

Scott Baum (2023). Bioenergetic Analysis. *The Clinical Journal of the IIBA*, 2023 (33), 55-70.
<https://doi.org/10.30820/0743-4804-2023-33-55>.

Spracovala: Martina Magulová

Závisť ženského lona u mužov: Bioenergetická perspektíva

Somatopsychická realita mužov – aké je to nebyť ženou, nebyť matkou

Scott Baum

Abstrakt: Závisť ženského lona predstavuje fenomén pocitovanej aj keď nevedomej skúsenosti u mužov, ktorá vyplýva zo schopnosti vynosiť a koiť dieťa. Zaoberá sa ňou bioenergetický prístup a zkúma akým spôsobom sa utvára psychosomatická realita mužov vrátane ich osobnostného vývoja a vzťahu k ženám.

Úvod: Kritika Freudovho pôvodného chápania čisto falocentricky prežívanej úzkosti spájanej s penisom a otázkami mužstva viedla k alternatívnym pohľadom na psychologickú a emocionálnu realitu človeka. Závisť lona zostala v psychoanalytickej literatúre naďalej v tieni kastrovej úzkosti a predsa i napriek tomu význam vnútornej reprodukčnej schopnosti žien a schopnosti koiť na utváranie osobnosti nadobúdal postupne svoj význam. Pohľadom bioenergetickej analýzy sa autor textu zaoberá závisťou ženského lona ako konštruktom fundamentálne potrebným pre porozumenie interpersonalít medzi mužmi a ženami a jeho dopadmi na budúcnosť ľudského druhu. Rozdiel filozofických pohľadov na tento fenomén prepája s klinickou prácou psychoterapeutov s dôrazom na dynamiku vzťahov mužov a žien. Všetci ľudia sú formovaní jednak vnútornými silami tzv. ľudskou prirodzenosťou a vonkajšími silami – socializáciou a indokrináciou. Pre psychoterapeutov je podľa autora dôležité, aby si boli vedomí spolupôsobenia týchto síl pri utváraní vlastnej osobnosti – v podobe vlastnej identifikácie, prenosových reakcií, presvedčení, predsudkov. Podľa toho ako zmýšľame o vnútorných a vonkajších silách sa konštruuje persona terapeuta. V psychoterapii je jedným z hlavných cieľov zvýšiť uvedomovanie si samého seba a to predpokladá aj ochotu terapeuta čeliť fenoménu závisť či túžby, ktorá je vo svojej podstate nezmierniteľná.

Démonizácia odlišného bio-psycho-sociálneho určenia žien

Autor zažil negatívnu reakciu z publika pri svojej prvej prednáške na toto téma, čo ho na nejakú chvíľu odradilo. Avšak jeho vlastná skúsenosť v roli otca, v roli terapeuta mnohým mužom a v prvom rade jeho vlastná skúsenosť mužského sveta viedla k tomu, že formuloval niekoľko nových myšlienok. To, že muž si v sebe nesie závisť, že žena má schopnosť porodiť a koiť dieťa nie je nová myšlienka a pochádza od Karen Horney. Niektorý prisudzujú primát aj Melanie Klein.

Vychádzali obe pôvodne z Frouda, ktorý formuloval, že závisť penisu resp. toho, že jeden má viac a druhý menej, vedie k narcistickému zraneniu, ktoré musí byť kompenzované. Naruší sa tým pocit sebahodnoty. Becker (1973) dodal, že pocit bezvýznamnosti je silou, ktorá človeka ženie vpred, aby niečo dokázal a niekým sa stal. Skúsenosť žien však nebola pre neho prioritou. Iný autor, Joseph Berke (1997), podotkol, že mnohé historické pramene ukazujú na to, ako bolo ženstvo, sexualita žien a materstvo psychologicky podkopávané a mužmi démonizované. Hanobenie prichádzalo pomocou sociálnych a politických prostriedkov - dominancia, odsúdenie, vyvlastnenie, drancovanie a v konečnom dôsledku anihilácia.

So silou materstva, ktorá dáva vzniknúť, zachováva a chráni život, sa Baum cíti byť v spojení a nevníma ju ako výlučne ženskú doménu. Na druhej strane pripúšťa, že materstvo je silou, ktorá je prirodzenou súčasťou reprodukčnej a výchovnej podstaty žien. Mužská deštruktivita podľa Avruma Weissa (2021) je reakciou na chýbajúcu schopnosť generatívnosti u mužov a vedie k hnevu a deštruktívnemu chovaniu sa k ženám vo svete. Baum je ďalej presvedčený, že deštruktívna sila u mužov nepramení len zo zážitku hnevu na matku, či zo skúsenosti s otcom a jeho chovaním sa voči matke či iným ženám. Zážitok nedostatku a závidosti odlišných možností pohlavia podľa autora tiež nepredkladá dostatočne vyčerpávajúce vysvetlenie.

