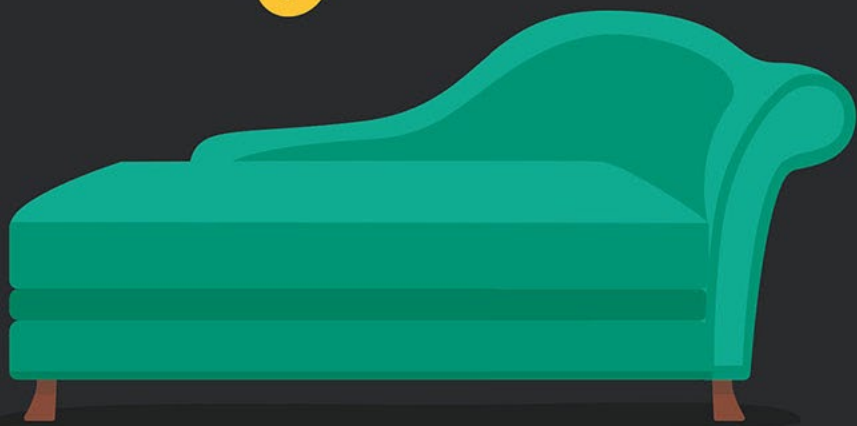


Čemu a proč se smějeme?



Slavoj Žižek a Pavel Horčák

**Humor z pohledu psychoanalýzy – co o nás napoví vtipy,
které vyprávíme a posloucháme**

mladá fronta

Čemu a proč se smějeme?

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.mf.cz
www.albatrosmedia.cz

mladá fronta

Slavoj Titl, Pavel Horčák
Čemu a proč se smějeme? – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2024

Všechna práva vyhrazena.
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu majitelů práv.

ALBATROS  **MEDIA**

*Čemu a proč
se smějeme?*

Slavoj Titl a Pavel Horčák

Čemu a proč se smějeme?

**Humor z pohledu psychoanalýzy – co o nás napoví vtipy,
které vyprávíme a posloucháme**

mladá fronta

Obsah

Nevědomí a osvobozující funkce humoru.	9
Z historie psychoanalýzy	18
Čemu a proč se smějeme	27
Pár orálních vtipů o „krmení“	42
Oidipský komplex	56
A co ženy?	65
Identita: Mohu být sám sebou?	80
Narcistické vtipy	92
Všemoc a stud	104
Pravda, nepravda a pokrytectví	115
O chytrosti a hlouposti	126
Tchyně – zlost na matky	131
Obrany	134
Vtipy o strachu ze smrti a takzvaný šibeniční humor .	150
O psychoterapii a psychoterapeutech	160
O moci a bezmoci	172
Ženy a muži	176
Závěrem	195

Nevědomí a osvobozující funkce humoru

Aneb jak lépe porozumět sobě, svým vztahům
a jiným lidem z pohledu psychoanalýzy

V roce 2019 si oba autoři této knížky vyjeli na několika-denní výlet na bicyklech do Jihočeského kraje. Ubytovali jsme se tenkrát v Písku a podnikali jsme výlety do blízkého i vzdáleného okolí. Při odpočinku v malebných hospůdkách tohoto kraje jsme si na svých výletech také vyprávěli různé vtipy. Sdělovali jsme si zkušenosti ze své dlouholeté psychoterapeutické praxe, probírali jsme různá psychoanalytická témata a vzpomínali na různé situace, které jsme v minulých skoro čtyřiceti letech společně prožili.

Seznámili jsme se a spřátelili se na jednom společném pracovišti v tehdejší tzv. manželské a předmanželské poradně. Oba jsme si intenzivně uvědomovali, že to, jak se

pracuje ve většině psychiatrických a manželsko-poradenských pracovištích, je povrchní, mnohdy lidsky necitlivé, protože jsou přehlíženy nevědomé motivy lidí. Lidé nemají symptomy, potíže a problémy v mezilidských vztazích, protože „nevědí, jak správně“ jednat (nebo dokonce jak věci prožívat), nebo protože jsou nemorální, nezodpovědní a neuvědomělí (dnes se také moderně říká toxictí) apod., ale protože mají touhy a myšlenky, kterých se děsí, proti kterým v sobě bojují, různými způsoby se proti nim brání a snaží se je držet mimo vědomí.

