

## **Rozhovor s Davidem Boadellou z února 2005 s Esther Frankel**

V únoru 2005 mne a Milona Correu oslovila Jacqueline Carleton, editorka časopisu *The USA Body Psychotherapy Journal*. Požádala nás, jestli bychom uspořádali jedno číslo časopisu plně věnované Davidu Boadellovi. V té době zrovna slavil pětasedmdesáté narozeniny a ještě k tomu se konal IV. mezinárodní kongres Biosyntézy. Napadlo mne udělat s ním takový rozhovor, v němž by shrnul klíčové události svého života, hlavní milníky svojí cesty. Není snadné vést rozhovor s Davidem Boadellou, protože není jen vědcem nebo jen filozofem nebo básníkem, učitelem, psychoterapeutem, léčitelem, ale vším dohromady. Jeho zájem sahá od kvantové fyziky a biosyntézy buněk až po jím utvořený psychoterapeutický model – Biosyntézu. Ta se pokouší integrovat tělesný, duševní a spirituální aspekt osobnosti.



**Esther: Davide, řekni mi něco o tvém mládí a jak ses začal zajímat o psychoterapii.**

Narodil jsem se v Londýně ale vyrostl v Kentu. Na sever odtud je okraj Londýna, na jih otevřená krajina. Žil jsem obklopen stromy, těšilo mě po nich šplhat. Rodiče měli spirituálního učitele – otevřeného člověka, který mě učil základní principy hlavních světových duchovních tradic. Oba rodiče usilovali o kontakt s tím, co se skrývá pod povrchem života. Přesto jsem byl rebelujícím adolescentem. Jedním z klíčových momentů mého života bylo objevení díla Wilhelma Reicha - v jednadvaceti, v anarchistickém knihkupectví v Londýně. Oba rodiče se dožili požehnaného věku. Matka byla optimistka, milovala malířství a umění vůbec. Zemřela v 96 letech, za plného vědomí. Jejím závěrečným poselstvím bylo: „Ničeho z minulosti nelituji a budoucnosti se nebojím. A v přítomném okamžiku se pevně držím života“. Byla opravdu bystrá. Až do konce. Od otce jsem se učil účtět k základům vědění v různých kulturách. Svou neortodoxní duši skrýval za ortodoxní zevnějšek.

Ve škole mne nejvíc zajímala literatura. Ta byla mým hlavním oborem na Londýnské univerzitě. První kniha, kterou jsem napsal v 25 letech, nese název „Spirála plamene“. Srovnává tvorbu D. H. Lawrence, anglického básníka a romanopisce, a dílo W. Reicha. Jeden výtisk jsem poslal Tagu Philipsonovi, dánskému lékaři, jenž byl prvním Reichovým klientem ve vegeto-terapii: Později jsem se s ním setkal v Paříži: srovnáním těchto dvou tvůrců byl opravdu nadšen.

Poté, co jsem objevil Reicha v knihách, začal jsem hledat terapeuta. Napsal jsem Reichovi a ten mi odpověděl, že nejbližším jím vyškoleným terapeutem je Ola Raknes v Oslu. Do Norska jsem dojíždět nemohl, ale v Londýně jsem si našel psychiatryni, která se učila u Od Havrevoldové, také Norky, která byla vycvičena u Reicha. Její práce byla bohužel značně mechanická: K vyvolání proudění u klienta používala oxid dusnatý. V případě negativního přenosu obvinili přístroj dodávající plyn. Po několika měsících jsem terapii ukončil. Později jsem narazil na velmi tvořivého terapeuta z Nottinghamu – Paula Rittera. Ten byl z Reicha nadšený a intuitivně zkoušel svou vlastní formu vegetoterapie, opravdu lidsky a citlivě. Ten se stal mým prvním terapeutem. Reich mu napsal dopis, v němž podpořil jeho práci. Když se později do Londýna přistěhoval Ola Raknes, začal jsem chodit do intenzivní terapie k němu.

## **Jak vypadala terapie s Raknesem?**

Bylo mu tehdy přes osmdesát, ale byl úžasně plný energie. Byl to skutečně uzemněný člověk. Nepracoval příliš se slovy, spíše s dotekem, který využíval k uvolňování krunyře a mobilizaci energie. Šlo o klasickou vegeto-terapii, tak jak se ji naučil od Reicha. On měl po osmdesátce, mě bylo 39. K uvolnění postupoval rád skrze vyvolání stavu úplné ztuhlosti. Takže jsem si lehl a on řekl: „úplně ztuhni, jako prkno.“ Potom mě za krk zvedl do stoje a položil zpět do lehu. Měl pořádnou sílu. Potom řekl: „Teď se uvolni.“ Byla to paradoxní intervence – ztuhnutí za účelem relaxace.

Raknes byl respektujícím, neinvazivním terapeutem, velmi pozorný k tělovým signálům. Kdysi měl klienta, který mu řekl: „Doktore, cítím se jako mrtvola!“ On si všiml, že pohybuje palcem na noze a odpověděl: „To jsem ještě neviděl, aby mrtvola hýbala palcem.“ Posléze palec pohnul chodidlem, chodidlo pohnulo nohou, noha vydráždila k pohybu druhou a za pár týdnů klient změnil zaměstnání.

