

Letní LÁSKY

K létu patří milostná dobrodružství – ženy se vydávají na dovolenou, aby poznávaly v přímořských zemích nejen památky a tradiční kuchyni, ale i místní muže. Muži zase rádi vyhledávají sexuální zážitky a dovolená je pro jejich sběratelskou činnost ideální příležitostí.

Letní lásky tak zahrnují celou škálu milostného namlouvání – od nevinných románek, na které rádi vzpomínáme, přes vztahy, jež našimi životy pěkně zacloumaly. Nabízíme vám pohledy čtyř odborníků, zkušených psychologů a terapeutů, kteří mají s rozmanitými druhy vztahů bohaté zkušenosti. Záměrně jsme oslovili dva muže a dvě ženy, protože jejich pohledy na letní lásky se viditelně liší. Vy se můžete rozhodnout, co z nabízeného je vám bližší...

PHDR. PATRICIE ANZARI, CSC.:

O letních láskách se říká, že mají jepičí život, že jsou nezodpovědné, nebezpečné, riskantní... Možná je to nespravedlivé. Lidé flirtují celý rok, chovají se v partnerských kontaktech nezdrženlivě.

Léto je pro mnohé jediným obdobím, kdy se na chvíli zastaví po celoročním




shonu a přetížení. Náhle se probudí srdce a oni potkají protějšek létem prozářený, okrášlený zpomalením času o dovolené, radostnější než všechny všední dny. Taková chvíle je vzácná a může zrodit poklad. Jakékoli setkání se srdcem dokořán je příležitostí ke šťastné cestě. Zda taková bude, záleží na tom, jestli se umíme vcítit do partnera a napojit se na energetickou vlnu, která ho přinesla. Každý z nás dobře pozná, zda má před sebou dobrodruha, nebo upřímnou bytost toužící po blízkosti. Největší zklamání přináší náš zlozvyk vkládat do druhého svá přání a očekávání. Nechceme pak vnímat skutečnost a zlobíme se, že protějšek není tím, kým jsme ho chtěli mít. Jindy alibisticky prohlašujeme, že jsme přece nic neslibili. Slova nejsou důležitá. Skutečná blízkost a milostný plamen jsou nezaměnitelné. Ten, komu otevřeme náruč, se stává součástí našeho života. Je ochočenou liškou, za níž máme zodpovědnost. To věděl už Malý princ.

Dívejme se své lásce beze slov do očí, dotkněme se jejího srdce. Tady se předstírat nedá nic. Uvidíme pravdu a podle ní se zařídíme. Lásky není flirt. Je to požehnání, velká šance, výzva ke smysluplné kapitole příběhu.

Povrchní zábava patří do kategorie ztráty úrovně. Kvůli mediálnímu tlaku máme pomíchané pojmy. VIP nejsou ti trapní milovníci prázdnoty, kteří se opíjejí a osahávají na večírcích. Very important persons – velmi důležité osoby – jsou ti, kdo nemarní čas, mají vkus, a pokud promluví, je radost poslouchat. Přeji všem nezadaným čtenářům Velikou Nekonečnou Lásku.





*Ve chvílce zrození čistý jak sníh,
na křídlech znamení – už vítr je v nich.*

*Něžný jsi, bělásku, jemný jak stín.
Moc křehký pro lásku. Nevím, co s tím.*

*Než křídla narovnáš, nespáchám hřích.
Nestihnu „Otče náš“ Svět kolem ztich’.*

*Nožky tvé motýlí nespálím snad.
Láskou ti zešílím! Máš kopřivu rád?*

Patricie ANZARI

MUDR. RADIM UZEL, CSC.:

Nedávným výzkumem bylo zjištěno, že 82 procent všech prvních pohlavních styků absolvují mladí lidé v měsících červenci a srpnu. Dávno tedy už neplatí básníkovo tvrzení, že hlavním měsícem lásky je máj. On asi k tomu milostnému laškování už nezve ani hrdliččin hlas a lákavý zpěv slavíka, ale spíše čas letních prázdnin, kdy mají mladí lidé ke svému intimnímu sblížení prostě více času. A taky je více teplo, lidé odkládají teplý oděv a člověk nemusí být ani příliš zdatným psychologem nebo jiným expertem, aby pochopil, že tělesný kontakt v plavkách je něco jiného než láskyplné objetí v lyžařských bundách a párek zamilovaných se k sobě přitulí jistě s daleko větším erotickým nábojem. O prázdninách a dovolených má také většina lidí na sexuální aktivitu mnohem více času.

