

Ženský ráj

TO NA POHLED

Anna Šperlová pořádá v Plzni konferenci, na níž se schází na tři stovky žen různých profesí a zájmů. Je to výjimečný den, kdy nic nemusí. Nestarají se ani o vaření, ani o děti, ani o práci, jenom se baví, ochutnávají dobroty, vzdělávají se a sdílejí.

Foto Adobe Stock

Kdy má běžná česká žena čas sama pro sebe, nic nemusí a stará se někdo o ni? Vždyť pracuje, po příchodu domů často začíná druhou směnu, stará se o domácnost a o děti, často včetně manžela, a většinu času se nezastaví. Aby ale měla volný celý den, něco nového se dozvěděla, jídlo bylo připravené, nádobí uklidil někdo jiný, ochutnala nejrůznější speciality a vyzkoušela nové kosmetické výrobky, pobavila se u toho, od srdce zasmála a ještě mohla tyto opojné pocity sdílet se stovkami dalších podobně naladěných žen? To je představa z říše snů.

Anna Šperlová to dobře ví, a takový sen se rozhodla ženám splnit. Kdysi na Plzeňsku rozjížděla řetězec supermarketů Delvita, vedla personální agenturu nebo se věnovala dovozu potravin fair trade. Dávat dohromady ženy a pořádat pro ně akce je ale činnost, která ji baví nejvíc. Nejen za tento nápad, ale i jeho bezchybnou realizaci si vysloužila před pěti lety ocenění Žena Plzeňského regionu. „Konference jsou pro ženy všech věkových kategorií, různých zájmů i profesí. Chci, aby se ženy setkávaly, vyměňovaly si zkušenosti, poznávaly se navzájem, inspirovaly je k sebevzdělávání, hledání nových aktivit a k posilování sebevědomí. Nikde jinde se v Plzeňském kraji nesejde tolik žen jako na konferenci Excellentní žena®,“ usmívá se sympatická dáma, jež v březnu uspořádala v pořadí již 14. akci. Všechny dosavadní konference, jež se konají na jaře a na podzim, byly beznadějně vyprodané; chodí na ně podnikatelky, studentky, maminky i seniorky a není na nich ani chvíle nuda. O tom se ostatně v krásných prostorách novorenesanční Městské besedy se secesní výzdobou, jež se nachází v samém srdci Plzně, Šifra přesvědčila sama.

„Snažím se nacházet témata, která ženy zajímají a zvát přednášející, kteří ženy motivují, inspiroují a nabíjejí pozitivní energií,“ říká paní Šperlová, jež ráda představuje „šikovné Plzeňáky“ a řídí se citátem „buď ženou, která narovná jiné ženě korunu, aniž by světu řekla, že byla nakřivo“.

Jedním z šikovných Plzeňanů je například významný architekt Jan Soukup,



Psycholog Jeroným Klimeš se po své přednášce octl v zajetí excelentních žen. Vlevo organizátorka konference Anna Šperlová. Dole známý plzeňský architekt Jan Soukup. Foto Šifra a Profimedia



později byl vyhozen se samými pětkami. A tak přešel do gymnázia v Jihlavě. Tam studoval necelý rok, protože měl samé pětky, a přešel na popud svého bratrance Josefa Františka Smetana, který byl o 23 let starší, takže mu říkal strýčkem, do gymnázia premonstrátů v Německém Brodě. Seznámil se tam s Havlíčkem Borovským. Celkem mu to tam šlo, ale gymnázium začalo mít problémy, takže přešel do Prahy, a tam už mu to zase nešlo,“ popsal lakonicky Smetanova studijní léta pan Soukup. „Josef František Smetana mu proto v roce 1840 řekl: Tak, Fritzi, takhle to nejde, půjdeš do Plzně. Zřejmě mu trošku klekl na prsa, takže Bedřich dokonce dostudoval. Nejlepší jeho známka byla čtyřka.“ Podle Jana Soukupa byl Smetana „neposedný, pořád chodil do společnosti, se všemi se kamarádil a psal si o tom, co všechno vyváděl, deníček“. Jisté ale je, že skládat hudbu vás stejně žádná škola nenaučí...