Ďalšie teoretické pohľady

Wilhelm Reich (1970,1973) prišiel s teoretickým východiskom, ktorý nestaval len na Freudovom pohľade na sexualitu. Jeho prístup zahrňoval viacero teoretických pohľadov, medzi nimi boli aj Bioenergetická analýza a princípy Gestalt terapie. A predstavil metódy v psychoterapii relevantné pre vzťahovosť medzi mužmi a ženami, ktoré sa týkali aj takých pocitov ako závisť, hnev, nenávisť a zlomyseľnosť.

Reich si uvedomoval, že existuje potešenie z úzkosti, ktorá vyplíva z neohraničeného stavu bytia vyvolaného somatopsychickým zážitkom orgazmu. Je viacero pohľadov na tento stav. Relevantný k téme článku je teoretický pohľad, že existujú zmenené stavy vedomia a skúsenosť, ktorá premáha ego a jeho psychické ohraničenie. Je možné ho dosiahnuť viacerými spôsobmi. Jedným z nich, ktorý je v prirodzenosti žien a mužov nie, je byť unášaný silami nezávislými na vlastnej vôli. Ženy zažívajú prostredníctvom tehotenstva a pôrodu skúsenosť, ktorá ohrozuje ich život, keďže v minulosti ženy častejšie umierali u rodenia detí. Skúsenosť, v ktorej nie je možné udržať si kontrolu, rozpustenie hraníc ega bez možnosti ovládať situáciu vlastnou vôľou a konfrontácia sa s vlastnou smrteľnosťou sú súčasťou evolučného dedičstva žien.

Smrteľnosť a rodenie detí

V našom evolučnom vývoji je centrálnym, že balansujeme premáhajúc hrôzu a smútok z vlastnej smrteľnosti hľadaním osobného a ľudského významu života. Jedinou podobne nevyhnutnou a premáhajúcou skúsenosťou akou je smrť je pôrod dieťaťa. Nie je cesty späť, keď sú všetky sily uvedené do chodu, tým ako dieťa opúšťa telo matky. Je to moment, keď biologické a fyziologické procesy premôžu sebaovládanie a kontrolu riadenú voľou ženy - matky. Osudom ženy je čeliť smrti bezprostredne, predvídateľne a zo všetkého najviac nevyhnutne. Žiadna z iných ľudských aktivít nemá v sebe taký silný imperatív. Smrť číha aj v iných ľudských činnostiach. Podľa autora však v love, ktorý je ďalším evolučným aspektom, nie je tak zosobnená skúsenosť

čeliť smrti s takou nevyhnutnosťou. Z lovu možno utiecť, stiahnuť sa a loviť v príhodnejší čas. Tehotenstvo, ktoré predchádza samotnému pôrodu po dlhé mesiace, konfrontuje ženu neustále s tým, že nakoniec príde nevyhnutný koniec. Bauma to vedie k dvom zásadným postojom. Prvým je realita stretnutia sa so silami väčšími než sme my sami vrátane smrti. Druhým je význam a dopady toho, že jedna polovica populácie má zážitok, ako v ich vnútri rastie nová ľudská bytosť, zatiaľ čo tá druhá polovica si to nevie ani predstaviť. Je to skúsenosť, ktorou sa pohlavia líšia a ktorá sa významne podieľa na utváraní psychiky a osobnosti mužov a žien. V minulosti by žiadna kultúra alebo sociálna skupina bez rodenia detí neprežila. Dnes, v modernej spoločnosti, ženy môžu odmietnuť skúsenosť vynosiť a porodiť dieťa. Z praktického hľadiska však prežitie druhu, ako dnes chápeme ústredné hnacie sily evolúcie, je naďalej v súlade s tým, že žiaden človek, keď zostárne a stane sa krehkým, nie je schopný sa o seba postarať sám.

Pred 25-30 rokmi na konferencii bioenergetického inštitútu Baum zažil prezentáciu Barbary Middleton, terapeutky v bioenergetickom prístupe a sociálnej pracovníčky, keď demonštrovala rozdiel medzi prirodzeným pôrodom v domácom prostredí a tzv. konvenčným v nemocnici. Hlboko ho sklamalo, že on a jeho budúca žena zostali jedinými v miestnosti, ktorí ukážky Middletonovej sledovali do konca. Dnes chovanie účastníkov konferencie Baum vníma ako prejav protichodných pocitov, ktoré se týkajú žien a pôrodu.

