

# SLAVNÉ HLAVY

BOJOVALY S MIGRÉNOU A PŘESTO ZMĚNILY SVĚT

## SIGMUND FREUD: OTEC PSYCHOANALÝZY, VĚZEŇ BOLESTI

Sigmund Freud (1856–1939) byl jednou z nejvlivnějších osobností moderní vědy. Jeho jméno se stalo synonymem pro psychoanalýzu, metodu, která změnila pohled na člověka, sny, sexualitu i psychické poruchy.

### STUDIUM

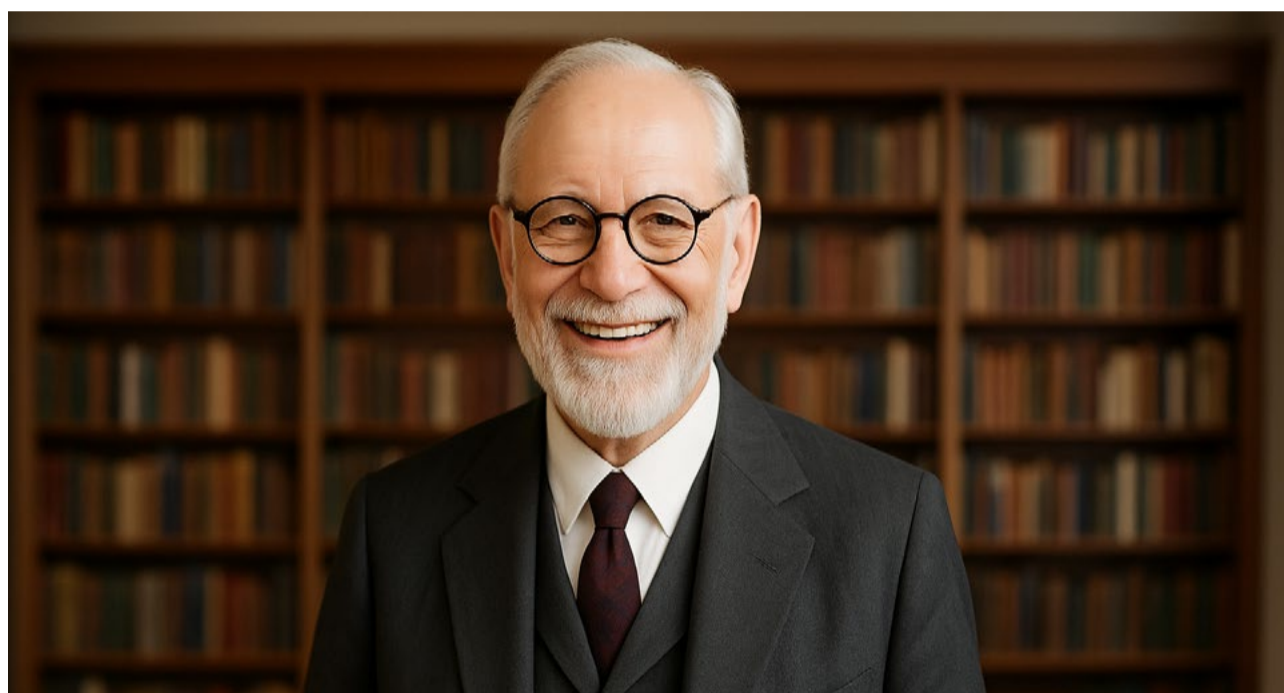
Narodil se v Příboře na Moravě do rodiny židovského obchodníka. V dětství byl zvědavý a vášnivý čtenář. Rodina se brzy přestěhovala do Vídně, kde Freud vyrůstal a kde také strávil většinu života. Studoval medicínu a původně chtěl být neurologem. Fascinoval ho mozek a nervová soustava, ale postupně se více a více zajímal o psychické procesy.

### EXPERIMENTY S KOKAINEM

Freud byl mužem své doby i vizionářem. V 80. letech 19. století experimentoval s kokainem, který tehdy považoval za „záračný lék“ proti únavě, depresi i bolesti hlavy. Napsal o něm nadšené články a doporučoval ho i kolegům. Později si uvědomil jeho nebezpečí a litoval, že pomohl rozšířit látku, která mnohé přivedla k závislosti.

### ŽIVOT S MIGRÉNOU A NEMOCEMI

Migrény a bolesti ho pronásledovaly celý život. Byl vášnivým kuřákem doutníků, někdy jich



denně vykouřil přes dvacet, což vedlo k rakovině čelisti. Od roku 1923 prodělal více než 30 operací a poslední roky žil s umělou protézou čelisti. Přesto psal, přednášel a vedl své pacienty.