To „strýček“ Josef František Smetana se studiem rozhodně problémy neměl. Napsal první astronomickou knihu v češtině. Byl fotograf a taky profesor fyziky, kterou nazval silozpytem. A v učebnici, jejímž je autorem, popisoval, jak se má fotografovat. Ve zbytku přednášky architekt přiblížil některé důležité budovy ze Smetanových dob a taky odpověděl na otázku paní Šperlové, čemu by se dnes divil Smetana v Plzni nejvíc. „Úplně všemu,“ glosoval. „To,

jenž se specializuje na ochranu církevních památek, ale podílel se i na rekonstrukci hlavního plzeňského náměstí Republiky či zmíněné Měšťanské besedy, v níž se zrovna nacházíme. Zvědavým dámám erudovaně, a přitom vtípně povyprávěl v originální přednášce o tom, jak viděl Plzeň slavný skladatel Bedřich Smetana, který v západočeské metropoli v letech 1840 až 1843 studoval. Dodnes se v Plzni konají aktivity kolem tohoto hudebního velikána; vřdyt i Měšťanská beseda stojí v místě, kde se kříží Kopeckého a Smetanovy sady. Skladatel studoval na plzeňském gymnáziu, v budově, která patřila premonstrátům a jako vůbec první stavba ve městě překročila hranice do té doby uzavřených plzeňských hradeb a zahájila nové rozšiřování města v té době se 600 domy a 9800 obyvateli. V roce 1836 byla tato škola oceněna jako nejlepší gymnázium celé rakousko-uherské monarchie.

Oč věhlasnější byl ale Smetana skladatel, o to tragičtější si vedl jako student. „Bedřich Smetana pocházel z velice dobře situované rodiny a byl to v mládí tak trochu vejlupek. Studovat začal v 10 letech v gymnáziu v Jindřichově Hradci, o rok

potřebují renovaci jako sůl, snaží opravit. A říká: „Lázně připravujeme na opravu už 11 let. Poprvé jsem to začal plánovat v roce 1984 jako černovlasý mladík a ještě nejsme hotoví. To stavebnictví je takové. Jako když se stavěly katedrály. Při položení prvního kamene věděli, že se nedožijí dokončení. Já to беру taky tak.“ Jenže dřív to bylo kvůli náročnosti stavby a financím, dnes spíše kvůli byrokracii...

Kdyby chyby

Hostů 14. konference Excellentní žena® bylo více – herečka a propagátorka zdravé výživy Kateřina Winterová, propagátorka fair trade Lenka Dobiáš Černá, mladý šéf plzeňské opery Tomáš Pilař či módní návrhářka Táňa Havlíčková. Ze všech přednášejících, plzeňských i neplzeňských, mě ale nejvíc zaujal psycholog Jeroným Klimeš, který se věnuje rodinné a partnerské psychologii. Jeho přednáška, jež sklídila obrovský aplaus, by měla být povinná pro všechny romantiky a věčné hledače lásky a slova z ní zarámována a opakována až do úplného pochopení.

Doktor Klimeš totiž neholduje často nereálným osobně rozvojovým řečem o realizaci, lásce a štěstí za každou cenu, ale stojí nohama pevně na zemi a vychází z reality. Říká možná to, co mnozí nechtějí slyšet, neb jim to boří bábovičky, ale o to je to důležitější. Nechápu, proč se tohle

- Bedřich Smetana byl v mládí tak trochu vejlupek.
- Studovat začal v 10 letech v gymnáziu v Jindřichově
- Hradci, o rok později byl vyhozen se samými pětkami.

co tu zůstalo, by ho ale potěšilo. Nejvíc asi to, co se postavilo až kolem roku 1900, stavby, které tvoří dnešní tvář. Západočeské muzeum, divadlo, Měšťanská beseda.“

Málokdo dnes ví, že v Plzni stály v 19. století lázně. Karlovy Vary to sice nebyly, ale i tak stály za to – než zkrachovaly a koupil je slavný plzeňský pivovar. Jan Soukup, kterému je dvaasedmdesát let, je jedním z těch, kteří se bývalé lázně, které

všechno dozvídám až v dospělém věku. Proč se tohle neučí ve školách? Vřdyt neexistuje žádná jiná oblast, která by ovlivňovala naše životní štěstí tak jako právě vztah s našim životním partnerem.