## **Reich tehdy ještě žil?**

Ano, ve Spojených Státech, dostal jsem od něj tehdy na Olu Raknese doporučující dopis. Coby mladý student jsem v roce 1952 napsal dopis Nice Waalové, lékařce vycvičené Reichem v Oslu. Chtěl jsem poradit, na koho se obrátit ohledně vegetoterapie. Obdržel jsem od ní čtyřstránkový dopis, shrnující vývoj vegeto-terapie v Oslu a obsahující několik podstatných doporučení. Vypíchl, že bez zabezpečení rámce pro vývoj Ego-struktury bychom mohli u klientů vyvolat psychózu. Takže jsem obdržel velmi jasnou zprávu od čelní vegeto-terapeutky, ředitelky Institutu psychiatrie v Oslu, zprávu pro mladého, začínajícího studenta: Pro práci se silnými energiemi a náhle uvolněnými emocemi je nutný pevný rámec, obsáhnutí (containment). Na tuto lekci jsem nikdy nezapomněl, mám ji stále v mysli.

## **Cos dělal po dokončení studií v Londýně?**

Když jsem ukončil studia, přestěhoval jsem se do Nottinghamu a vstoupil tam do terapie k Paulu Ritterovi. Rozhodl jsem se stát učitelem. Vzhledem k mému zájmu o prevenci neuróz z reichiánského úhlu pohledu mne zajímalo prožívání dětí. Graduoval jsem v oboru výuka a vzdělávání. Mým prvním zaměstnáním byla výuka dětí, paralelně s tím jsem docházel do terapie k Paulu Ritterovi.

V roce 1957, po pěti letech terapie u Paula Rittera a studiu organomie v jeho výzkumném centru, jsem přijal prvního klienta do terapie. Zároveň s tím jsem vyučoval. Po roce byla terapie mého jediného klienta ukončena a já z této zkušenosti vytvořil kasuistiku. Její název byl „Léčba kompulsivního charakteru.“ Tehdy jsem uslyšel o Alexandru Lowenovi. Napsal jsem mu a přiložil svoji kasuistiku. Odepsal mi a jeho odpověď byla povzbuzující.

## **Doplňovala se nějak terapeutická práce s výukou?**

Pracoval jsem s nepřizpůsobivými dětmi ve věku 7 až 11 let. Moje disertační práce na Nottinghamské univerzitě využívala teorie navazování ranných vztahů Johna Bowlbyho a Donalda Scotta při analýze pohybového projevu dětí. Pracoval jsem se signály a znaky emočního zakoušení.

Za „znaky“ označovali Bowlby a Scott výraz tváře a gesta. Ve své disertaci jsem nakonec předložil 20 kasuistik dětí, které jsem učil. Zaměřil jsem se na jejich prožívání a jak se toto projevuje na neverbální úrovni. A také jak jim pomoci s využitím jistých terapeutických intervencí v průběhu výuky. Disertaci jsem publikoval v roce 1960.

Například: Jak můžeme pomoci dítěti, které potlačuje agresi? Takže jsem v pauze nebo při tělocviku dítě zavedl k matraci a zeptal se: „Kolik prachu z ní dokážeš vytlouct?“ To byl neutrální způsob svedení agresivních impulsů nedestruktivním způsobem. Neřekl jsem: „Naštvi se!“, ale: „Dostaň z toho trochu víc prachu.“

Jiný příklad: V péči jsem měl značně inhibované, úzkostné dítě. Dal jsem mu velký kus papíru a zeptal se, zdali ho dokáže počmárat. Začal nesměle v jednom z rohů, ale potom se odvážil. Expresivně se rozmáchl a zaplnil celý papír. Poté jsem si u něj povšiml změny při hodině tělocviku: obvykle by zůstal při zdi, bál by se od ní odlepit, ale nyní si začal věřit, že může svůj prostor expandovat.

### **Jak jsi byl přijímán ostatními učiteli?**

To je také zajímavé. Jeden z učitelů se stal oním prvním klientem, o kterém jsem se zmiňoval. Řekl mi: „Potřebuji terapii. Ty znáš něco o Reichovi, porad' mi, kam jít.“ Odpověděl jsem mu, že nejbližší reichiánský terapeut je v Oslu, ale on poznamenal, že já jsem přece chodil do terapie v Anglii. Tak napsal mému terapeutovi, avšak ten pro něj neměl místo. Kolega učitel mi potom řekl: „Tak to budu muset pracovat s tebou.“ Odpověděl jsem, že nejsem terapeut. „Ale teď jsi,“ řekl, „protože já jsem tvůj první klient.“ A tak jsme začali

### **Úžasně!**

Můj druhý klient byl spíše hraniční, mnohem obtížnější případ. I tuto kasuistiku jsem publikoval, nese název „Rozdělené tělo“. Byl silně schizoidní. Během doby, co jsem tam učil, měl krizi ještě jeden z učitelů, můj přítel. Nemohl jsem mu pomoci terapeuticky, ale stál jsem při něm alespoň jako přítel.

V té době byl ředitelem velmi konzervativní, upjatý a na represi orientovaný muž. Dopřál mi volnost uvnitř třídy, ale mimo třídu se děti musely úplně ovládat a tak dál. A tak jsem svoje děti učil: „Uvnitř se můžete chovat takhle, ale mimo třídu to musí být jiné.“

### **Dokázaly to? Měly tě rády?**

Dětem se ta atmosféra líbila. Museli se naučit, že vně třídy je život jiný. Práce s dětmi pro mne byla velmi důležitá, protože výuka v Anglických školách byla v té době mnohem uvolněnější než kdekoli jinde v Evropě. Značný, byť nepřímý vliv na výuku měl v té době A.S. Neill, kterého jsem znal osobně. Tehdy byla principem vzdělávání v Anglii hra. „Dělejme to hravě“ – tento přístup mě ovlivnil léta předtím, než jsem se stal regulérním terapeutem. Hravý přístup je v terapii opakem přístupu příliš vážného, s nímž občas přicházejí někteří psychiatři.

