

Miroslav Orel

Na Freuda já nemám čas, doktore



portál

Miroslav Orel

**Na Freuda
já nemám
čas, doktore**



portál

Recenzovala Prof. PhDr. Alena Plháčková, CSc.

© MUDr. PhDr. Miroslav Orel, 2015

Ilustrace © MUDr. PhDr. Miroslav Orel

© Portál, s. r. o., Praha 2015

ISBN 978-80-262-1231-7

Obsah

Předmluva autora	9
Místo úvodu	11
KAPITOLA PRVNÍ:	
Více než na plný plyn – o mánii	15
KAPITOLA DRUHÁ:	
Temná propast duše – o těžké depresi	20
KAPITOLA TŘETÍ:	
Utrpení prázdného místa – o bolesti ztráty	28
KAPITOLA ČTVRTÁ:	
Tichý zloděj duše – o demenci Alzheimerova typu	32
KAPITOLA PÁTÁ:	
V jiné realitě – o paranoidní schizofrenii	38
KAPITOLA ŠESTÁ:	
V moci alkoholu – o deliriu tremens a závislosti	47
KAPITOLA SEDMÁ:	
Zavalení děsem – o panické atace	55
KAPITOLA OSMÁ:	
Znovu a znovu – o obsedantně-kompulzivní poruše	61
KAPITOLA DEVÁTÁ:	
Kaleidoskop barev – o poruchách osobnosti	66

KAPITOLA DESÁTÁ:

Otrokyní z vlastní vůle – o sadomasochismu	83
--	----

KAPITOLA JEDENÁCTÁ:

Kde se berou nemoci duše	93
------------------------------------	----

KAPITOLA DVANÁCTÁ:

Kdo a jak vyšetřuje nemocnou duši	128
---	-----

KAPITOLA TŘINÁCTÁ:

Léčení nemocné duše	134
-------------------------------	-----

Místo závěru	154
------------------------	-----

Odborné zdroje a literatura k dalšímu studiu.	156
---	-----

*Psáno s vděčností za osudové setkání,
které obohatilo můj život
a které mne provázelo a provází na mé cestě.*

*„Procházíme našimi životy, aniž bychom porozuměli
mnoha důležitým věcem tohoto světa.“*

(Carl Sagan, z předmluvy knihy S. W. Hawkinga, New York 1987)

Osudem člověka není a priori býti nešťastným.

*Lidské štěstí je stav, kterého lze dosáhnout
nezávisle na vnějších okolnostech.*

Štěstí totiž klíčí zevnitř – na což ovšem mnozí zapomněli...

(Miroslav Orel, myšlenky při čtení knihy
S. W. Hawkinga, Olomouc 2014)

Upozornění

Jednotlivé příběhy jsou koncipovány tak, aby umožnily čtenáři udělat si co nejjasnější obrázek o podobě určité konkrétní duševní nemoci. Ilustrativní vykreslení příznaků je inspirováno reálnými osobami a skutečnou podobou příznaků jejich duševních poruch. V jednotlivých konkrétních případech v praxi však nemusí být příznaky vždy tak jasně a plně vyjádřeny. Cílem je v krátkosti ukázat dané potíže co nejjasněji a nejpřesněji. Vykreslená podoba tedy odráží skutečnost a je možná. Zároveň se ale může se vyskytovat i v jiných odstínech a variantách. Všechna jména, okolnosti a kontext příběhů byly důsledně změněny. Jakákoli podobnost se skutečnými lidmi je tedy čistě náhodná.

Kniha, kterou držíte v rukou, je exkurzí přibližující pestrý a podivuhodný svět duševních nemocí. Je to oblast, která přitahuje i odpuzuje, budí zájem a zvědavost i obavy a strach. Je to téma nejen zajímavé, ale reálné a každodenní – s duševními poruchami se může setkat kdokoli. A troufám si říci, že se opravdu každý někdy s nějakou formou duševní poruchy setkal nebo ho taková setkání čekají. Nevyhýbají se totiž nikomu – ani našim čtenářům, ani jejich blízkým, příbuzným, kolegům či známým.