Na projevy sexuálních sympatií mají vliv četné jiné okolnosti než pouhé počasí nebo roční doba. Jinak to funguje u mladých, jinak u dospělých. Nedávno nás zarazil statistický útlum sexuální aktivity v měsíci březnu. Proč právě v období rozpuku přírody a blížícího se jara? Inu, možná má na to vliv termín blížícího se daňového přiznání. Stejně je to s výpočtem takzvaných plodných a neplodných dnů. Celkem slušně funguje u ukázněných věřících manželských párů, zatímco u mládeže vůbec ne. On se totiž sexuální život mládeže neřídí neplodnými dny, ale spíše dny, kdy rodiče zrovna nejsou doma nebo kdy se v sousední vesnici pořádá diskotéka.

Ty letní lásky tedy budou podléhat mnoha různým okolnostem, ale volné dny a teplé počasí bude přece asi nejdůležitější. A pokud neplodné dny nefungují, bude třeba připomenout spolehlivější antikoncepci. Abychom se příští rok na jaře nedočkali náhlého a nečekaného vzrůstu porodnosti.

Naprosto přesvědčivým rozdílem mezi člověkem a všemi ostatními živočichy je lidská trvalá sexuální aktivita. Homo sapiens



je permanentně sexualizovanou bytostí, zatímco všichni ostatní provozují pohlavní styky jen v období plodnosti. Příslušník našeho živočišného druhu s potěšením holduje svému sexuálnímu potěšení v kterékoli době denní nebo noční, v pátek nebo svátek, nedbá ročních období, slavných výročí, počasí, ba ani termínu výplaty nebo daňového přiznání. Převratný objev spolehlivé antikoncepce umožnil pak oddělení sexuality od rozmnožování. Tím byla vlastně dovršena sexuální revoluce.

S neúspěchem se setkává pátrání vědců a novinářů, kteří se snaží vyzkoumat v této lidské sexuální aktivitě jakousi zákonitost a časovou periodicitu. Sotva přichází jaro a oschnou první meze, začínají se množit dotazy, jak to vypadá s prvním jarním sexem a později, jak přibývá tepla a ubývá oděvních svršků, objevují se spekulace o jakémsi pohlavním prázdninovým boomu, představujícím období nevázaných intimních radovánek.

Není to tak úplně nesmyslné. Moderní způsob života a novodobý rytmus práce a odpočinku letní sexualitě nepochybně nahrává. Dřívější, převážně zemědělské činnosti mohly naopak představovat její určitou brzdu. Vždyť i školní prázdniny se dříve řídily podle počasí a žňové práce byly později v komunismu nazývány dokonce bitvou o zrno. A v bitvách, jak je známo, se sexualitě příliš nedaří, leda by ta bitva byla pouze administrativní a papírová.

Sotva přichází jaro a oschnou první meze, začínají se množit dotazy, jak to vypadá s prvním jarním sexem a později, jak přibývá tepla a ubývá oděvních svršků, objevují se spekulace o jakémsi pohlavním prázdninovém boomu, představujícím období nevázaných intimních radovánek.

Také lidové letní pranostiky sexualitu příliš nereflktují. Perfektně víme, kdy bude čtyřicet dní kapat, kdy má sedlák sklízet, respektive kdo hodil srp do žita, a co slibuje plné sýpky, ale na pohlavní styky naši předkové asi opravdu v létě příliš nemysleli. Pouze jeden poněkud novodobější verš mi v této souvislosti zaznívá v hlavě:

*„... po červnu je červenec,
kdekdo přijde o věnec.“*

Jak je z lidové poezie známo, „přijít o věnec“ znamenalo pro dívku první pohlavní styk, ztrátu panenství. A skutečně výzkumy z poslední doby se nápadně shodují v tom, že naprostá většina prvních pohlavních styků je realizována v červenci a srpnu. Je asi šestkrát pravděpodobnější přijít o věnec o prázdninách než v průběhu školního roku. Dokonce i mladých jinochů se toto pravidlo týká, i když oni, pravda, o věnec nepřicházejí.

Letní sexualita však přináší určité problémy. Ženy se nejčastěji zajímají o možnost posunu menstruačního krvácení. Je zajímavé, jak gynekologové za posledních třicet let změnili názor na toto menstruační posunování. Zatímco dříve bylo pravidelné krvácení považováno za známku dokonalého tělesného zdraví a jakýkoli



zásah do tohoto přírodního mechanismu zaváněl téměř svatokrádeží, dnes už víme, že každoměsíčně se opakující menstruace je spíše jakýmsi civilizačním artefaktem.