Tehdy, koncem 80. let, jsme toho o psychoanalýze mnoho nevěděli a měli jsme jenom lehké povědomí, o co se zhruba jedná. Z literatury jsme věděli, že vídeňský lékař Sigmund Freud vymyslel a v praxi ověřil základní metody práce s nevědomím. A že něco takového, jako je nevědomá psychická oblast, vůbec existuje. Četli jsme knihy S. Freuda, C. G. Junga, E. Froma a dalších starších autorů, ale také psychoanalytiků, kteří zakládali psychoanalytické hnutí v Čechách. Moderní psychoanalytická literatura byla tehdy prakticky nedostupná. Na univerzitě někteří učitelé „kázali“, že psychoanalýza u nás neexistuje a že i na Západě je to jen odumírající

„buržoazní, pansexualistická“, překonaná teorie. My jsme již ale věděli, že i u nás existuje živá psychoanalytická společnost, která přežila v ústraní jak fašistický, tak i komunistický útlak. Před lidmi, kteří by mohli být nějak spojeni s režimem, se o ní prostě nemluvílo. Psychoanalýza se za socialismu přednášela v soukromých bytech a také psychoanalytické tréninky a léčby se většinou prováděly v bytech samotných psychoanalytiků. Tehdy jsme nastoupili do svých tréninkových analýz. V psychoanalýze platí totiž pravidlo, že každý budoucí psychoanalytik by měl absolvovat nejen teoretické semináře, ale projít tzv. tréninkovou analýzou. Tedy podrobit se vlastní terapii, aby lépe porozuměl sobě samému, nahlédl své vlastní problémy, jimiž si on sám komplikuje život stejně jako úplně každý jiný člověk. A teprve potom může – pod dohledem zkušeného kolegy – začít léčit lidi.

Psychoanalýza nás okouzila. Ačkoliv jsme do ní vstupovali spíše ze zvědavosti a neměli jsme žádné vážné problémy či symptomy, v procesu sebepoznávání jsme si začali uvědomovat dříve nevědomé souvislosti ve svých životech. Naše osobní životy se začaly zlepšovat, vztahy se

začaly prohlubovat a přinášet více uspokojení. I když někteří neanalytici chápou psychoanalýzu tak, jako by byla souborem dogmat a víry, pro nás se psychoanalýza stala živou metodou objevování sebe samých, svých nevědomých tužeb, nevědomých fantazií, nevědomých afektů a nevědomého myšlení.

Psychoanalytik nikomu neříká, co si má myslet nebo cítit. Naopak, neustále povzbuzuje klienty k hledání jejich opravdových citů, fantazií a tužeb, ať jsou jakékoli. Zvědavost a pochybnosti jsou vítané. Bylo nám stále jasnější, že poskytování poradenství nebo učení vztahovým „dovednostem“ je slepou uličkou. Lidé si ničí (komplikují) své životy, zdraví, svoje vztahy ne proto, že by nevěděli, co mají dělat, ale především proto, že ve svých životech odehrávají různé nevědomé fantazie – obyčejným písmem ze svého dětství, nevědomé scénáře z minulosti, promítají do druhých nevědomé afekty a pak s „dábly“, které promítli do druhých, bojují.

Například týrané ženy vědí, že by měly tyrana opustit, přesto to – z nevědomých důvodů – neudělají. Například proto, že samotu prožívají jako opuštěnost a ta pro ně může být horší než týrání. Mohou mít také nevědo-

mé pocity viny a vnímat týrání jako oprávněné, jako spravedlivý trest za své „nevhodné“ myšlenky či chování nebo mohou do tyrana také pomítat své vlastní agresivní pohnutky a cítit se morálně a spravedlivě, když on je ten „zlý“ a ony jsou oběťmi, které trpí – „jsou dobré“. Když sledujeme komunikaci mezi tyranem a týranou, můžeme dokonce vidět, že tyrana k agresivním aktům (aniž by si to samy uvědomovaly) mnohdy provokují. Když se tyranovo chování po terapii změní, může se někdy stát, že bude „týranou ženou“ opuštěn. Setkáváme se například s tím, že takové ženy vnímaly svého otce jako tyranského a v jejich nevědomí se týrání stalo charakteristikou mužnosti, takže ohleduplný muž je pro ně (nevědomě, pociťově) nemužný a slabý. Samozřejmě je i mnoho dalších variant.