Styl knihy, který jsme po dohodě s nakladatelstvím zvolili, kombinuje beletristickou a populárně-naučnou formu. Každá kapitola začíná krátkým příběhem, který ilustruje danou kategorii. Představuje jeden příklad, jednu z možných variant průběhu. Je však třeba mít na paměti, že stejná duševní porucha nemusí mít u různých lidí vůbec totožnou podobu. Může se totiž vyskytovat v různorodých formách s odlišným, příznivějším i méně příznivým průběhem. Stejnou kopii bychom mohli najít pouze naprosto výjimečně a mimořádně. Příběhy jsou provázány osobou doktora Portsteina – psychiatra a psychoterapeuta.

Po úvodním příkladu následuje pohled psychiatrie – lékařské disciplíny, která se nemocemi duše zabývá (samotný pojem pochází z řeckých slov *psýchē* – duše a *iātreiā* – lékařství). Věříme, že se tak předložené téma stane přístupnější širší obci čtenářů a poodhalí závoj, který může duševní poruchy mnohdy stále halit.

Ambicí knihy není sdělit vše. Vzhledem k rozsáhlosti oboru, zvolené formě a obsahu i stanovenému rozsahu vybíráme pouze některé duševní poruchy z celé řady možných.

Někdy „vědět a znát“ znamená „umět léčit“, jindy „pochopit“. Občas však neumíme ani léčit a nedokážeme ani pochopit. Pak možná „vědět a znát“ pomůže „přijmout“ a leckdy třeba i „odpusť“. Ostatně přijmout pestrost bytí, která zahrnuje i nemoc, nesou-

lad, temno a smrt, smířit se s nezměnitelností danosti a nebát se měnit, co lze – možná právě to je umění života. Umění, které nám přinese nejen plnost, ale také moudrost, pokoj a smíření.

Přeji všem čtenářům, abychom si nepřestávali rozšiřovat obzory. Máme totiž tendence uzavírat se do vlastního světa a z něj vidět a vnímat vše kolem. O mnohé se tak ochuzujeme. Barevné nejsou jen duhovky našich očí. Naše oči jsou vždy zabarveny také světlem, které nosíme v sobě. Toto vnitřní světlo promítáme ven a druhé lidi pak často nevidíme takové, jací doopravdy jsou...

A přeji také, abychom tváří v tvář jakékoli skutečnosti vnímali své životy jako jedinečný a smysluplný dar – nedokonalý a dokonalý zároveň. Dar, ve kterém se neoddělitelně pojí radost a smutek, světlo a stín, zdraví a nemoc, život a smrt.

S úctou

Miroslav Orel

V Olomouci 5. dubna 2015

Krbová římsa byla to první, na co mu tehdy padl zrak. Vzpomínal, jak poprvé vstoupil do toho domu, do téhle místnosti. Usmál se pro sebe. Už v tom okamžiku před mnoha lety, kdy se otevřely dveře a uviděl tu krbovou římsu, okno jdoucí ven do prostoru mimo dům, už tehdy věděl, že našel, co hledal. Není zvláštní, jak se měsíce a roky trápení, zvažování a hledání rozplynou tváří v tvář jedinému pocitu? Ten pocit tehdy nelhal. Pocity málokdy lžou – a když už, tak k tomu mají pádný důvod. A ten stojí za to prozkoumat. V téhle místnosti, s touhle krbovou římsou, ve shodě s prvním pocitem nakonec strávil bezmála půl století. A probíral se velkým zástupem pocitů, myšlenek, slov i skutků...

Doktor Portstein nostalgicky pohladil okraj římsy a pod prsty ucítil kapky zaschlého vosku. Sedmiramenný svícen ani svíce zde ale nebyly. Podíval se nad krb. Obdélníky s prázdnými skobami zůstaly stopou po obrazech, které tu visely. Jako stopy ve sněhu, napadlo ho. I ony nesou otisk toho, kdo jimi šel, dokud je neodvane vítr, čas nebo jarní slunce.