### DÍLO, KTERÉ ZMĚNILO KULTURU

Jeho díla: Výklad snů (1900), Psychopatologie všedního dne (1901), Totem a tabu (1913), Nepohodlí v kultuře (1930), zásadně ovlivnila psychologii, filozofii i literaturu. Freud byl ale

i kontroverzní: jeho teorie o sexualitě dětí či oedipovském komplexu vyvolávaly pohoršení. Přesto dodnes inspirují.

### EXIL A POSLEDNÍ ROKY

Když v roce 1938 přišli do Rakouska nacisté, musel Freud jako Žid emigrovat do Londýna. Tam o rok později zemřel, unavený nemocí, operacemi a bolestmi, ale stále aktivní duchem.

## Rozhovor: Migréna je hlas mého nevědomí

**Pane Freude, jste známý jako zakladatel psychoanalýzy. Ale jak se zakládá nová věda s bolestí hlavy?**

Těžko. Migréna je tyran. Někdy jsem musel práci odložit, někdy jsem psal v přestávkách mezi bolestí. Věřil jsem, že bolest má svůj význam, že i tělo nám posílá skryté poselství, stejně jako sny. Možná proto jsem tolik hledal smysl i tam, kde jiní viděli jen chaos.

**Experimentoval jste s kokainem. Bylo to i kvůli migrénám?**

Ano. Věřil jsem, že jsem našel lék. Psával jsem nadšeně o jeho účincích, zbavoval únavy, bolesti, dodával energii. Ale ukázalo se, že to byla iluze. Kokain vzal více, než dal. Dodnes mě tíží, že jsem jeho užívání doporučil jiným.

**Kouřil jste přes dvacet doutníků denně. Pomáhalo to?**

Věřil jsem, že ano. Doutník byl mým společníkem při psaní, při přemýšlení. Ale vím, že mi zničil čelist a přinesl rakovinu. Je to paradox, hledal jsem úlevu a místo toho jsem si přidělal utrpení.

**Jak se pracuje s pacienty, když vás trápí bolest?**

Naslouchání je náročné i pro zdravého. Ale bolest mě učila trpělivosti. Nutila mě zpomalit a soustředit se. Když člověk nemůže mluvit příliš, naučí se více naslouchat. Možná právě migréna udělala z mé praxe to, čím byla.

**Měla migréna vliv na vaše teorie?**

Určitě. Migréna je jako sen, nesmyslná, drásavá,

ale přesto v ní lze najít vzorec. Naučila mě hledat skrytý význam v utrpení. Stejně jako jsem hledal význam ve snech pacientů.

**Byl jste často obviňován z přílišné posedlosti sexualitou. Měla nemoc vliv i na toto?**

Možná. Když je tělo oslabené, když cítíte bolest, uvědomujete si, jak moc nás ovládají pudy a touhy. Sexualita není jen rozkoš, je to energie života. A nemoc ji činí ještě patrnější.

**Jak jste zvládal roky operací a rakovinu čelisti?**

Těžce. Protéza čelisti mi bránila jíst i mluvit. Bolest byla stálá. Ale práce mi dávala smysl. Dokud jsem mohl psát, dokud jsem mohl analyzovat, měl jsem pocit, že ještě žiji.

**Pane Freude, mnoho lidí říká, že vaše teorie jsou příliš odvážné nebo dokonce skandální.**

**Jak jste se vyrovnával s kritikou?**

Kritika byla neustálá, ale já jsem ji bral jako důkaz, že jsem otevřel dveře, které lidé raději nechávali zavřené. Když mluvíte o snech, nevědomí nebo sexualitě dětí, lidé se brání. Ale právě odpor ukazuje, že se dotýkáte něčeho podstatného.

**Kdybyste měl dnes možnost znovu začít, změnil byste něco ve své práci nebo životě?**

Možná bych byl opatrnější s kokainem a doutníky, to ano. Ale jinak ne. Migréna i bolest mě formovaly. Naučily mě trpělivosti a daly mi čas přemýšlet. Bez nich bych možná nikdy nevytvořil psychoanalýzu.

**Co byste poradil dnešním lidem s migrénou?**

Nehleďte jen utišení. Ptejte se, proč je bolest tady. Tělo i duše jsou spojeny. Migréna není jen nepřítel, je to signál. Možná ne vždy srozumitelný, ale hodný naslouchání.



## FREUDOVY TIPY NA MIGRÉNU

### 1. DOUTNÍK JAKO ÚTĚCHA

Kouřil jsem víc, než by kdo doporučil. Doutník byl mým společníkem, když bolest hlavy neustupovala. Věřil jsem, že mi dává klid i když mě nakonec stál zdraví.

### 2. ZAPISOVÁNÍ SNŮ A MYŠLENEK

Když mě bolela hlava, často jsem se ponořil do vlastních snů. Zapisoval jsem si je, protože

i bolest může něco sdělovat, pokud ji dokážeme číst.