Nevěrní partneři často nehledají nevěru, protože by byli ve vztahu nespokojení, ale někdy právě proto, nebo i přes to, že spokojení jsou. Ne proto, že by nemilovali, ale někdy právě proto, že milují. Nalezení bezpečného, klidného, něžného, milostného vztahu může totiž u některých lidí vést k pocitu, že milující je nezajímavý a nehodnotný. To může vést i k utlumení sexuální aktivity, nebo dokonce

impotenci či frigiditě vůči milovanému partnerovi, zatímco člověka dál vzrušují a přitahují partneři, kterých si neváží (například náhodné známosti, prostitutky, opilci, nespolehliví lidé atd.).

Ve vztazích zkrátka nefungujeme na základě rozumu a podle tzv. dospělé logiky. Právě naopak, v milostných vztazích v každém z nás ožívají dávné nevědomé fantazie, naděje a víry. A právě jimi se zabývají psychoanalytici. Dokud si člověk neuvědomuje, jaké síly ho ovládají, nemůže tyto síly kontrolovat a rozhodnout se, jak chce žít. Může se jimi pouze nechat vláčet. Teprve když si začne uvědomovat své touhy, fantazie a afekty, může jejich energii použít pro zlepšení svého života, může si začít hrát, „být nad věcí“ a mít také smysl pro humor.

Radost z humoru a vtipů, které jsme si na svých cyklovýletech užívali, a ohromná zajímavost tématu psychoanalýzy, a tedy i práce s nevědomím, nás nakonec vedly k nápadu spojit obě témata do jednoho společného textu. A to proto, abychom potenciálnímu čtenáři ukázali, jak je psychoanalýza, která vznikala už před sto lety, stále živá a aktuální. Že nejen sen je „královskou cestou do nevědomí“,

jak to nazval Freud^{1),2)}, ale také humor a vtip. A také, jak lidová tvořivost, humor a vtip už dávno před jejím vznikem pracovaly s tématy, která poměrně sofistikovaně později rozpracovávala psychoanalytická teorie a praxe. Chtěli jsme ukázat, že se vtipům smějeme, protože ony zrcadlí naše nevědomé touhy, fantazie, naděje i zklamání. Humor skutečně pomáhá. Vtipy nám pomáhají propojit nevědomé s žitou realitou, kontrolovat své nevědomé pohnutky, odtruchlit dětské naděje, povznést se nad zklamání z reality, ale také „prosnít“, procítit své pravé já. Humor nám také poskytuje dvě důležité slasti: za první překvapení náhlou a nečekanou pointou a za druhé možnost užít si ve víceméně jemné, kultivované (sublimované) formě zakázané a odpírané pudové vybití (sexuální, agresivní či narcistické). Humor a vtip nám ale také umožňuje vidět sebe

1) „*Die Traumdeutung aber ist die Via regia zur Kenntnis des Unbewußten im Seelenleben.*“ In: FREUD Sigmund. *Die Traumdeutung.* Leipzig and Wien: Franz Deuticke. 1890; GW II/III, 613.

2) „*Die Traumdeutung ist in Wirklichkeit die Via regia zur Kenntnis des Unbewußten, die sicherste Grundlage der Psychoanalyse und jenes Gebiet, auf welchem jeder Arbeiter seine Überzeugung zu gewinnen und seine Ausbildung anzustreben hat. Wenn ich gefragt werde, wie man Psychoanalytiker werden kann, so antworte ich, durch das Studium seiner eigenen Träume.*“ In: FREUD Sigmund. *Über Psychoanalyse.* Leipzig and Wien: Franz Deuticke, 1910; GW VIII, 3.

samé tolerantněji a získat nadhled. A nakonec nám také umožňuje smířit se s některými frustracemi a zklamáními. Přijmout různá omezení, odtruchlit ztráty a zvládnout těžké chvíle v životě.

Ne náhodou mezi lidmi kolovalo mnoho politických vtípů v době totality; říkalo se jim „vtipy soutěže o zlatou mříž“, protože komunista jako totalitní majitel Pravdy smysl pro humor neměl. Čím více bylo zakazováno, tím více lidí vtipy těšily a tajně si je vyprávěli. Politické vtipy vyjadřují sociální nevědomí a sdílenou touhu po svobodě.

