choroba, ale také komplikovaný průběh nemocí jako covid 19, borelióza, ...

Systém tělesně-duševní adaptace získává od samého počátku odlišnou výbavu, než se fylogeneticky ustálilo jako většinové a výhodné. *Já* se z psychické autonomie neboli nevědomí prosazuje později než samotná zrozená tělesná přítomnost. Jeho vznikání probíhá u našich mimozemšťanů ve vnitřně odlišné „krajíně“, než je tomu u lidských bytostí aspergerovskou modifikací nezatížených.

Odlišnosti psychického fungování člověka s Aspergerovým syndromem lze dobře sledovat přes funkce vědomí, jak je ve své typologii koncipoval C. G. Jung. Funkce vědomí jsou podle něj

čtyři: myšlení, cítění, vnímání a intuice. Zájemce o tento poměrně komplikovaný systém zde jen odkáží na literaturu.¹¹ Pro naše účely vystačíme s průběžnými stručnými poznámkami. Důležité je uvědomění, že funkce vědomí nepředstavují nic statického, všechny zachycují duševní pochody, dění, procesy. Procesovou stránku myšlení si uvědomíme snadno, ale u ostatních je zapotřebí to zdůraznit: funkce cítění není o izolovaných pocitech, ale o procesech, které rozvíjejí; funkce vnímání není o počtcích, ale o zpracovávání a rozvíjení schopností diferencovaného vnímání smyslových, estetických či tělesných kvalit; intuice je o přijímání a zpracovávání inspirace, tušení, pojíování mezifunkčních dějů.

Od začátku se nabízelo využít pro vystižení aspergerovského handicapu funkci cítění. Postupně se ale vyjevovalo, že modifikovány jsou všechny funkce včetně intuice¹². Všechny čtyři funkce můžeme chápat jako jakýsi u každého přítomný čtyřtakt prožívání. Vnímání registruje, že něco je, cítění hodnotí, jaké to je, rozum zvažuje, k čemu to je, a intuice nabízí možnosti, co s tím. Individuální rozdíly spočívají v míře, v níž tyto procesy podléhají vědomé kontrole. Vývojovým úspěchem je již diferenciací, vystoupení jedné funkce do vědomí, „zabydlení se“ v ní. O té pak hovoříme jako o dominantní.¹³

¹¹ C. G. Jung: Výbor z díla. Svazek I, kapitola Obecný popis typů. Nakl. To-máše Janečka, Brno 1997.

Marie-Louise von Franz, James Hillman: Lectures on Jung's Typology. Spring Publications 1998

¹² Intuice je pro jakoukoli obecnou konceptualizaci nejobtížnější. Je sice také funkcí vědomí, je však vždy spjata i s nevědomím. S žádným jiným tématem Jungovy typologie se nespojuje více neporozumění. Současnost není této funkci příznivá. Naše kultura neumožňuje, aby se intuice stávala dominantní funkcí.

¹³ Typologie je pevným základem Jungova komplexního díla, bez něhož by nedrželo pohromadě. V současné analytické psychologii jsou běžné odkazy na

Funkce cítění

*Emocionalita je mi vždycky trochu nepříjemná,
obzvláště moje vlastní.¹⁴*

*Na světě jsou lidé, kteří vše měří převážně podle toho,
jaký z toho všeho mají celkový pocit.
Celkový dojem normálních lidí je bič na autisty.¹⁵*

Začneme tedy cítěním. Tato funkce průběžně přisuzuje prožívaným obsahům pocitovou hodnotu, kladnou či zápornou. Rozlišuje, k čemu inklinujeme a čemu se vyhýbáme. Je sice funkcí reaktivní, až na podněty reagující, je tedy vzhledem k vnímání vlastně až sekundární, přesto představuje venkoncem naše okamžité osobní vztažení se k čemukoli, co nás nenechává netečnými. Mimo to se však také týká dalšího zpracování prožívaných události, jejich adaptační proměny, která se nakonec průběžně promítá do osobní zkušenosti, osobnostní zralosti.