### 3. KOKAIN? NIKDY VÍCE

Byl jsem nadšený z jeho účinků, ale mýlil jsem se. Naučil jsem se, že žádný „záračný prášek“ bolest nevymaže, jen ji promění v jiný druh utrpení.

### 4. ODPOČINEK V TICHU

Naučil jsem se zavřít oči, vypnout svět a naslouchat vlastnímu nitru. V temné místnosti bolest nebyla menší, ale já ji dokázal lépe snést.

### 5. ROZHOVOR

Když mluvím a naslouchám, bolest dostává jiný rámeček. Je to, jako bych ji sdílel a tím trochu oslaboval.

## Královská cesta do nevědomí

Pro Sigmunda Freuda byly sny klíčem k duši. V roce 1900 vydal knihu Výklad snů (Die Traumdeutung), která se stala jeho životním dílem. Tvrdil v ní, že sny nejsou náhodné, ale že v nich pracuje nevědomí — skryté touhy a konflikty, které se jinak neodvažujeme vyslovit. Freud rozlišoval zjevný obsah snu (to, co si pamatujeme) a skrytý obsah (to, co sen skutečně znamená). Například sen o cestě vlakem mohl být podle něj přáním uniknout nebo symbolickým vyjádřením sexuality.

Migrény a bolesti hlavy, které Freuda trápily, mu paradoxně dávaly více času na pozorování vlastních snů. Psával si je do deníků a analyzoval, co odrážejí. Věřil, že sny jsou „královskou cestou do nevědomí“, a že každý z nás v sobě nosí drama, které se v noci odhaluje. Freudova teorie snů byla přijata s kontroverzí. Někteří ji označovali za fantazii, jiní ji považovali za geniální vhled. Ať už s ní souhlasíme, nebo ne, sny se díky Freudovi staly seriózním předmětem vědy i kultury.

## Zázračný lék, který se změnil v prokletí

V 80. letech 19. století se Freud seznámil s látkou, o které věřil, že vyřeší mnoho lidských potíží: kokainem. V roce 1884 vydal studii Über Coca, kde tento bílý prášek oslavoval jako prostředek proti únavě, depresím i bolesti hlavy. Doporučoval ho pacientům, kolegům a dokonce přátelům.

Freud byl přesvědčený, že kokain může být moderním všelékem. Doufal, že pomůže i jeho příteli Ernstu von Fleischl-Marxowovi, který trpěl silnou závislostí na morfinu. Bohužel výsledkem byla jen nová závislost, tentokrát na kokainu. Freud byl touto tragédií zdrcen.

Sám kokain užíval, když hledal úlevu od migrén a deprese. Popisoval, že mu dodává energii, zlepšuje náladu a čistí hlavu. Brzy se ale ukázalo, že jeho „zázračný lék“ má i stinné stránky: nespavost, závislost a psychické zhroucení. Později Freud litoval, že se kokainu tak hlasitě zastával. Přesto zůstává tato kapitola důležitou připomínkou: i velcí myslitelé se mohou mýlit. Freudův omyl měl cenu v lidských životech, ale zároveň otevřel diskusi o zodpovědnosti vědců za své objevy.

## Doplňovačka

V tajence vyjde Freudova známá kniha, bez diakritiky.

Část psychiky – naše myšlenky, vnímání a rozhodování.

Řecky „duše“.

Látka, kterou Freud zkoumal jako „zázračný lék“.

Psychosexuální energie.

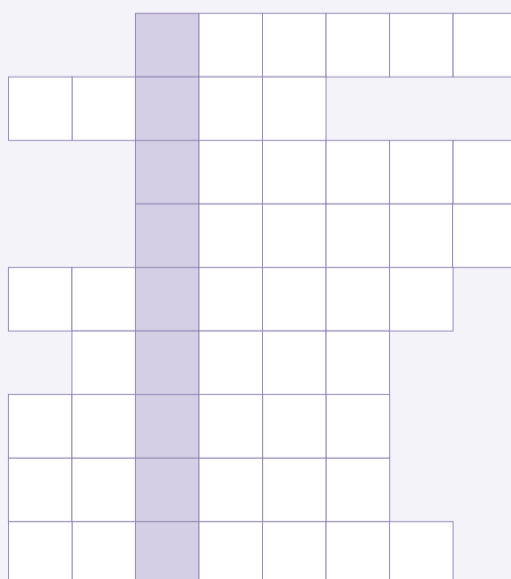
Metoda, kterou založil.

Příjmení jeho odpadlého žáka.

Vtíravé myšlenky, nápady, nebo nutkání k jednání.

Město, kam emigroval v roce 1938.

Duševní porucha.



Tajenka: Výklad snů