### **Je to opakem klinického psycho-patologizování.**

Ano, klade to důraz na vnitřní zdroje dítěte a pomáhá je zpřístupnit. To je doslovný význam slova vzdělávání (education), jenž je odvozeno od educere. Stejně postupujeme při terapii dospělých. Důraz je položen na tvořivost výrazu. Při výuce jsem využíval básně, divadlo, tanec (kterému jsem se učil v Labanově centru) a také bojová umění, jmenovitě Judo. Judo dětem pomáhalo důvěřovat svému tělu. Tvořivost jsem ve škole využíval značně.

### **Práce s dětmi tedy byla základem práce terapeutické.**

Než jsem začal s terapií dospělých, strávil jsem 14 let prací s dětmi.

Z mého pohledu pracuješ velmi hravě. Kontaktuješ vnitřní dítě klienta, ne nutně slovy ale přístupem.

Práce s dětmi, ve svobodné atmosféře utváření prostoru pro sebevyjádření, byla částí přípravy. Vydal jsem dvě sbírky básní dětí ze školy. První z nich byla vydána v době, kdy jsem začínal s terapií v Londýně. Bylo to několik let poté, co jsem se stal hlavním učitelem v Abbotsburské škole v Dorsetu. Tam jsem měl mnoho let úplnou svobodu k utváření prostředí, které vytrhlo děti z jejich normálních očekávání.

První sbírka básní nesla název „Hrst světla“ – tento titul byl citátem z jedné z básní.

Bylo mi padesát, když školu v důsledku omezené vzdělávací koncepce Margaret Thatcherové uzavřeli. Žil jsem v té vesnici 22 let, míli od pobřeží. Moře jsem slyšel každou noc. Vždycky jsem měl silný vztah k moři a celý život jsem žil poblíž vody, ať už to bylo moře, řeka nebo jezero. Voda je pro mne důležitou částí stvoření. Můj starý profesor z Nottinghamu chtěl, abych učil na universitě. Varoval: „Nedostaň se do stojatých vod.“

Do těch jsem se ale dostal v Dorsetu, který leží za Chesilskou pláží na jižním pobřeží. Dokonce jsem žil na periferii. Po té, co jsem se z Abbotsbury přestěhoval do Dorsetu, jsem obdržel dopis od Alexandra Lowena, který mne požádal o napsání úvodu ke knize „Láska a orgasmus“. Byl jsem jediný, o kom v Anglii věděl, že se zajímá o Reicha. Tak jsem napsal úvod a ten si přečetl Američan Malcolm Brown, který se také zajímal o Reicha. V roce 1967 mě pozval do Londýna, abych měl přednášku pro lidi zajímající se o Reichovo učení. Přednáška nesla název „Mimo terapii“, protože jsem chtěl, aby si lidé byli vědomi svého vnitřního potenciálu, tvořivosti a možnosti svépomoci. A také toho, co je v nich nepatologické, byť mají problémy, které je mohou vést do terapie. Dnes bychom řekli, že přednáška kladla hlavní důraz na jejich vnitřní zdroje.

### **To mohl být svým způsobem důsledek umění, poezie, hudby, že ano?**

Ano. Z třiceti lidí, kteří přišli na přednášku, jich paradoxně šest chtělo terapii. Tak jsem nepřímo získal regulérní terapeutickou praxi. Každé druhé úterý jsem z Abbotsbury přijel do Londýna a brzy jsem si vybudoval klientelu. Na počátku s Malcolmem Brownem, později s Aeronem Esterstonem, kolegou R.D. Lainga. Měl jsem dvanáct klientů, pracoval od osmi ráno do osmi večer a potom jel domů.

První polovinu své dospělosti jsem byl ženatý s Elsou Korblut. Ta byla nadanou spisovatelkou a v Anglii se stala známou básnířkou. Soužití s ní prohloubilo a zintenzívnilo můj vztah k poezii a také ke krajině. Elsa byla nadšená turistka: vašeň pro horské túry jsme spolu sdíleli a vysokohorská turistika byla vždy důležitou součástí mého fyzického uzemnění. Po šplhání po stromech v dětství přišlo šplhání po horách. To byla část mého hlubokého propojení s Elsou.

### **Jak dlouho jste spolu byli?**

Do konce mého učitelování, tedy přes třicet let. Jsou to důležité kořeny mého vztahu k poezii. To bylo období, kdy jsem začal dojíždět do Londýna a začínal s regulérní terapeutickou praxí. V roce 1968, tedy v roce, kdy jsem v Londýně začal, jsem odjel přednášet vegeto-terapii do Říma. Na přednášku přišel i Federico Navarro, tehdy student medicíny, později vycvičen ve vegeto-terapii.

V příštím roce (1969) navštívila Londýn Gerda Boysen. Zorganizoval jsem její první kursy. Krátce poté jsem začal s druhou částí mé osobní terapie a výcviku u Raknese. Svět se pro mne, vesnického hochu, otevíral. Žil jsem v Abbotsbury – na periferii v odlivové části. Dojížděl jsem do Londýna, studoval u Raknese a učil v Římě. Byl jsem jedním z těch, kteří v roce 1968 pozvali Alexandra Lowena na první bioenergetický seminář v Evropě.

Také jsem navštívil univerzitu v Edinburgu a přednášel pro Britskou psychologickou asociaci. Tato lekce byla částí semináře o neverbální komunikaci a stala se první kapitolou mé knihy „Life streams“. Nese název „Jazyk těla“.