Odovzdanie sa životu

Bioenergetická analýza podľa Bauma stavia na základných presvedčeniach - povzbudzovať, radiť a nabádať k odovzdaniu sa silám života. To však nejde bez uvedomenia si smrteľnosti a stretnutiu sa s ničivými silami, ktoré dávajú život. A tak každý filozofický systém uznáva deštrukčný imperatív v človeku. Odovzdanie sa všetkým silám života, vrátane deštrukčných, ako súčasť úspešného žitia, vedie človeka viac do kontaktu s láskavosťou, láskou, sympatiou, vášňou a dobrom. Prostredníctvom empatie sa neutralizujú a eliminujú negatívne sily ako nenávisť, závisť, sadizmus a zúrivosť. Niektorí sa prikláňajú k tomu, že sa tak deje, pretože je to podstatou ľudskej prirodzenosti. Iní kladú dôraz na kultiváciu láskavosti tvárou v tvár neustále rastúcej negativite v nás a v ostatných.

Baum dáva do pozornosti nepublikovanú prácu na tému - učenie sa dobru vo verejných školách. U nabádanie k zmene etiky z perfekcionizmu na etiku starostlivosti o druhých a seba Baum sám pociťoval vnútorný súboj pri prijatí tohto spôsobu života. Preto sa zamýšľal nad hlbšími intrapsychickými a sociálnymi faktormi, ktoré vyjavili korene patologickej závislosti. Chýbajúci zážitok tehotenstva a pôrodu u mužov vedie podľa Bauma k pocitom menejcennosti a spolupodieľajú sa na utváraní osobnosti u mužov. Psychoanalytický pohľad ponúka fakt, že sme ako ľudské bytosti vedení potrebou niečo znamenať a vedieť, že na nás záleží a mať postavenie. Imperatív v nás, ktorý hovorí o potrebe dôležitosti, sa môže spojiť so silným impulzom ovládať druhých. Je to v našej náture podľa Bauma bojovať proti pocitom menejcennosti tým, že ovládneme a zničíme tých voči, ktorým sa tak cítime. Muži hľadajú inú výzvu, keď v ich evolučnej výbave chýba zážitok, ktorý by ich nevyhnutne konfrontoval so smrteľnosťou. Baum sa zamýšľal, či potom vojna a konflikty s druhými, nie sú práve spôsobom akým sa muži s menejcennosťou vyrovnávajú. U vojny napríklad potreba stiahnuť sa vedie u mužov k zintenzívneniu pocitov menejcennosti až sú nesnesiteľné. Keď teda mužom nejde odovzdať sa silám života je ovládnutie

druhých ich vlastnou silou a motiváciou. Mužské zúfalstvo byť niekým a za každú cenu nebyť lúzrom, sa tak môže pretaviť do chorobnej závislosti voči ženám. Táto premenná nebola skôr rozpoznaná a teda ani diskutovaná, a pritom je fundamentálne dôležitá pri utváraní self a psychickej reality. Preto Baum chce ponúknuť pohľad ako porozumieť problémom, ktoré sú dané odlišnou evolučnou podstatou žien a tiež odporu, ktorý to v spoločnosti a v nás vyvoláva.

Teória väzby

Baum hovorí, že najzákladnejšia úroveň väzby medzi dvoma ľuďmi je daná biologicky a síce postupným rastom dieťaťa v tele svojej matky. Kniha Avrum Weiss Skryté oči: Ako sa muži obávajú toho, že ženy určujú ich vzájomné intímne vzťahy, hovorí o najútlejšom type vzťahovej väzby a jej význame pre všetky ďalšie väzby. V neposlednom rade tiež upozorňuje na závislosť na matke. Psychodynamická psychoterapia sa zaoberá závislosťou, ktorá je v centre rozpravy. Feministické teórie a tiež potreba rovnostárskych vzťahov s mužmi je vnímaná ako podpásovka v psychoterapeutickom prostredí. V terapii rovnaká hodnota mužov a žien je niečo, čo predstavuje výzvu tvárou v tvár materstvu a schopnosti dať život inej ľudskej bytosti.

Bionergetická perspektíva

Bioenergetický pohľad je hodnotným práve kvôli tomu, že sa sústreďuje na úzkosť a dokonca na potešenie ženy, ktoré vyvoláva ohromujúci zážitok pôrodu. Strata uvedomovania si seba, svojich možností ženu približuje viac realite konečnosti, strachu a úcte v jednom a tom istom okamihu. Baum prináša otázky čo sa deje s mužom, ktorý je svedkom týchto ohromujúcich síl a keď si uvedomí, že jedine žena je schopná čeliť pôrodu pre blaho všetkých – muža, rodiny, spoločnosti, ľudstva.