Oddíl jsme uvedli autobiografickými poznámkami autorek s Aspergerovým syndromem. Jejich sdělení nás zasvěcuje do samotného jádra deficitu našich mimozemšťanů. Člověk s Aspergerovým syndromem samozřejmě má emoce. Stejně jako kdokoli k nim může být dobře nebo špatně vztažený, může být se svými

její komponenty, ale k ní jako celku je poněkud zdrženlivá. Bez simplifikací se jedná o komplikovaný geniální náhled na fungování lidské mysli. Přesto je však nejspíše příliš spjata se svým autorem a zasloužila by další tvůrčí rozvíjení.

¹⁴ Denise Linkeová: Dost dobře nenormální. Můj báječný život s autismem a ADHD. Paseka a Pasparta, Praha 2019, s. 145

¹⁵ Jaroslav Hořejší, Iveta Radkovová: Aspergerův syndrom. Život pod společenským tlakem. Galén, Praha 2018, s. 113

emocemi v dobrém nebo špatném kontaktu. Dokonce může být i empatický! Co však bude společné všem lidem s tímto deficitem je, že *funkce cítění* neprocesuje. Zmíněná empatie nepředstavuje ještě procesovou stránku emocí. Jedná se čistě o schopnost „načítat“ emoce druhého člověka, jeho psychické stavy.

Pokud nám někdo blízký nečekaně zemře, čeká nás velmi náročné životní období, cesta temným údolím. Projdeme si koncentrovaným utrpením. Budeme konfrontováni i s vlastní konečností a snadno bude proměna, k níž směřujeme, provázena i suicidálními fantaziemi, které nenápadně povzbuzují zánik našeho *já* spojeného se zemřelým člověkem a příchod nového *já*, které bude schopné žít bez této vazby. Může to být těžký proces, a to obzvláště tehdy, když se dění zastaví, když ustrneme, když se kolem své bolesti sevřeme tak, že jí neumožníme další vývoj. To zajisté zná ze své praxe každý psychoterapeut a čím jsme starší, tím častěji je tento proces součástí naší individuace. Na konci tohoto dění stojí člověk, jehož vzpomínky jsou nadále citlivě spojené s nepřítomnou bytostí, ale který je otevřený dalšímu životu, schopen aktivně se účastnit další úrovně svého života již bez přítomnosti zemřelého.

Zcela odlišná situace však nastává u člověka s Aspergerovým syndromem. Pokud se k druhé lidské bytosti připoutal autenticitou blízkostí (což se stát nemusí – viz dále) a tento člověk ho náhle opustí anebo zemře, zůstává ve svém utrpení bez vývoje a pomoci.

- *Pana doktora Kuličku ke mně poslal psychiatr, léčí se u něj s depresemi. Poslední měsíce je v pracovní neschopnosti, medikace na léčbu nestačí. A tak se potkávám s okázale smutným, nudně nevýpravným, pomalým, bolestínským třicátníkem, který potvrzuje, že se dva a půl roku necítí dobře, že má po tu dobu*

depresi. Vůbec netuší, s čím jeho nálada souvisí, když je vše v jeho životě v pořádku. Jeho partnerský vztah trvá čtyři roky, ale posledního dva a půl roku spolu s přítelkyní intimně nežijí, stala se katoličkou a odmítla pokračovat v předmanželském sexu.

Přítelkyně nereaguje na jeho zprávy, v telefonátech je úspěšný tak z třiceti procent. Asi po měsíci, co se nepotkali, ho teď navštívila, vyčítala mu, že se neobklopuje lidmi, aby přišel na jiné myšlenky. Tak spolu plakali, a za dvě hodiny musela jít, že je unavená. Nedá si od něj s ničím pomoci.

Brzy je zřejmá skutečnost, kterou pan doktor zjevně odmítá přijmout a pochopit: Před dvěma a půl lety neskončila jen jejich intimita, skončil celý jejich vztah.

Pan doktor žádný jiný vztah nikdy neměl. Vypráví mi, že jedinou výjimkou bylo, když v dospívání zjistil, že je zamilovaný. Čtyři měsíce to ignoroval, potom záměrně „odložil hradby“, bylo to jeho „racionální rozhodnutí“ vyjevit dotyčné slečně své city. Nebylo to ale opěťované. Jeho život se zhroutil. Roky dělal vše pro to, aby si ji vyhnal z hlavy, to se ale nepovedlo, dokud nepotkal současnou přítelkyni.

