

SEXUALITA A INTIMITA

1.ČASŤ: EVOLÚCIA A SÚČASNOSŤ

Pradávný rituál

Pôvod sexuálnej túžby je tak starý ako rozdelenie pohlavia na muža a ženu. Niektoré dávne tradície túto udalosť umiestňujú do Starej Lemúrie, ktorá existovala ešte oveľa dávnejšie, než Atlantída zmizla následkom veľkej potopy. Vtedy, ešte v takzvanom Raji, došlo k rozdeleniu pôvodne androgénnej bytosti Adama na Adama a Evu. Stalo sa to v mieri, teda, aspoň na povrchu. A akonáhle k tomu došlo, Adam a Eva sa znovu spojili ako muž a žena, stali sa jedným telom. Tento pradávny rituál sa odvtedy neustále opakuje v každej generácii. Hneď ako sa v adolescentnom veku zmeníme z nevinných detí na sexuálne bytosti, túžba spojiť sa s opačným pohlavím v nás neúnavne znie až do konca života.



Evolúcia sexuality?

Až potiaľto nič nové. Tak ako sa teda evolúcia týka ľudskej sexuality? Na fyzickej úrovni sa od doby jaskynného človeka v sexualite asi veľa nezmenilo. Ale všetko ľudské je neustále v procese evolúcie, a to platí aj pre ľudskú sexualitu. Zmena sa zdá byť samou podstatou povahy ľudských bytostí, na individuálnej i na kolektívnej úrovni. Tí, ktorí sa nevyvíjajú, ostávajú pozadu. Tých, ktorých ideály sú zakotvené v minulosti, považujeme za zaostalých a irelevantných pre väčšinu z nás, isto ich nenájdem na inšpirujúcich vodcovských pozíciách.

Nikoho by nemalo prekvapiť, že sexuálne vzorce správania, štýl a význam intimity tiež prechádzajú rýchlym procesom evolúcie všade na svete. Aspoň za ostatných 60 rokov sa priamo pred našimi očami úplne zmenili vzorce sexuálneho správania mužov aj žien v našej spoločnosti. Na svojich prednáškach v rôznych kútoch sveta sa často pýtam prítomných, koľkí z nich by si vedome vybrali opakovať so svojimi súčasnými intímnymi partnermi tie isté vzorce intímneho správania, aké pozorovali vo vzťahu svojich rodičov. Zvyčajne nik nezdvihne ruku. Raz za čas sa zdvihne jedna spomedzi 50 párov rúk. Všetci vnímame, že v sexuálnej intimitate je dnes možné niečo iné, než to, čo sme sa v tejto oblasti naučili od rodičov alebo to, čo sme sami robili v našej sexuálnej minulosti. Ale v čom ten rozdiel je – to vôbec nie je ľahké definovať.

Sex nie je záležitosť reprodukcie

Sexuálny styk sa ešte pomerne nedávno považoval za nevyhnutné zlo nutné za účelom zabezpečenia potomstva, povinnosť pre ženu a sociálne akceptovateľnú posadnutosť pre muža. A na mnohých miestach sveta je tak tomu dodnes. Väčšina z nás dnes vníma mocnú realitu sexu a jeho samostatnú životnú dynamiku. Možnosť slobodne konať na základe vzájomnej sexuálnej príťažlivosti je zásadná pre vytváranie vzťahov a rodín vo väčšine slobodných krajín a manželstvo sa nepovažuje za koniec sexuálneho objavovania. Sex pre drvivú väčšinu z nás nie je záležitosť reprodukcie. Záležitosť čoho to teda je?

Je to vyjadrenie túžby po spojení a láske. Je to vyjadrenie lásky. Ale je to ešte viac. Sexualita má svoj vlastný život. Má svoju vlastnú vôľu. Je to, akoby časť samej prírody žila cez naše osobné potreby vyjadrujúc vlastný život. Je to sila prírody, ktorá sa deje cez náš najintímnejší akt tvorenia. Skutočne verím, že je to súčasť obrovskej príťažlivosti sexuálneho vyjadrenia: najintímnejšie splynutie ľudskej skúsenosti a prírody, zvnútra. Len máločo z ľudských skúseností sa vyrovná tomuto prvotnému spojeniu s prírodou.

Sexualita a spiritualita

Skôr, než sa začneme zaoberať aspektmi sexuálnej intimity z hľadiska terapie a osobnostného rozvoja, pozrime sa na niektoré zo starodávnych hlbokých vhládov o význame sexuality. V mnohých dávnych tradíciách sa na sexualitu nahliadalo ako na metaforu pre vyššiu dimenziu vedomia. Dokonca aj prísny Starý zákon obsahuje Šalamúnovu Pieseň piesní, jednu z najerotickejších písomných poézii starého sveta. Prečo? Pretože sexuálna túžba a pohlavný akt sa považovali za symbol intímneho vzťahu medzi ľudskou dušou a božstvom. Kresťanskí mnísi a mníšky (Kristove nevesty) nie sú nevyhnutne ľudia bez sexuálnej intimity, ale očakáva sa, že svoj sexuálny život nasmerujú k božskému, a premenia ho na most do duchovného života. Ozveny tohto prístupu k sexualite nájdeme vo všetkých mystických tradíciách východu aj západu: v hinduizme, budhizme, tantre, sufizme, gnosticizme aj v taoizme. Úsilie o spirituálnu dimenziu sexuality bolo vždy súčasťou ľudskej kultúry. Starí Gréci mali tri mená pre lásku: Eros pre sexuálnu lásku, Filia pre emocionálnu lásku a Agape pre duchovnú lásku. Nebola medzi nimi hierarchia, všetky tri sa považovali za božské a boli to mená božstiev. Niektoré z dávnych postojov sa teraz vracajú do Európy prostredníctvom čiastočného prijatia východných tradícií v ich západnej verzii. Hľadanie pokračuje.