*Jde Leonid Brežněv (prezident bývalého
Sovětského svazu) po Rudém náměstí a vidí
mužika jenom s jednou botou. Říká mu:
„Ty jsi někde ztratil botu, soudruhu?“
Mužik odpoví: „Ne, našel!“*

Vtíp bavil, protože ukazoval to, co většina lidí sdílela, ale nahlas vyslovit nemohla. Jak byla „vrchuška“ (vrchnost) zcela odtržena od reality, ale předstírala pochopení pro lidi.

Otázka na rádio Jerevan:

„V Moskvě prý je maso. Bude také v Leningradu?“

„Určitě. Výstava je putovní!“

Lidé si utahovali z toho, že socialismus je jedna velká Poptěmkinova vesnice – samé předstírané, lživé úspěchy. To lidem pomáhalo najít a cítit spojení a vzájemnost v opozici proti totalitnímu režimu a zároveň ve vzájemném porozumění a dosažení úlevy, byť jen na krátkou chvíli.

Byť je psychoanalytická terapie velmi vážná věc, ve svých ordinacích také někdy zažíváme různé humorné situace, slyšíme vtipy a sami je někdy používáme, abychom svým pacientům pomohli uvědomit si některé nevědomé fantazie. Vtipy totiž dokážou vystihnout nevědomí lépe než dlouhé povídání. Vtip může vytvořit jakési krátké spojení mezi vědomím a nevědomím. Psychoanalýza není jen truchlivé asociování pacienta na gauči a tísnivé mlčení analytika, jak si to někdy laici představují. Vtip, humor a smích mají také své důležité místo v terapii, stejně jako výklad snů, pláč, kritika psychoanalytika atp. Z tohoto důvodu jsme zařadili i část humorných situací a vtipů z terapeutické situace.

Z historie psychoanalýzy

Zakladatelem psychoanalýzy je **Sigmund Freud** (6. kvěť na 1856, Příbor – 23. září 1939, Londýn). V roce 1900 napsal svoji první a nejvýznamnější psychoanalytickou knihu *Die Traumdeutung (Výklad snů)*^{3),4)} a později mnoho dalších. Tato kniha mezi psychoanalytiky patří stále mezi nejcitovanější. Freud v ní ukázal, jak zásadní je zabývat se nevědomím, chceme-li porozumět lidské mysli, pomáhat lidem s různým psychologickým i psychosomatickým trápením nebo rozumět sociálnímu chování lidí. Ukázal, že noční sny nejsou náhodným a nesmyslným projevem našeho mozku, jakousi pěnou vznikající při nočním neurologickém „úklidu

3) První české vydání: FREUD Sigmund. *Výklad snů*. Překlad Ota Friedman. Praha: Julius Albert, 1937.

4) Novodobé vydání: FREUD Sigmund. *Výklad snů*. Překlad Ota Friedman. Praha: Naše vojsko, 2021.

na disku“, jak se tehdy odborníci domnívali (a bohužel i dnes si to někteří myslí). Náš mozek „přemýšlí“ i v noci. Jen pracuje jinak. Vyjadřuje se pomocí symbolů a metafor, tzv. **primárním procesem**, ne slovy a dospělou, vědomou logikou. A podobně někdy „pracuje“ i humor.

Od té doby se psychoanalytický pohled na lidskou mysl stal jedním z nejvýznamnějších vědeckých přístupů v rámci psychiatrie a psychologie. Zatímco Freud se zpočátku pokusil najít nový přístup k léčbě neurotických pacientů, v současnosti je psychoanalytická teorie aplikována kromě psychoterapie v mnoha vědních oborech – v sociologii, psychiatrii, sociální psychologii, pedagogice a dalších. Mnoho zakladatelů různých psychoterapeutických škol bylo Freudovými koncepty inspirováno.

Starý pán ostatně také nebyl bez smyslu pro humor. Sám napsal studii *Der Witz und seine Beziehung zum Unbewußten*⁵⁾ (v českém jazyce *Vtip a jeho vztah k nevědomí* publikováno 1991⁶⁾) v níž se zabývá otázkou, proč nás humor a vtipy tolik oslovují.

5) FREUD Sigmund. *Der Witz und seine Beziehung zum Unbewußten*. Leipzig and Wien: Franz Deuticke. 1905.

6) FREUD Sigmund. *Vtip a jeho vztah k nevědomí*. Překlad Ludvík Hošek. Práh, 1991.