Hlavní linie tříleté psychoterapie směřovala k vyrovnání se s tím, že ho partnerka opustila. Nejdříve ale musel tuto skutečnosti uznat. Abychom tím mohli začít, potřeboval to od ní slyšet: nebylo to vyřčené, a tak to nemuselo být pravdivé. Postupně sebral síly a zeptal se jí – rozchod potvrdila, skutečně už nejsou partneři. Až nyní bylo možné zaměnit jeho okázalé utrpení, díky kterému s ním přítelkyně ze soucitu a strachu, že si něco udělá, udržovala občasný kontakt, za osamostatňující truchlení. Proces mohl začít.

Jenže právě tohle u něj nefungovalo. Musel nejprve nahlédnout, že nelze vše řešit jen rozumově, že nějaké cítěné vůbec

existuje. Měl za sebou dost těžký život. Už do dětských kolektivů se nikdy nedokázal zařadit. Byl šikanovaným dítětem, ve škole se bál kohokoli na cokoli zeptat, a tak se uzavřel s počítačem, v němž si vše důležité mohl zjistit. Největší blízkost zažil na šachových táborech. Když se doptávám na zážitek blízkosti v posledních dnech, dlouho vzpomíná, až mi radostně oznamuje, že zastřelil v souboji mezinárodního koordinátora internetové bojové hry.

Nejdříve je to na mně, vstoupit do kontaktu s jeho emocemi. Během jedné jeho návštěvy zůstávám ledově neúčastný. Všiml si toho? Ano, ale on se naučil v komunikaci nedbat na formu. A tak ho provokuji různými paradoxy, hyperbolami, nehoráznostmi. Snažím se ho emočně rozpochybovat. Pokud zachytím jeho emoční hnutí, třeba když je zase bolestínsky smutný, převedu ho rychle k jinému tématu, kde vím, že se dokáže uvolnit. Jednou na to ostře zareaguje: „Vy si ze mě děláte srandu!“ – „Nemyslím to zle, kdybychom plakali oba, už nás z té temnoty nevytáhne nikdo.“ Přijímá to.

Brzy opět hovoří o tom, jak je vysílený, v práci usnul, udělal chybu v dokumentaci, a doma skoro nevstal ze židle a nedošel pro čaj. Ptám se, čím vlastně hřeší? Na nic nepřichází. Že by tím bolestínstvím? Přiznávám se mu, že sám tak bolestínský jako on vůbec být nedokážu. Žádám ho, aby mě to naučil. Vede mě, snažím se ho napodobit. Rozčiluje se nad mou neschopností: „To nemůžete prožívat jen takto na povrchu, to musíte jít do hloubky, až jste úplně zničený, až je z vás troska!“ Přiznávám, že to asi nezvládnou a oba se smějeme.

Jsem na něj občas drsný, omlouvám se mu, to se snažím rozbit tu jeho patetickou těžkost. Uvědomuje si to. Vnímá, že ho tím odkláním jinam, snaží se vrátit zpět, a ono to někdy vůbec

nejde! Studuje si na internetu Aspergerův syndrom. Hovory se mnou se stávají nejdůležitější částí jeho života.

Protože se odpoutávání od přítelkyně spontánně nijak neděje, musíme hledat způsoby, jak toto dění podpořit. Přicházíme na to, že si musí postupně projít naprosto všechny vzpomínky, které na přítelkyni má, s tím, že už to není „jeho přítelkyně“, ale „bývalá přítelkyně“. To aktivně dělá. Po nějakém čase se mu stále stává, že se vynoří nějaká ještě „nepřeformátovaná“ vzpomínka, a to je vždy velmi bolestné, pláče u toho.

Prosazují vztahovou abstinenci: nemůže nadále sledovat na ženách, které šaty by se přítelkyni líbily a které ne. Postupně se vrací ke svým opuštěným koníčkům a přes ně potkává novou kamarádku, s níž se začíná pravidelně vídat.

Zpětně je doktoru Kuličkovi jasné, že přijetí rozchodu bylo pro něj samotného nemožné. Dřív se nedokázal dostat ani z toho, když byl odmítnutý se svým zamilováním, předpokládal, že konec vztahu by mu způsobil depresi na zbytek života. Cenil si toho, že to s pomocí psychoterapie zvládnul za tři roky.