Rozhlédl se. Začátky a konce nikdy nejsou bez významu, zazněla mu v hlavě myšlenka a pak se objevila znovu jako ozvěna. Dnes tu byl naposled. Dnes se ocitl u konce jedné éry. Už dávno přijal, že konec je vždy zároveň začátkem. Že život je bezkonečným putováním. Hledáním. Cestou ke smyslu...

Vzpomněl si na dávnou návštěvu na zámku, kterým tehdy procházeli. Na pocit, že jejich cesta komnatami nikdy neskončí. Že už navždy budou jedněmi dveřmi vycházet z jedné místnosti, aby stejnými dveřmi vešli do další – možná větší, možná menší, možná bohatší a možná taky prostší. To už bylo ale velmi dávno.

Snad se nezačneš dojímat vlastními vzpomínkami, starý brachu, napomenul se v duchu a uhladil si bílý plnovous.

Před oknem se na malou chvíli zatřepotal drobný ptáček, jak tam dostihl svou okřídlenou svačinu, a zmizel. Starý muž přistoupil pomalými kroky k oknu a zadíval se na zelený trávník venku. Co

by udělal jinak, kdyby mohl vrátit čas? Komu a čemu by se věnoval více a jinak? Co by odsunul a co by naopak odsunout nenechal?

Znovu se rozhlédl po prázdném pokoji. Otočil hlavu k místu, kde roky stávala knihovna. A jako by ji v prázdném prostoru na chvíli zase uviděl. Jako by znovu viděl dvě mohutná křesla, vysokou lampu nebo masivní pracovní stůl. Jako by opět uslyšel hlasy těch, kteří tu byli. Jako by viděl jejich oči. Jako by se znovu rozezněly jejich příběhy...

Některé příběhy by neměly zemřít, napadlo ho, když odcházel. A ve chvíli, kdy za sebou zavíral dveře, necítil žádnou lítost. Věděl totiž, že zároveň otevírá jiné. A pocit, kterým se nechal vést, mu řekl, že jednou někdo otevře stránky knihy, která je zatím jen v jeho hlavě. Knihy, která nebude ani románem ani učebnicí a zároveň bude tak trochu obojím. Knihy, která bude příběhem – koho vlastně? Nekonečně velké a hluboké, nekonečně rozmanité a pestré, nekonečně překvapující a zároveň tajemné lidské duše.

A když pak doma večer toho dne napsal první slova, nemohl než otisknout do nich starou krbovou římsu pokapanou zaschlým voskem, stopy obrazů na stěnách, okna do zahrady i drobného ptáčka, který se před ním na malou chvíli zastavil...

V určité fázi života hledíme jen vpřed. A pak se začneme ohlížet. Člověk by se ale nikdy neměl ohlížet moc dlouho. A neměl by ani hledět neustále na obzor – mohl by si něčeho podstatného nevšimnout a zapomenout. Kolik lidí však zůstává s pohledem upřeným zpátky nebo příliš dopředu. Přitom jediný čas, který máme ve své moci, je právě teď a tady... Kde to slyšel? Nebo to někde četl? Kdysi by si nejspíš vzpomněl. Dnes už to nevěděl.

Co ale věděl – a o čem byl přesvědčen – bylo to, že každý člověk má ve světě své místo, svoji roli, svůj význam a jedinečný smysl. A jen tehdy, když je naplníme, když jsme opravdu sami sebou, můžeme být opravdu šťastni. Kolik lidí na to zapomnělo? Osudem člověka a priori není být nešťastným. Mnoha lidem je třeba pomoci najít to, co ztratili (nebo na to zapomněli) – své místo, pochopení smyslu své existence, své limity, nebo naopak nevyužité možnosti a potenciál. Viděl mnoho lidí, kteří navzdory všem negativním

okolnostem byli šťastni. A viděl i ty, kteří navzdory všem pozitivním okolnostem byli hluboce nešťastni... Pochopil, že lidské štěstí je vnitřní stav, kterého je možné dosáhnout nezávisle na vnějších okolnostech. Na což ovšem mnozí zapomněli...