„Muž a žena mají partnerské potřeby, ve kterých se potkávají. To jsou ty potřeby, které nemůžete uspokojit se sousedem. Tyto potřeby mají jednu nepříjemnou vlastnost: něco sice máme se ženou

společného, a to společně uspokojujeme, ale pak máme řadu oblastí, pro které partnera také potřebujeme, avšak bohužel z druhé strany se ozve: O to já nemám zájem," říká Jeroným Klimeš. Vzniká zde tedy zjevný rozpor: jde o potřeby, které se nutně musí uspokojovat ve vztahu, ale partner nechce. Co z toho vyplývá? „Na jedné straně máme neuspokojené potřeby ženy, na druhé neuspokojené potřeby muže, a tím pádem vznikají třetí plochy. Ty jsou navíc umocněny tím, že jsou dnes lidé vedeni k egoismu. To znamená také to, když já tu potřebu nemám a ty ji máš, je to tvůj problém a udělej si to, jak chceš.“

Z toho vyplývá jediné: aby vztah fungoval, oba partneři musejí uspokojovat nejen ty potřeby, na kterých se shodnou, ale muž musí ženě uspokojovat potřeby, i když se mu do toho nechce, stejně jako žena muži. Oba tedy musejí dělat víc, než je jim příjemné. Samozřejmě jde o to najít nějaké rozumné hranice. „V oblastech, kde vzniká ta frustrace, jsou zahrnuty tři věci: 1) to, čím si ubližujeme; 2) ani když se budeme hodně snažit, tyto věci uspokojené nebudou a 3) věci, které musíme vydržet až do smrti. Ale pak jsou věci, které, když se lidé snaží, uspokojeny být mohou. My máme dnes problém v tom, že se z principu lidi nesnaží. Tady je třeba lidi přesvědčovat, že můžou pro ten vztah něco udělat, aby se trochu obětovali pro toho druhého. Obět je ale dnes sprosté slovo," poznamenává konzervativní psycholog, zaslužilý otec tří dětí.

Odpovídají tomu i statistiky – rozvádí se každé druhé manželství a průměrná doba trvání svazku je 13 let. Z grafů se dají vyčíst skutečně překvapivé věci. Třeba to, že kdyby neměli lidé nerealistické představy, nemuselo by docházet k mnoha zbytečným a nesmyslným rozvodům.

„Proč odešel tento muž z prvního manželství do druhého? Protože byl nespokojený. Proč z druhého do třetího? No protože byl nespokojený. Proč do čtvrtého? Ze stejného důvodu. Kterej vůl mu řekl, že manželství je generátor nekončícího štěstí?“ ilustruje to doktor Klimeš vtipem o tom, proč se lidem nedaří udržet dlou-



hodobé vztahy. Ten problém se nazývá přehnaná očekávání. Psycholog přidává i další povedený žertík na toto téma. Nebo to není vtip? „Teď po čtvrtém manželství bych si už uměl vybrat ideální partnerku. Myslíš, že taková vůbec existuje? Samozřejmě, moje první žena... Podle výzkumu se ptali po druhé a po třetí vdaných žen a ty často říkaly: Kdybych já v prvním manželství věděla to, co vím dneska, tak jsem se vůbec nemusela rozvádět.“

Nepřechodte to

Pokud nechceme skončit zahořklí a sami, měli bychom pochopit jednu nutnost, která je pro udržení vztahu klíčová – kompromis. A to i přesto, že grafy ukazují, že i po něm často zůstane náš pocit štěstí v minusu. „Jsou věci, kde si vycházejí partneři vstříc, a tam je kompromis v plusu. On by jezdil osmdesátkou, ona dvacítkou, udělají kompromis na pětadvaceti a oba jsou spokojení. Oba dva jsou v plusu. Bohužel pro každého z nás platí, že ve vztahu jsou potřeby, jejichž optimum je v minusu. Ilustruji to často na sexu. Kdyby bylo po jeho, chtěl by mít sex každý den, třicetkrát za měsíc. Ale co nám bude dělat ona, když bude sex každý den? Bude nám chodit do sprchy a tam nám bude zvracet. To není ideální řešení. Kdyby bylo podle ní, stačilo by to jednou za měsíc...“ – „To je moc,“ šeptá paní v letech vedle mě a celé přilehlé okolí, které tuto poznámku zaslechlo, se řeže smíchy. „Co z toho vyplývá v praxi?“ ptá se Jeroným Klimeš a vzápětí si odpovídá: „On má pocit, že je vdovec. Jde po ulici, každá se mu líbí, neustále má fantazie o nevěře a startuje po každé, kterou vidí. To také není dobré řešení. To znamená, že udělají kompromis jednou za týden. Je on spokojený? Ne, je to zoufale málo. Je ona spokojená? Ne, je to zoufale často. Udělají kompromis k oboustranné nespokojenosti. To má jen jednu pozitivní vlastnost – jde to překodrcat. On má hemzy, ona má hemzy, ale nerozvedou se.“

A o to právě jde. Pokud tohle nepochopíme, ztroskotá nám po nějaké době úplně každý vztah. I kdyby na sobě oba partneři pracovali a změnili své špatné návyky, vyvíjeli se a měnili k lepšímu