Americká psycholožka Dorothy Tenniová zavedla již v sedmdesátých letech pojem *limerence*. Jedná se o vymyšlené slovo, kterým označila dlouhodobé, či dokonce stálé intenzivní emoční přilnutí zahrnující obsedantní myšlenky, závislost na objektu coby dlouhodobý dominující psychický obsah. Neúspěšné přibližování se k objektu touhy nepřináší její polevování.¹⁶ Domnívám se, že Tenniová působivě zachytila dění, které je vlastní právě lidem s Aspergerovým syndromem. Svůj koncept spojuje s partnerským

¹⁶ Dorothy Tennov: *Love and Limerence*. Scarborough House, Stantonsburg 1998

přilnutí k druhému člověku, obdobnou vazbu lze ale pozorovat i ve vztahu ke svému dospělému dítěti, nebo naopak dospělého dítěte k rodiči, ale obdobné znaky může mít i zcela neúměrné a neproměňující se připoutání k nenaplněné profesní realizaci anebo roli spojené s mocí a prestiží.

- *Rodičům padesátníkům zemřelo jejich jediné dítě. Zbývající desetiletí svého života nikdy nevystoupí z tragédie, která se jim stala. Proměňují svou víru, Bůh je, ale je zlý a jeho svět je nespravedlivý. Nedokáží se radovat ze svých vnoučat, jedinou posilou je jim jejich vzájemný vztah. Starý pán se jako sedmdesátník stále vyjadřuje pozitivně o krásné postavě své stejně staré ženy. Limerentní vazba nepodléhá vývoji, psychický čas se zmrazil, přestože fyzický svět se mění.*

Překonání ztráty blízkého člověka (ať již jde o úmrtí, či partnerský rozchod) je možné jen díky těžkému emočnímu procesu truchlení. Limerence ale jakémukoli spontánnímu truchlení odolá. Ani vazba starého pána na jeho životní družku neprocházela vývojem, zastavila se na imprintingu dvacetiletého mladíka.

- *Konzuela přichází, protože její dcera spáchala před necelými třemi týdny sebevraždu. Psychiatr jí předepsal antidepresiva, benzodiazepiny a poslal ji za mnou. Konzuela je však od začátku spíše našťavaná než smutná. K zesnulé je kritická, dcera byla vždy tak uzavřená a sociálně distancovaná. Vůči komu se ale opravdu potřebuje vymezovat, je dceřin přítel. Z jeho e-mailů, které zůstaly v dceřině počítači dostupné, vyčetla, že vztah s ním byl dlouho v krizi, že se s ním dcera chtěla rozejít, on se ale krátce před jejím činem začal snažit, aby spolu vycházeli*

lépe, aby vztah zachránil. To se teda, dle Konzuely, měl rozmyslet rychleji. Ten kluk nosí na dceřin hrob různé drobné dárky, kraviny, které po něm musí vyhazovat. Pro lidi si vymyslela jinou příčinu dceřiny smrti, vypadá to, že tomu sama začíná věřit.

Konzuela je emočně velice chladná žena. Umí být naštvaná, ale emoce, které by ji k někomu přibližovaly, si nepřipouští. Je nevěřící materialistka, dceřina smrt jí nijak nepohnula ani ji nezměnila.

Je naprosto nepřístupná neštěstí dceřina přítele. Dcera jí před smrtí zanechala vzkaz, který šlo chápat jako reklamaci života, který jí dala, a způsobu, jakým ji bez vřelosti a blízkosti vychovávala. Tento vzkaz však Konzuela odmítla přijmout.

Během let se u mne ještě několikrát z různých jiných důvodů objevila, a tak vím, že vzkaz nebyl doručen ani později.

Nebylo mi s ní příjemně. Její způsob vyrovnání se s odchodem blízkého člověka se mi nelíbil. Nyní ale chápu, že to takto mohlo být nezbytné. Že by se v opačném případě mohla propadnout do pekla, z něhož by nevedla cesta ven.

Její nastavení k druhým lidem mohlo být obranou před limerentní vazbou. Protiklady od sebe nebývají daleko, spíše se k sobě podkovovitým obloukem přibližují. Limerenci nepřerušnou smrtí známe všichni v podobě pomníčků u silnic, které po desetiletí udržují nešťastní opuštění lidé bez schopnosti projít procesem truchlení.

Limerence se ale nemusí vztahovat jen k druhému člověku:

- *Nora se rozhodla, že se stane herečkou. Od dětství hrála v ochotnických kroužcích, hereckou profesi znala od svých příbuzných.*