

O čem se v salonku šeptá – aneb co je to vlastně afekt

Kdysi dávno, během jednoho z mnoha čajových dýchánek, které pořádala moje prababička Millicent, si její nejbližší přítelkyně lady Honoria Winterbottomová dovolila poněkud hlasitě vzdechnout, když její koláček upadl na zem – marmeládou dolů, jak jinak. Vzdech to byl podle kronik tehdejší společnosti poněkud teatrální a patrně obsahoval i náznak zoufalství. Výsledkem bylo, že slečna z Harrowgatu omdlela (možná jen z dlouhé chvíle) a lady Honoria byla po zbytek sezóny zvána pouze na „velmi diskrétní čaje“.

Důvod? Uvolnila afekt. Projevila – ach, ta troufalost! – emoci.

Afekt je, řekněme to bez obalu, jakási emoce v kozačkách. Není to něžný závan melancholie v rukavičkách, který se hodí k výhledu na růžový sad, nýbrž energie, která vlétne do salonku jako rozčilená kočka, shodí vázu a zneklidní i leštěný příborník. Afekt je, když se duše projeví bez klobouku, bez pozvání a často bez slitování.

A jaké emoce mají nejčastěji tendenci být považovány za nehodné podávání s čajem?

Především:

- **hněv**, nebo jak by řekla moje prababička: „ta drzá sestra rozhodnosti, kterou se nehodí zvat do slušné společnosti“,
- **smutek**, jenž bývá potlačován pod nánosem anglického sucharu a okurkového sendviče,
- **žárlivost**, která, když není přiznána, vyrazí kuchyňské dveře,
- a samozřejmě **přecitlivělost**, ta éterická sestřenice, jež bývá vyhazována z domu častěji než nechtěný švagr, ačkoli bývá jen nevyslyšeným voláním po vřelosti.

Ve své praxi jsem mnohokrát vyslechla ženy, které s omluvným tónem začínaly větu slovy: „Já vím, že to zní hloupě, ale...“ A poté vyjevily nejhlubší bolest, ztrátu nebo vztek, který si nesly v srdci, často léta. Byly naučeny, že cítit se silně je známka slabosti. Jaký podivný paradox!

Jedna má klientka, paní W., milá dáma v klobouku s hortenziemi, trpěla náhlými záchvaty pláče při pohledu na broskve. Ukázalo se, že její manžel kdysi snědl poslední broskev ze spíže, aniž by se zeptal, a že to činil opakovaně dvacet let. Nebyla to broskev – byl to symbol. Byl to smutek a bezmoc, kterou nikdy nesměla projevit, protože „slušné ženy nepláčou kvůli ovoci“. A tak plakala až dnes – a právě tím začalo její uzdravení.

Proč tedy emoce posíláme do sklepení své duše? Inu, děláme to, protože jsme byly vychovány s vírou, že „emoce kazí domácí atmosféru“. Že žena má být klidná, ladná, vděčná a v každé situaci se umět usmát jako dobře naučená kytice růží. Ale, jak s moudrostí poznamenala moje prababička Millicent ve své slavné knize „Čaj a šarm“:

„Žena není porcelánový šálek, nýbrž plnokrevná duše – a občasná prasklina na glazuře není vadou, nýbrž znamením života.“

A právě proto, mé milé čtenářky (a, budiž, i čtenáři – pokud sem náhodou zabloudil nějaký odvážný gentleman), je třeba přestat se bát emocí. Ony nejsou tím, co nás oslabuje. Jsou tím, co nás činí celistvými.

Afekt – třeba ten, při kterém se paní B. rozplakala v tramvaji, protože jí manžel nepochválil nový účes – není slabost. Je to volání duše, která se dožaduje pozornosti. A my bychom ji měly vyslechnout – i kdyby právě probíhalo podávání čaje.

V další kapitole se podíváme na to, kdo vlastně rozhodl, že hněv není slušný, proč hysterii potkalo horší PR než whisky, a proč je konečně na čase přestat se omlouvat za to, že něco cítíme. Protože, jak by řekla prababička Millicent:

„Emoce jsou jako hosté na garden party – není nutné je posílat do zadní zahrady jen proto, že mají nevhodné klobouky.“