(teoreticky, v praxi se do toho nikomu moc nechce), vždycky se budou v něčem lišit. „V každém vztahu je něco v minusu. Proto pak lidé hledají holuby na střeše. Dopadne to ale pokaždé stejně. Lidi si pořád představují, že existuje nějaká láska, nejsilnější lano, které drží vztah. Ale to je spíš provázek. Aby vztah vydržel, je třeba splest celou pavučinu, každá nitka to drží trochu. Ta pavučina to udrží, ale ne jen jeden provázek. Nic samo o sobě neudrží vztah do smrti. Když za mnou přijdou manželé v krizi, zachraňujeme každou nitku a navazujeme ostatní,“ vysvětluje psycholog, který, aby ukázal, že nemluví do větru, vytahuje další grafy.

Pan Klimeš rád pracuje s takzvanými Kaplan-Meierovými křivkami, které používají onkologové pro výpočet, jaké jsou výsledky léčby, a kolik pacientů jak dlouho po ní přežije. Stejně je to s umírajícími vztahy. „Tyto grafy říkají, které vlastnosti jsou pro vztah důležité. Důležité je číslo

○ Ted po čtvrtém manželství bych si už uměl vybrat ideální partnerku. – Myslíš, že taková vůbec existuje? – Samozřejmě, moje první žena...

50 %, kdy se křivka protne. Je to kolem doby trvání tří let. Zajímá nás, že jedno dítě zvyšuje trvanlivost vztahu o deset let. Dvě o 20 let... Náboženství dává vztahu dalších 10 let. Samotná svatba má trvanlivost sedm let. No není to moc, ale jsou dobří,“ směje se expert. „Společné bydlení přidává dva roky a pak je důležitý počet předchozích vztahů. Čím víc máte rozhodů za sebou, tím větší pravděpodobnost je, že další vztah taky nebude stát za nic. Každý rozchod sebere 4 roky. Nezáiskáváte zkušenosti, ale skepsi. A čím víc delších vztahů než jeden rok za sebou žena má, tím méně má dětí. Největší chyba, kterou lidé ve jménu lásky dělají, se jmenuje přechozené vztahy.“

Přechozený vztah je fáze, kdy ztrácíme subjektivní jistoty. To je stav, kdy si jste jistí, že je pro vás něco správně. Nevíte proč, ale máte prostě raději Frantu než Pepu

a vanilkovou zmrzlinu než čokoládovou. Přechozený vztah tuto jistotu ničí. „Když jsme zamilovaní, tak je Máňa nejlepší. Po šesti letech si říkáme: A co když chodí po světě nějaká Můňa, která je lepší? To je strašný mor, pak chybí síla a motivace na reprodukci a na manželství.“

A právě manželství a založení rodiny je důležitější, než se v dnešní relativizující době může zdát. Když po pěti šesti letech ztratí vztah své kouzlo a vás začnou napadat slovy Jeronýma Klimeše „tyhle blbě nápady“ – jestli je vaše Maruška ta pravá a proč já si raději nevzala Pištu Hufnágla –, jde o znamení přechozeného vztahu. Zbývají dvě možnosti: buď se rychle vezmete a založíte rodinu, nebo se rozejdete.

Jak ale poznat, která varianta je lepší? „Jen fakt, že to je přechozené, není důvodem k rozchodu. Pokud o vztah nechtějí přijít, mají poslední příležitost, jak ho zachránit. Je to jako když jde polárník mrazem, sedne si na jiného zmrzlého

polárníka a říká si: Já bych si tak dáchnul. Zmrzne. Má posledních pár vteřin na to, aby se přemohl, vstal a šel dál.“ Pokud se ale partneři hádají od začátku a nějakým zázrakem spolu vydrželi tak dlouho, ať se prý radši neberou, nepomůže to... Mohli by dopadnout jako hollywoodský herec Nicolas Cage, jenž se v dubnu počtvrté oženil. A rozvedl. O anulování svatby požádal už po čtyřech dnech s tím, že byl opilý.

Samotná svatba ale také nestačí. Podle grafů v nějaké rozumné době po sňatku musejí přijít i děti, jinak se doba trvání manželství dramaticky sníží. Jeroným Klimeš varuje: „Pozor na ty zbytečné průšvihy. Když spolu vydrželi lidé tolik let, tak to není pár, který by se k sobě nehodil. Je zbytečné se rozcházet, když se lidé k sobě hodí.“ Jen je třeba vědět, jak na to. **vid** ●