V roce 1970 jsem založil časopis „Energy and Character“. Takže stojatá voda nebyla až tak stojatou a časopis byl velmi zajímavý. Někdo mi prostě řekl, potřebujeme časopis. Prvními předplatiteli byli studenti Reichova učení ze skupiny v Londýně, studenti Gerdy Boysenové, studenti vegeto-terapie v Římě, kolegové z univerzity v Edinburgu a členové Institutu bioenergetické analýzy v Novém Yorku. Není nejdéle vydávaným časopisem, protože „Časopis pro organomii“ byl vydáván již tři roky. My jsme ale vydali více čísel, do současnosti jich je více než 100. Založil jsem tedy časopis, který je nejproduktivnější v oblasti somatické psychoterapie na světě. A to vše vzniklo na periferii a za odlivu.

Ráda bych se tě v souvislosti s tím na něco zeptala: Vté době byl časopis široce otevřený všem možným směrům somatické psychoterapie. Vedle pomoci Lowenovi a Gerdě se samozřejmě vyvíjelo i dílo tvoje. To je, myslím, důležité zmínit.

To období bylo velmi důležité. Bylo to těsně po studentských revoltách v osmašedesátém. V té době vznikala centra osobnostního rozvoje (Growth Centers). První takové centrum v Evropě vzniklo v Londýně a já tam pracoval. Pracovala tam také Eva Reichová, která se později stala hostujícím lektorem našeho institutu. Centrum pro mne bylo významným spojením s kolegy.

### **Co to znamená „centrum osobnostního rozvoje“?**

Jde o humanistickou organizaci, která učí různé druhy psychoterapeutických a sebe-rozvojových postupů. Byla součástí hnutí, které se právě v té době rodilo. Zhruba v té době, co jsem začal pracovat v Londýně, vznikalo hnutí humanistické psychologie a později i v Londýně. Byl jsem ve vedení „Institutu pro rozvoj lidského potenciálu“ v Londýně, jenž byl průkopníkem humanistické a na tělo orientované psychologie v Anglii i v zahraničí. Před několika lety jsem byl coby jeden ze zakladatelů pozván k oslavám čtyřicátého výročí humanistického hnutí vzniknuvšího v Americe. Za několik let jsem byl požádán o sepsání historické studie o Wilhelmu Reichovi: vývoj jeho díla.

V roce 1971 mne Lowen pozval jako hosta na svůj kongres, kvůli tomu, že jsem byl vydavatelem „Energy and Character.“ Zorganizoval první kongres bioenergetiky v Mexiku, na nádherném ostrově uprostřed vod – zase ta voda. Ostrov nesl název „Ostrov žen“ – Isla Mujeres. Cítil jsem se být velmi poctěn.

V zásadě se ale časopis záhy stal hláskou troubou Biosyntézy, která se rodila zhruba v té době. Byl ale otevřený také článkům biodynamickým a bioenergetickým i dalším, protože jsem spíše stavitelem mostů než rozeštvávačem. Stavěl jsem mosty mezi různými postupy a považoval je za příbuzné vlastní práce. Měli jsme přátelské vztahy, což dokládá, že jsem se později stal hostujícím lektorem v řadě jejich výcviků. Učil jsem v jejich výcvicích před tím, než jsem založil svůj vlastní výcvikový program.

Před Lowenovým kongresem, dokonce před začátkem mojí práce v Londýně jsem se setkal se Stanley Kelemanem, se kterým jsem se seznámil díky časopisu Paula Rittera. To pro mne byla velmi důležitá schůzka. Stanley Keleman mne přijel navštívit do Dorsetu v roce 1966 na základě článku publikovaném v Ritterově časopisu. To bylo naše první setkání. Znovu jsme se setkali v roce 1971 v Mexiku. Další setkání se uskutečnilo v roce 1973, kdy jsme navázali blízký vztah. Keleman byl pro mě důležitou inspirací, neboť mi pomohl překonat meze klasického reichiánského modelu. Tyto meze souvisely s tendencí tlačit klienty určitým směrem s malým ohledem na individuální proces a pevnost rámce pro pulsaci.

### **Jak ti pomohl?**

Přiblížím ti to: V dubnu 1971, na ostrově Isla Mujeres, uprostřed nádherného moře u pobřeží Mexika jsme si všichni účastníci kongresu užívali slunce, pohybu, vzduchu, plavání a surfování. Ale byla tam žena, která se zdála být zvláštním způsobem odpojená. Keleman o ní, na základě terapeutického porozumění jejím vnitřním energetickým podmínkám, poznamenal: „Když její energie začne proudit, oddělí se od ní.“ Tato věta mne tehdy zaujala. Ukázalo se, že byla de facto hraniční, značně na hraně, neuzemněná. Pokud se příliš ztotožnila s vlastním proudem energie, nedokázala ji obsáhnout a ztrácela kontakt se zemí a vlastníma nohama. Keleman tomu rozuměl tak, že proudění bez uzemnění může způsobit odštěpení.

To byl pro mne velmi důležitý moment. Uvědomil jsem si, že klasický reichiánský přístup, tak jak se vyvinul po Reichově smrti, se možná až příliš vyvinul v techniku a tlačení klienta určitým směrem. A to bez dostatečného sledování skrytých signálů, kterými jsem se zabýval ve své terapeutické práci u dětí ve škole. Reichiánský styl se posléze stal ještě mechaničtější, před čímž Reich sám varoval. Reich kladl vždy hlavní důraz na míru živého kontaktu mezi klientem a terapeutem, rodičem a dítětem.

Také jsem si uvědomil, že reichiánský styl může být důležitý a hodnotný pro rigidní povahy. U traumatizovaných, hraničních nebo klientů s oslabenou ego strukturou může taková práce způsobit přesně to, před čím mne varovala Nic Waal v roce 1952. Může způsobit psychotickou epizodu nebo stav fragmentace v důsledku retraumatizace. Proto musí být v takových případech kladen důraz na formování pevnějších hranic, což Waal nazývala budování ega a Keleman obsáhnutím (containment).