Ľudská agresivita v bioenergetickom prístupe – sila, presadenie sa a často násilie – je len súčasťou makeupu. Je to spôsob akým primáty, ktorými sme aj my, prejavujú žiadostivosť, chránia vlastné záujmy a záujmy skupiny. Ale bez ohľadu na to ako veľmi je agresivita v našej DNA, sme schopní túto silu adekvátne modulovať. A vďaka empatii cítiť sympatie a súcitiť vo vzťahu s druhými. Prečo teda nedržíme na uzde deštruktívne sily v nás je podľa Bauma vzhľadom na prežitie nášho druhu rozhodne prioritou zistiť. V zdravých rodinách hodnota a zmysluplnosť prichádza prostredníctvom vzťahov jej členov. Jeho vlastná prítomnosť u pôrodov svojich dvoch detí mu najviac ukázala, že odovzdanie sa žien ohromujúcim biologickým, psychickým, emocionálnym a pravdepodobne aj spirituálnym silám je skúsenosť, ktorú žiadna iná ľudská skúsenosť ani len nepripomína.

Pocity menejcennosti

Baum na dejí vo filme Stratený obzor poukazuje na to, že ani v útopistickej spoločnosti v skrytom údolí Shangri-La, kde žili ľudia v mieri a spokojnosti, sa nevytratilo vlastníctvo a nadvláda pri túžbe muža po partnerke iného muža.

Preto sa ďalej zaoberá rozmnožovaním a do akej miery možno vidieť potrebu mužov zachovať vlastnú genetickú líniu. Jednak uvádza rozšírený darwinistický pohľad, že potreba ženu vlastniť pochádza z obavy muža, aby potomstvo bolo skutočne jeho. Baum rozmnožovanie vníma aj z pohľadu narcisnej potreby ukázať prostredníctvom potomstva svoje vlastné kvality. Arnold

Becker podobne uvádzal potrebu - stať sa niekým v tomto svete, v ktorom čelíme smrteľnosti a absencii istôt, že máme vôbec nejaký význam vo svete, vesmíre. Baum sám odhaľuje vlastné pochybnosti o tom, keď jeho vnúča nič z jeho uvedomovaných kvalít po ňom nezdedilo. Narcisná dynamika má sebazáchovnú funkciu a umožňuje udržiavať si vysokú vlastnú cenu a sebahodnotu. Baum si kladie otázku: „Koľko potrebujeme o sebe vedieť, aby sme boli schopní sprevádzať druhých na ich objavnej ceste?“ Odpovedá si na otázku, že rozdielnosť mužov a žien vzhľadom na odlišnú skúsenosť tehotenstva a pôrodu, vedie k možným protiprenosovým fenoménom, ktoré je dôležité preskúmať. Život nás neustále preveruje prekážkami a konfrontuje naposledy s vírusom či vojnou. Porážka je jednou z najťažších výziev ľudstva. Copingové mechanizmy a zotavenie sa z prehry sú veľmi komplexnou a naliehavou životnou potrebou. A otázkou pre Bauma je ako to robia muži, keď sa od nich nevyžaduje rovnaká nevyhnutná sebaobeta a odvaha ako od žien. Baum predpokladá, že muži v snahe vyhnúť sa krehkosti kompenzujú nedostačivosť použitím sily a snahou o ovládnutie druhých.

Využitie v psychoterapii

Pred mnohými rokmi Stanley Keleman poukázal na vývoj ľudského mozgu a cefalopelvický proces, pretože zväčšenie neokortexu viedlo k nášmu terajšiemu postaveniu v ríši zvierat. A nadvláda díky mozgu vedie okrem iného k tomu, že muži riešia problémy a pocity menejcennosti vo svete tak, aby svet bol v zhode s ich kompenzačnými grandióznymi fantáziami. Patriarchát je potom podľa Bauma len spôsob akým muži zápasia s pocitmi menejcennosti. Baum upozorňuje na to aké môže byť lákavé pre mužov terapeutov podľahnúť tejto ilúzii patriarchátu. Baum upozorňuje na to, že v pozícii terapeutov sa muži vlastnej krehkosti vyhýbajú mocenským postavením a manipuláciou, teda podobne ako náš mozog kompenzoval pocity menejcennosti a nervová sústava človeka sa zdokonalila až dosiahla nadržanosti

Základným princípom v teórii Bionergetickej analýzy je presvedčenie, že odovzdanie se životu a telu, elementárnej sile potešenia, a rozpustenie hraníc a s tým súvisiaci kontakt s láskavosťou, vedú k zakúseniu vlastného smyslu. A to je viac než dosť, aby vynahradil útrapy spojené s ľudskou existenciou. Ako však môže odovzdanie sa životu prebiehať bez uvedomenia si rozdielu medzi mužmi a ženami a tiež krehkosti ega u mužov? Obrany, ktoré majú chrániť mužov pred kontaktom s ich vlastnou krehkosťou, predstavujú nebezpečenstvo pre naše prežitie druhu ako takého. Tlak ovládnuť druhých, odpor voči akémukoľvek podrobeniu, snaha vyhnúť sa poníženiu za každú cenu a bezhlavé uspokojovanie túžob nás ako ľudstvo posunulo do bodu, z ktorého za chvíľu nebude návratu.