PROF. PHDR. PETR WEISS, PH.D:

S letními láskami to je jako se vším ostatním, některé mají dlouhé trvání, jiné pominou s koncem dovolené. Pokud se jedná o zamilovanost, vždy existuje nebezpečí, že vypořádání s tímto dobrodružstvím může být velmi bolestné, a to jak pro zúčastněné, tak pro jejich manželské partnery, a to jak v případě, že skončí s létem, tak i v tom, že přetrvají i po prázdninách. Poněkud větší nebezpečí narušení trvalého vztahu představují ty z letních lásek, které jsou spojeny se zamilovaností a nejsou pouhými sexuálními dobrodružstvími, a současně ty, jež se prozradí. To, zda člověk podlehne podobnému pokušení, záleží vždy především na jeho hodnotách, na tom, co považuje v životě za důležité. Zda upřednostňuje zodpovědnost vůči svým stálým partnerům, nebo vlastní potěšení. Ovšem to zásadní je nezapomenout na ochranu – ambulance venerologů jsou po každém létě plné.

MGR. VLASTA-PATRICIA PEKOVÁ, TANTRICKÁ TERAPEUTKA:

Letní láska je žhavé téma, plné smyslnosti, horké slunce rozpalující smysly, tělo relaxované spoustou volného času, toužící po nevšedním zážitku v očekávání toho, co v běžném životě nepotká nebo si nedovolí.

Letní láska? Pokud do ní vstoupíte bez uvědomění, že to může být pouhý flirt, a očekáváte něco víc, než romantiku, stavíte si vzdušné zámky z vlastních vysněných představ, pak můžete skončit v hlubokém zklamání.

Jak takovýto zážitek zpracovat? Tantra nás učí být pozorný a přátelský ke všem energiím, které jsou nám k dispozici, a vítat je. Tantra nám také pomáhá, jak být ve svém počínání vědomý. Vraťte se k letnímu zážitku s otevřeným srdcem a zklidněnou, jasnou myslí (například po zklidňující meditaci) coby pouhý pozorovatel a přijměte tento prožitek jako dar. Nebudte zainteresovaní, neposuzujte. Jen se dívejte, přehrávejte si průběh jako film a zkuste si odpovědět: Proč se to stalo? Jak jste se u toho cítili? A jak potom? Proč jste se posléze cítili jinak než před tím? Očekávali jste vlastně něco? Víte, jak



bezstarostnou energii flirtu, hráli si s ní a užívali si ji? Pociťili jste u toho absolutní volnost, svobodu a nespoutanost? Zkuste se vrátit k samotné esenci toho prožitku, k tomu, co vás učinilo tak šťastnými. Byla to energie, láska, svoboda a v tom skutečném okamžiku prožitém tady a teď byla zkonzentrována veškerá existence.

Co se stalo poté? Chtěli jste ten krásný pocit k sobě připoutat, včetně člověka, s nímž byl prožitek svázaný? Pokud ano, zastavili jste tím proud pozitivní energie, přestali jste se radovat a možná jste se začali trápit, dělat si výčitky, posuzovat.

Tantra učí: Mějte rádi sami sebe, přijímejte přítomný okamžik bez předsudků a odevzdejte se jeho možnostem. Můžete si vědomě zvolit, co chcete žít, spolu s odpovědností za svá rozhodnutí a jejich důsledky.

Délka vztahu nemusí vypovídat nic o jeho kvalitě, nemůže být rozhodujícím kritériem, tím je spíše intenzita a hloubka prožitku spolu s uvědoměním vlastní volby. Vztahy nám slouží jako zrcadla, v nichž můžeme prostřednictvím partnera uvidět ty aspekty sebe samých, které si jinak neuvědomujeme.

Tantra uznává jak cestu setkávání s mnoha zrcadly, probíhající více na povrchu a přinášející rozmanitost, tak cestu poznání a rozvoje nazývanou deep diving (hluboké ponoření), která je možná pouze v déletrvajícím fungujícím vztahu. Je na každém z nás, kterou cestu si zvolíme a kam po ní chceme dojít, ovlivňování svými volbami a jejich konsekvencemi. Nebezpečím cesty mnoha krátkých vztahů je absence hloubky a snadného sklouznutí na cestu pouhého hledání rozkoše. Chybí osobní růst, vyživení duše a srdce. K tomu „horké“ letní vztahy a „chladná“ podzimní rozčarování příliš nepřispívají.

**Připravili Petr SEDLÁČEK
a Pavlína BRZÁKOVÁ**