S Kelemanem jsme stáli na počátku těchto změn. Tehdy se stala zajímavá událost: Při cestě na Esalen kongres o Reichovi v San Francisku v roce 1974 jsem přelétal severní pól a když jsem se podíval dolů, viděl jsem led, vodu a něco mezi tím – napůl vodu, napůl led. Tehdy jsem si v letadle nad severním pólem uvědomil, že mezi protiklady tekutosti a pevnosti se nachází „tekutý krystal“ a ten je základem života. Tekuté bez struktury životem není, stejně jako pevné bez tekutosti. Došlo mi, že příliš mnoho tekutosti je jako odplouvání. Připomnělo mi to vyvanutí nebo komatu podobné stavy transu. Konvulze (křeč) je na druhé straně spíše hysterický proces – vše je příliš těsné a sevřené. Takže led je jako sevření v konvulzi a voda jako uvolněné plynutí, které potřebuje uzemnit – řeka hledající břehy. Mezi těmito extrémy krystalizuje život. To byl začátek série článků, které jsem nazval „Mezi komatem a konvulzí.“

Když jsem přijel do San Franciska na Esalen kongres, bydlel jsem v Kelemanově domě. Když jsem mu řekl o své zkušenosti nad severním pólem, sáhl za sebe do knihovny a vytáhl knihu, kterou napsal („Your Body Speaks its Mind“). Otevřel ji a přečetl následující pasáž:

„Když jsem jednou letěl do San Franciska přes solné pláň, podíval jsem se dolů a najednou uviděl, jak se z přesyceného roztoku utváří krystal. Viděl jsem krystalizující pole ve vodě.“

Pokračoval popisem svých předchozích pozorování stavů excitace a pulsace uvnitř hranic. Smál se, protože jsme měli paralelně stejný vhled. Tento vhled byl důležitým momentem mého porozumění polaritě. Polarita, která spojuje, je opakem duality, která rozděluje. To byl počátek mých rozvah o léčbě traumatu a velmi důležitý moment pro porozumění konceptu polarity, který se stal centrálním v Biosyntéze. A byl to také počátek mého oddělování se od klasického reichiánského modelu, který zdůrazňuje vydechování a ponechání volného průběhu avšak s rizikem opomenutí opačného pólu, vztahujícího se k nádechu, zakoušení prožitku, budování struktury a obsáhnutí energie.

To je velmi zajímavé. Například zde ve skupině vidíme, jak někteří potřebují odevzdání, nechat věci běžet, zatímco jiní potřebují organizovat a stavět ego struktury.

Posilování ega v našem pojetí znamená koordinaci vnímání a pohybů, což má co do činění s volným principem a principem autonomie. Ztráta autonomie je problémem pro mnohé hraniční klienty. Stávají se bezmocnými oběťmi okolností svého životního příběhu. Porozumění tomu, jak získat rovnováhu mezi expresivním uvolněním a tvorbou pružných hranic, se stalo základem naší práce s traumatem, která začala na počátku sedmdesátých let.

### **Kdy jsi do své koncepce začlenil stres?**

To bylo zhruba ve stejné době a impuls přišel od Jaye Stattmana, který organizoval Evropský kongres somatické psychoterapie. Vycvičen byl v biodynamické terapii a později se stal zakladatelem „Jednotičí psychoterapie.“ Znal jsem ho z Londýna. Pozval mě k přednášení v Tavistockém institutu mezilidských vztahů. To bylo velmi milé pozvání, neboť Tavistock byl tehdy hlavním štábem teorie ranných vazeb v Anglii. Zde jsem se mohl odrazit ze své disertační práce, v níž jsem aplikoval tuto teorii ve výchově. Byl jsem pozván do klíčového britského centra, založeného na dobrém porozumění psychodynamickým procesům, a byl požádán, abych přednášel o terapeutickém náhledu na koncept polarity charakterů, který zrcadlí energetickou polaritu, již jsem popsal ve člancích o komatu a konvulzi.

Například zamrznutí nebo útěk: charakterový vzorec obrácení dovnitř a zhroucení anebo naopak – úprk ven jak nejrychleji je to možné. Zde jsem byl ovlivněn prací Franka Lake, kterého jsem tehdy znal pouze z jeho teoretické práce.

### **Kdo byl Frank Lake?**

Velmi tvořivý muž, který mísil klinickou psychiatrii s teologií založenou na křesťanství. V knize „Vražda Krista“ uváděl obdobné názory jako Reich. Od roku 1977 byl se mnou a dalšími ve vedení Institutu pro rozvoj lidského potenciálu v Londýně.

Frank Lake se zajímal o prenatalní aspekty vývoje. Také přijímal názor, že vývoj charakteru závisí na energetických polaritách. Dlouze to popisoval ve vztahu ke schizo-hysterickému přehoupnutí, které také považoval za trans-marginální odpověď na stres. Frank Lake nastínil koncept polarit. Motorické vzorce jako útek, sáhnutí po něčem atd. byly součástí jeho poznatků.

Můj zájem o pohyb začal již kolem roku 1964, kdy jsem napsal teoretickou studii o motilitě a evoluci. To bylo těsně poté, co jsem začal terapeuticky pracovat. Studoval jsem pohyb od améby přes různá zvířata až k člověku. Byla to biosociální studie pohybového chování. Pohyb mne opravdu zajímal.

### **Proč tě tehdy zajímal pohyb? Byl jsi přece učitel.**

Inspirovala mě Reichova práce, zejména kapitola o výrazovém jazyku života z knihy „Character Analysis“. Reich psal o amébě, procesu primární kontrakce a expanze. Zaměřoval se především na vyjádření emocí. Emocionální vyjádření však bylo pro Reicha samozřejmě spojeno s pohybem, peristaltikou, orgasmickým reflexem, sáhnutí po něčem. Mnoho pozornosti věnoval kontaktu, a jedním z kanálů pro kontakt je expresivní pohyb. To bylo tématem mé rigorózní práce.