Na co všechno zapomněl on sám? Na čem příliš lpěl a co neopodstatněně opustil? Za čím se honil a co si nechal vzít? Bylo toho nepochybně dost. Stejně jako toho, co dostal a co měl. Připadal si najednou velmi bohatý – ne penězi, i když jich neměl nedostatek – celým svým životem. Je s podivem, kolik lidí pláče nebo se vzteká nad tím, co nemá, aniž by opravdu viděli, co mají přímo před sebou. Kolikrát máme to pravé právě na dosah! Kolik toho čeká hned před našima očima a rukama. Možná je to, jako když hledáme brýle, které máme na hlavě...

Kdysi (ale to už je opravdu hodně dávno, byl tehdy mladý student, který se začal seznamovat s teoriemi vysvětlujícími lidské bytí a hlubiny duše) často přemýšlel o podobnosti a rozdílnosti lidí, o jejich osudech a příbězích. Napadlo ho tehdy (což mu v té době přišlo skoro geniální, jak už to tak s myšlenkami mládí bývá), že lidé nejsou vůbec nepodobní zástupcům ptačí říše – někteří jsou plaší a jiní nebojácní. Jsou dravci i kořistí. Některí žijí ve velkých společenstvích a jiní v malých skupinkách či osaměle. Některí vytvářejí pevné páry na celý život a jiní se spáří s kýmkoli. Některí neopouštějí jedno jediné místo nebo se na něj pravidelně vracejí, jiní jsou tuláky bez domova. Jsou druhy, které budují a rozšiřují hnízda, další, které si staví každoročně nová a konečně jiné, které se stavbou žádného hnízda neobtěžují. Některí se dojemně starají o ptáčata a krmí je, jiní je nechávají tak – nebo je dokonce dají do jiného hnízda, ať se místo nich stará někdo jiný. Některí jsou velmi nenápadní a tiší a jiní okázale pestří a halasní. Jsou ptáci, kteří se drží při zemi a někteří dokonce zcela pozbyli schopnosti létat. A další, kteří tráví většinu života vysoko na nebi zavěšeni na svých křídlech a vzdušných proudech. Pro některé je náročné přeletět ze stromu na strom a jiní urazí stovky a tisíce kilometrů. Některí rychle stoupají a střemhlav se vrhají dolů, jiní v letu kopírují terén a do výšky se nikdy nepouští. A jsou i tací, kteří se vydávají do

hlubin jeskyní nebo vod... A co mu tehdy přišlo asi nejfantastičtější, bylo to, s jakou samozřejmostí přijímá každý z nich to, kým je – albatros se nepokouší prožít život v hustém lese a sýkorka netouží přeletět zasněžené vrcholky hor. Jsou sami sebou. Jsou právě tím, kým byli zrozeni. Na místě, které jim bylo určeno... Nepochybují o svém určení, ale naplňují ho. Nechtějí být nikým jiným, ale jsou naplno sami sebou a naplňují tak své předurčení.

Neminul on sám své určení? Vyletěl tak vysoko a doletěl tak daleko, jak ho jeho křídla mohla unést? Možná, že i pochybnost patří k osudu člověka, napadlo ho. A třeba se člověk jako živá bytost opravdu nikdy nepřestane ptát, hledat, pochybovat, nalézat a ztrácet, snažit se a konat, mýlit.... Možná, že i to součástí smysluplné existence lidského druhu... Jednou se to snad dozví.

A jak tak seděl nad prvními řádky knihy, kterou začal psát, cítil a vnímal v sobě hluboký mír. Cítil a vnímal, že i on je nedílnou součástí světa. Že i on zde má své nezaměnitelné, byť dočasné místo. Že nic nebylo náhodou. Že vše bylo a je tak, jak být mělo. Jak být má...