Základná životná sila

V niektorých prístupoch k ľudskému rozvoju sa sexualita považuje za základnú životnú silu. Rudolf Steiner hovoril o siedmich základných „životných procesoch“ ľudskej fyziológie: dýchanie, zabezpečenie tepelnej pohody, výživa, vylučovanie, udržiavanie, rast a reprodukcia. Reprodukcia je najhlbšia základná životná sila schopná úplne obnoviť život. Životné procesy nemajú dopad len na fyzickú úroveň. Ovplyvňujú všetky dimenzie ľudského bytia, fyzickú, emocionálnu, kultúrnu aj duchovnú. Je to základ psycho-spirituálno-somatického kontinua, bez ktorého zdravotná starostlivosť a osobnostný rozvoj ostávajú na povrchu. Reprodukčná

životná sila zasahuje aj ďalšie dimenzie bytia, a síce oblasť vitality a kreativity. Je možné, že kreativita, schopnosť vytvoriť niečo celkom nové alebo premeniť starú skutočnosť v novú, je jedným z vyjadrení sexuálnej energie. Je možné, že blokovaná, nevyživovaná, vyčerpaná a zanedbaná sexualita vyústi do zníženej schopnosti kreativity. A je možné, že toto prepojenie funguje aj opačným smerom: že bohatý kreatívny život podporuje našu sexuálnu vitalitu.

Telo a duša

Ľudia a ich vzťahové vzorce sa nám menia pred očami. Stále čakám na stretnutie so ženou, ktorá v období okolo 33 roku života nezažila výrazný posun vo vzťahu k vlastnej sexualite a sexuálnemu životu. Javí sa mi ako pomerne univerzálny fenomén, že zhruba v tomto veku sa oddelenie ženskej duše od tela stáva pre ženu neznesiteľné. Nech už si pár vytvoril akýkoľvek sexuálny zvyk v čase, keď boli obaja dvadsiatnici (kedy väčšina z nás vstupuje do vážneho vzťahu), v raných tridsiatich rokoch bude musieť nastať zásadná zmena, aspoň pre ženu. Byť používaná ako sexuálny objekt na ukojenie mužskej túžby nie je pre ženu zdravé v žiadnom veku, ale po prekročení tridsaťtrojky sa táto prax stáva progresívne ničivá. Ak sa po tomto veku dotkneš ženského tela, dotýkaš sa jej duše.

Kto poučí mužov o tejto premene, ak na to sami nie sú schopní prísť? Kvalita samotného dotyku sa musí vyvinúť: od bratia k dávaniu, od poslúženiu túžbe k slúženiu láske, od dotýkania sa tela, k dotýkaniu sa duše. Ak muži nepochopia túto zmenu a neprejdú ňou spolu so ženou, stratia ju, alebo stratia sexuálnu intimitu, ktorú s ňou mali. Zvyčajne nevedia, ako k tomu mohlo dôjsť. A ja sa tu pokúšam povedať im niečo o tom, ako sa to môže stať: je možné nájsť sexualitu v srdci ženy, ale musíš k nej nájsť nové dvere, a možno nie sú tam, kde si ich nachádzal predtým.

Ženám

Prajem si povedať ženám: v sexualite muža je možné nájsť jeho srdce. Je tam. Muž si toho možno nie je vedomý, možno o tom pred vami nedokáže rozprávať, ale ak budete hľadať, nájdete ho. Prajem si povedať ženám: keby ste vedeli, ako veľa pre nás znamená môcť sa s vami spojiť, byť vítaní vo vašom tele, vo vašej duši, mať vašu dôveru, cítiť, že nás chcete, že si nás vyberáte, cítiť intímne spojenie s vami, byť tým, ktorého chcete vedľa seba. Nevieme, ako to máme vyjadriť, ale znamená pre nás omnoho viac, než čo vám bežne dokážeme odkomunikovať. Myslím, že takto to v hĺbke duše cíti každý muž.

Ženám a mužom

Prajem si povedať mužom aj ženám, ktorí to nevedia, alebo tom nehovoria: našu sexuálnu intimitu je možné obnoviť a oživiť, ak medzi sebou pravdivo komunikujeme o našej zraniteľnosti a nevinnosti a hlbokých túžbach. Ale nie je možné obnoviť ju, ak nenájdeme spôsob, ako o nej rozprávať.

V nasledujúcej časti sa budem zaoberať potenciálom sexuálneho liečenia a rozvoja a možnosťami, ktorými psychofonetika môže prispieť v tejto oblasti ľudského rozvoja.

Yehuda Tagar