Vedle práce ve škole se nám s Elsou narodily dvě děti, syn a dcera. Adam, což znamená země, se narodil v roce 1960. Dcera Eilidh, což znamená světlo, se narodila o rok později. Bylo to krásné období našeho života. Mohli jsme s nimi sdílet dospívání, kousek od moře, v tvořivém prostředí školy, kde Elsa také pracovala. Také jsem mohl z první ruky sledovat, jak se děti vyvíjejí, jak se mění jejich emoce a co se děje s tělesným výrazem. Jako terapeuta mne hlavně zajímalo, jak sebevyjádření začíná, a tak jsem, pro zlepšení kvality výuky, začal docházet do kursů tvořivého tance. Učastnil jsem se tanečních seminářů, docházel do Labanova institutu k pedagogům jako Lisa Ullmanová a Diana Jordanová. Tyto zkušenosti jsem dále rozvíjel a do Biosyntézy začlenil pod termínem „vlastnosti impulsu.“ To byl počátek toho, co jsme později nazvali „motorické zóny.“

Několik let poté, v roce 1975 jsem začal se skupinovým výcvikem terapeutů v Churchilově centru, což bylo organizováno kolegou Franka Lakea. V témž roce jsem byl pozván vést skupinu do státu New York. Tam jsem velmi intenzivně zažil vnitřní propojení s principy vycentrování, uzemnění a členění, které se vztahují ke třem zárodečným vrstvám embrya v těle a jejich pozdějšímu projevu v dospělém těle coby afekt, chování a kognice, očekávání. Pro Biosyntézu to byla jakási „evangelizace.“ Na základě toho se moje práce prohloubila a stala organičtější a začal jsem více důvěřovat energii skupiny. Výraz Biosyntéza, což znamená integrace života, je výrazem tohoto poznání.

### **Vím, že jsi měl v té době osobní krizi.**

Na konci sedmdesátých let jsme měli rodinnou krizi, vyvolanou problémy pozdní adolescence u syna Adama. Jeho osobní krize byla vyvolána drogami. Po požití LSD zůstal dezorientován a dostal se do kritického stavu. Musel jsem využít všeho, co jsem znal, i toho, co jsem o stavech vyvolaných požitím drog zatím nevěděl. Začal jsem studovat, jak LSD působí v mozku, protože jsem chtěl vědět, jak synovi pomoci. Pochopil jsem některé z efektů, jak LSD působí na mozek, co to udělá neurotransmiterům apod.

### **Jak ti to s touto krizí pomohlo?**

Hledal jsem způsoby, jak přerušit negativní spojení neurotransmitery pomocí vitamínů. Stanovil jsem určitou kombinaci vitamínů, která pomohla stabilizovat činnost mozku. Ne že bych k tomu využil terapeutické zkušenosti, spíše naopak: zabýváním se činností mozku pomohlo potom mojí terapeutické práci. Ono se to ale vlastně ovlivňuje vzájemně. Tímto způsobem jsem mohl alespoň trochu synovi pomoci.

Svoje poznatky jsem shrnul ve 120ti stránkové knize „The Charge of Consciousness.“ Sestávala z velmi komplikovaných biochemických kombinací, o kterých jsem téměř nic nevěděl, psychodynamických procesů, o nichž jsem věděl mnoho, a prepsychotických procesů, které jsem znal z terapie ale nic nevěděl o tom, co se při nich děje v mozku. Takže jsem v této knize zkombinoval terapeutickou zkušenost, psychodynamiku a biochemické procesy v mozku, stejně jako poznatky s určitými změnami stavů vědomí. Je to pěkně komplikovaná směs.

Napsal jsem to za dva týdny non-stop práce, protože to bylo v krizi. Vzal jsem to k vydavateli a řekl, že to chci mít rychle. Za dva týdny jsem měl knihu v ruce, měsíc od prvního úderu do psacího stroje. To je zřejmě nejnepříjemnější napsaný text, jaký jsem kdy vyprodukoval, to vše díky vnitřnímu přetlaku. Ke knize se stále vracím jako ke zdroji neurobiologických poznatků. Bývám překvapen, co tam všechno najdu. Tolik se toho do těch dvou týdnů namačkalo. Pro syna byla krize jakýmsi úmrtím a znovuzrozením. Vyšel z ní silnější a oduševnělejší a od té doby se drog nedotkl. Začal se navíc zabývat alternativní léčbou bylinkami.

Nezávisle na tom nastala za několik měsíců druhá traumatizující krize. Moje osmnáctiletá dcera Eilidh se rozhodla o svém profesním směřování. Chtěla pracovat v ubytovně pro bezdomovce v Londýně zvaném „Dům míru“ a náležející k organizaci Matky Terezy. Chtěla pomáhat bezdomovcům. Nebyla katolička, byť byla pokřtěná, ale chtěla svým způsobem pomáhat lidem.

V den, kdy přijela do Londýna a byla první den v práci, tam v noci vznikl požár. Byl založen alkoholičkou. V ubytovně se nacházelo 20 lidí a 10 z nich zemřelo. Jednou z nich byla moje dcera. To byla naprostá katastrofa!

### **Jak ti tvůj osobní a profesionální vývoj pomohl zvládat tolik bolesti?**

Trvalo mi to roky. Ale s tím přišly zásadní otázky. Jaký je smysl života mimo tělo, mimo existenci. Silně mě to táhlo ke spirituálním otázkám mé práce: Jak lépe porozumět vztahu mezi tělem a duší, nadějí a zoufalstvím, osudem a vírou a tím, co je pod tím. Pochopení vzešlé z této tragédie bylo později využito v závěrečné kapitole knihy „Lifestreams“, která nese název „Děloha, hrobka a duch.“ Díky této tragédii jsem získal hlubší zázemí pro vlastní terapeutickou práci.

Tato dvojkriže přinesla do mého života výrazné změny. Těsně poté, v roce 1981 byla škola, ve které jsem pracoval 22 let uzavřena kvůli tehdejšímu politickému rozhodnutí. Právě jsem dosáhl padesátky, což je nejranější věk k odchodu do důchodu. Hranici jsem přesáhl jen o dva měsíce. Předtím bych odejít do důchodu nemohl. Tak jsem v Anglii začal pobírat skromnou penzi učitele, který skončil brzy. To byla skvělá příležitost rozšířit svou terapeutickou práci, poprvé úplně naplno.

### **To bylo něco jako profesionální narození?**

Ano. Po smrti dcery jsem měl několik týdnů volna, abych mohl bolest trochu strávit, a potom jsem vyučoval ještě jeden rok. Souběžně s tím jsem pokračoval v terapeutické práci a části svojí bolesti využíval v pomoci lidem, kteří byli také traumatizováni blízkostí smrti v rámci různých katastrof.

Jeden ze zážitků, které jsem v té době měl, byl to, že kolem nás jsou jakési obaly zkušeností. Kolem nás jsou negativní a pozitivní okruhy událostí. Zažíváme agonii, trauma, možná války, smrt. A já měl pocit: Co je tím nejvzdálenějším, všezahrnujícím okruhem těchto sfér zkušeností? Co je tou poslední obálkou, která nakonec to vše obsáhne? Je to pozitivní nebo negativní? A potom jsem měl dojem, že mimo hrůzu a bolest existuje ještě jeden zahrnující okruh. A že tento vnější obal není destruktivní ale tvořivý a podporující. Jsme nesení, v určitém slova smyslu, vesmírem.

Jedním z prvních, kdo mi po smrti dcery zavolali, byl Stanley Keleman, který o tom slyšel od někoho v Londýně. Já mu to neříkal, musel to být někdo v Londýně. Zavolal mi z Kalifornie a velmi stručně řekl: „Nastal čas, kdy potřebuješ pomoci. Ulož ji do svého srdce a nech ji růst jako svou duši. Takové konstatování! Jaký to dar v neštěstí! Ano, byl to nádherný dar. Samozřejmě mi psaly stovky lidí, ale čím víc psali, tím méně se mě to dotýkalo. Ale tuto jednu větu si zapamatuj do konce života.“

Ted, když se učím od tebe a Silvie, jak meditovat za pomoci těla – doporučil jsi mi tehdy Kum Nye -, cítím, že se mohu znovu spojit s mrtvými a tímto způsobem s nimi znovu být. Jsou se mnou a jsou částí mé duše. Nebylo to zrovna v době, kdy jsme se poprvé setkali?

Ano, první skupina po smrti mé dcery byla otevřena v květnu 1980 v Salvadoru v Brazílii. Tys byla jejím členem. Tato salvadorská skupina byla také druhem narození, protože to bylo poprvé, co jsem s biosyntézou pracoval v Jižní Americe.



Ano, práce v Jižní Americe byla zárodkem komunity budoucích lektorů Biosyntézy. Počátek celého procesu expanze.

Ještě bych se rád vrátil k tvé otázce, jak jsem se vyrovnával s bolestí. Na periferii jsem žil téměř 20 let, dojížděje do Londýna, občas dojížděl do Jižní Ameriky nebo Austrálie. Ale až do té doby jsem byl v zásadě zakotven ve svém prostředí, vyučuje hned vedle místa bydliště. Do školy jsem to měl z domu 10 kroků. Cestoval jsem příležitostně, spíše výjimečně.

Můj otec byl člověkem, který toužil plavit se kolem světa na lodích, ale nikdy nedostal příležitost a stal se dělníkem v Londýnském přístavu. Tam mohl sledovat, jak lodě připlouvají a odplouvají. Jeho životním scénářem bylo „život začíná doma.“ Dvacet dva let jsem byl ukotven v krásné krajině vedle domovních schodů. Potom ale náhle zavřeli školu a já vyjma drobné penze neměl peníze. Neměl jsem práci, přišel o pronajatý dům, jedno z mých dětí zemřelo. Co jsem měl dělat se životem.

### **To zní jako velká přerodová krize.**

Ano, hluboká krize středního věku, o něco později než obvykle. Potom jsem se rozhodl: toto je moje příležitost k růstu. Elsa se zabývala svou vlastní odpovědí na krizi – na dvojistou krizi. Rozhodla se zvýšit si vzdělání. Začala studovat na univerzitě kreativní psaní, v rámci doktorandského studia. To bylo v souladu s jejím životním zájmem o poezii. Postupně jsme se stále více vzdalovali, profesionálně i osobně. Ona pracovala na svém doktorátu spisovatele, já se chopil příležitosti rozšířit vlastní práci. S bolestí jsem se vyrovnával cestováním všude možně. Pět let jsem cestoval prakticky non-stop, navštívil 30 zemí. Sečteme-li vzdálenosti, tak jsem dojel na měsíc a zpět. Částečně to byl způsob vyrovnávání se s bolestí, částečně příležitost budovat.

Na jednom z prvních míst, na kterých jsem pracoval, bylo Japonsko. To ještě nebyla škola uzavřena. Dopisoval jsem si s mužem, kterého zaujala moje kniha „Spiral Flame“. Ten odjel do Japonska vyučovat literaturu na univerzitě v Kanazawě. Nezapomeňme, že Anglická literatura byla mým prvním oborem. Pozval mě do Japonska učit Biosyntézu. A tam mi představil svou kolegyni, profesorku literatury a filozofie na téže univerzitě. Pomáhala s organizací méj návštěvy.

A to byla Silvie, nádherná lidská bytost a tvořivá spisovatelka a filozofka. Zamilovali jsme se do sebe a ona se stala mou druhou partnerkou. To bylo další znovuzrození, úplná změna. Rozváděl jsem se s Elsou, což byl pro nás pro oba velmi bolestivý proces. Dokázali jsme to ale zvládnout a udržet přátelský vztah, doposud jsme stále v kontaktu. Takže v tomto období se rozvíjel nový partnerský vztah, nechal jsem školství, opustil dům, zemi, jazyk. Měl jsem pocit, že mojí půdou pod nohama jsou boty. Měl jsem svým způsobem pocit, že jsem opustil všechno kromě práce a všechno zase získal nově: druhý život, druhou příležitost. Biosyntéza se zrodila z naší lásky a také z lásky ke stylu práce postaveném na základě spirituality, s těmi nejhlubšími pocity, které to přináší a než nám jde v procesu sebeúdravy.

### **Tehdy ti bylo padesát.**

Padesát mi bylo těsně po Eilidhině smrti. Do Švýcarska jsem se přestěhoval, když mi bylo 54. Dost pozdě na nový začátek. Přestal jsem cestovat a v roce 1985 jsem se přestěhoval do Zurichu. Se Silvií jsme žili a pracovali společně a s Bobem Moorem jsme začali výcvik. Bob Moor byl úžasný intuitivní učitel psychologie. Rozuměl cirkulacím jemné energie v těle lépe než kdokoli, koho jsem kdy potkal. Seznámil jsem se s ním v Londýně přes jednoho svého klienta, který ho znal. Když mi zemřela dcera, zavolał mi, aby vyjádřil soustrast.

V mém přerodovém období jsme s ním a se Silvií začali výcvik v Dánsku, což se stalo 15tiletým procesem. Každý rok jsme tam dojížděli na několik týdnů. Bobovo porozumění lidským bytostem se stalo oporou Biosyntézy, zejména jeho zkušenost s praktickou prací s jemnými energiemi.

### **Jaký je přínos Silvie pro Biosyntézu?**

Její přínos je nevyčísitelný. Sedm životních oblastí, kterými se biosyntéza zabývá a které tvoří základní integrativní model, bylo formulováno na základě našich rozhovorů. Životní oblasti jsou

postaveny na sedmi energetických centrech těla, která Silvia ve své práci zdůrazňuje. Účastníci se od ní učí vycentrovanosti a přítomnosti při práci. Má Ph.D. z filozofie, spolu s psychologii, literaturou a uměním. Může tedy podnítit k zabývání se tím, kdo jsme a co děláme a to na mnohem hlubší úrovni, než je při naší práci běžné.

Náš syn Till, který se narodil v roce 1988, je pro nás pro oba zdrojem velké radosti. Učili jsme se od něj ještě hlouběji porozumět přirozenému vývoji dítěte. Zatímco byla Silvia matkou, přímo se lví energií pokračovala v práci na rozvoji Biosyntetických výcviků a ještě se starala o domácnost. Občas si vyčítám, že jsem jí nepomáhal víc.

Silvia do Biosyntézy přinesla svoje jedinečné kvality vnitřní energie, soucitu a jasnosti a využila je při rozvoji filozofického a psychodynamického rámce naší práce. Dokáže velmi dobře doprovázet při individuální práci s frekventanty a je velmi vnímavá k energii skupiny a skupinovým procesům.

V době, kdy jsem se stěhoval do Švýcarska byla Biosyntéza vyučována po celém světě ale nikde nebyla doma. A byla to práce Silvie a její organizační talent, díky čemuž jsme získali budovu a administrativní zázemí. A to nám umožnilo učit. Oba jsme tvrdě pracovali, abychom dosáhli společenského uznání Biosyntézy. Na Evropské úrovni se to podařilo v roce 1998, kdy byla naše práce akreditována EAP (Evropská asociace pro psychoterapii) v Bruselu. Tento úspěch byl založen na Silviině úsilí získat akreditaci v rámci Švýcarské psychoterapeutické charty a dalších v ostatních německy mluvících zemích.

Dále se utvářela mezinárodní nadace pro Biosyntézu, jejímž úkolem je integrovat výcviky probíhající v mnoha zemích. I to je její práce a je to jako leštění diamantu, broušení vrstev, až dosáhne výsledné podoby krystalu. Toto její dílo je vřele přijímáno celou naší komunitou. Celkově je její přínos nevyčíslitelný. Abychom byli spravedliví, museli bychom probrat její přínos za posledních 20 let.

V roce 1994 se Mezinárodní institut pro Biosyntézu, který Silvia založila, přestěhoval do svého nového domova na úpatí Alp, s výhledem na Bodamské jezero a čtyři státy. Silvia vymýšlela a potom dohlížela nad tisíci detailů rekonstrukce budovy, jež se stala základnou naší terapeutické práce. Když jsme potom měli po několika měsících den otevřených dveří, dorazivší ministr zdravotnictví okomentoval slovy: „Tato práce se týká srdce a toto místo je místem srdce.“

Poté, co jsme společně vedli 18 pětiletých výcviků ve Švýcarsku, se konečně dostáváme k tomu, že spolu nebo každý sám pracujeme na několika knihách. V nich jsou obsaženy jednak naše nejnovější příspěvky k metodě ale také shrnují zkušenost našich životů.