

A close-up, artistic photograph of a man and a woman kissing. The man's face is on the right, and the woman's face is on the left. Her lips are painted a vibrant red. The lighting is soft and warm, creating a romantic atmosphere. The background is a blurred mix of skin tones.

Marie Formáčková Jindřich Kraus

KNIHA O LÍBÁNÍ

PRVNÍ POLIBEK
SLAVNÉ POLIBKY
PRAKTICKÉ RADY
POLIBKY JAKO LÉK
ŘEKNI TO POLIBKEM
LÍBÁNÍ PODLE ZVĚROKRUHU
JAKÉ JSOU DRUHY POLIBKŮ?

PRAGO LINE

MARIE FORMÁČKOVÁ
JINDŘICH KRAUS



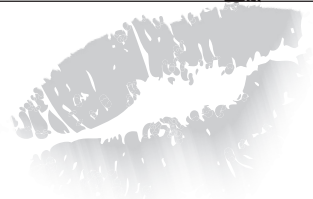
**KNIHA
O LÍBÁNÍ**

PRAGO LINE



MARIE FORMÁČKOVÁ
JINDŘICH KRAUS

KNIHA
O LÍBÁNÍ





PŘEDMLUVA

Polibek, pusa, líbání... Tato slova ve většině z nás evokují jeden z nejbližších kontaktů, které chceme sdílet s milovanými osobami. Políbení se učíme přijímat již od narození, spojují nás s našimi nejbližšími. Postupně se učíme polibky také oplácet a sami je věnovat. Dostatek polibků v dětství nás pozitivně ovlivňuje v našem budoucím milostném životě.

Naprostá většina lidí vnímá líbání jako příjemný, pozitivní akt. Polibek nám o druhém člověku může mnohé napovědět, ať už v pozitivním či negativním slova smyslu. Z prvního polibku má řada lidí strach a obavy, většině však zůstane krásná vzpomínka po celý zbytek života.

Líbání nepoužíváme pouze jako součást pozdravu či loučení, polibek je významným prvkem naší neverbální komunikace. Pro mnohé z nás je polibek nejnaternějším vyjádřením citů k milované osobě, je výrazem vášně a touhy. Stejně jako je sex přirozenou součástí kvalitního života, je právě polibek ve většině případů jeho počáteční jiskrou.

Kniha o líbání není příručkou, jak se stát guru v líbání. Jedná se o průvodce říší polibků, co nám způsob políbení napovídá o druhém, jakou roli představují polibky pro muže, jakou pro ženy. V neposlední řadě nám dává náhled na reálné situace a stavy, při kterých můžeme pozitivní efekt polibku znásobit a naopak.

*MUDr. Petra Vrzáčková
Gynekologicko-porodnická klinika VFN a 1. LF*



*Zamilovaní zavírají při líbání oči,
protože chtějí vidět srdcem.*

Daphne Du Maurier



CO JE TO VLASTNĚ POLIBEK?

Podle encyklopedie je polibkem označován dotek rtů dvou osob. Políbit lze ale i jiné partie těla, více polibků je pak líbání.

Další odborná definice říká, že polibek je pozdrav, kdy se vzájemně dotkneme rty pevně přitisknutými k sobě a nato je oddálíme.



Romantici to dovedou vyjádřit daleko poetičtěji:
Polibek je rozmluva dvou srdcí.
Polibek je láskyplná přísaha.
Polibek je radost až k zalknutí.
Polibek je let do nebe.
Polibek je to nejpříjemnější pouto.



Starořecký spisovatel, historik, vojevůdce a Sokratův žák **Xenofon** (428–354 př. n. l.) napsal, že *nic nepodporuje vzplanutí lásky tolik jako polibek, neboť nevede k ukojení a vyvolává sladké naděje.*

Římský básník a autor epigramů **Marcus Valerius Martialis** (40–102) dospěl k závěru, že *polibek je vůně balzámu získaného z aromatických stromů; stoupající aroma, které vydávají trsy šafránu; ovocný parfém sládnoucí v zimních pupenech ovoce; rozkvetlé louky v létě; jantar zahřátý rukou dívky; kytice květů, které lákají včely.*

Anglický romantický básník, kritik a filozof **Samuel Taylor Coleridge** (1772–1834) přirovnal polibek *k vdechování nektaru.*

Velký anglický básník a geniální dramatik **William Shakespeare** (1564–1616) nazval polibek *pečetí lásky.*

Známa švédská herečka a držitelka tří Oscarů **Ingrid Bergmanová** (1915–1982) tvrdila, že *polibek je krásný vynález přírody, jak zastavit řeč, když už jsou slova zbytečná*.

Český básník, prozaik, satirik, publicista, politik a spoluautor Manifestu České moderny **Josef Svatoopluk Machar** (1864–1942) to vyjádřil velmi krásně – *polibek je hymnou lásky*.

To arménsko-francouzský šansonier, zpěvák, písničkář, textař, herec, diplomat a podnikatel **Charles Aznavour** (1924) byl mnohem věcnější, když prohlásil, že *matematicky vzato je polibek to, co dostaneme, když dotek rtů dělíme dvěma*.



Každý člověk má na polibek svůj názor, protože snad neexistuje nikdo, kdo by se v životě nelíbal. Kdo by nebyl políben nebo sám někoho nepolíbil. Polibek k životu patří, protože je to způsob, jak můžeme vyjádřit nějaký pozitivní cit. Ať už je to polibek mateřský, otcovský, přátelský, zdvořilostní či milostný. Každý má v životě svoji nezastupitelnou roli a každý má svůj obsah.

Polibek je ovšem také svého druhu umění a jak to tak bývá, jsou jedinci pro líbání nadanější a méně nadaní. Někdo prostě líbat umí a ani se to nemusí učit, protože byl obdařen pro tuto činnost talentem, někdo je v tomto směru poněkud neohrabaný. Ale všechno se dá naučit. Je sice pravdou, že ne každý se stane mistrem, ale základní dovednosti se prostě naučit dají v jakémkoliv oboru lidské činnosti.

*Jak díky polibku mohl jsem
V dvou hodinách ji přesvědčiti
Že je celým mým životem*

Guillaume Apollinaire,
ALKOHOLY



KDE SE POLIBEK VZAL?

V roce 1960 britský zoolog Desmond Morris přišel s hypotézou, že líbání se vyvinulo ze způsobu krmení. Například šimpanzí matky krmí svá mláďata z úst do úst, z čehož se dá odvodit, že předchůdce člověka to činil rovněž. Tisknutí rtů na rty hned od samého počátku vyvolávalo velmi příjemný pocit, a to nejen proto, že při něm byl uspokojován hlad.

Kdo dal první polibek, který nebyl spojen s příjmem potravy, to se asi nikdy nepodaří zjistit, faktem však je, že první polibky posílané rukou bohům od jejich uctívačů pocházejí z období 3 000 let před naším letopočtem. Starověcí Římané se líbali poměrně často, polibkem se vzájemně zdravili, a to nejen doma v rodině mezi svými blízkými, ale běžně na ulicích, dokonce při tom nehrály roli třídní rozdíly.

V latině existovaly tři různé názvy pro různé druhy polibků.

Osculum byl název pro letmý polibek na tvář na uvítanou.

Basium byl polibek na rty.

Saviolum byl velmi vášnivý milenecký polibek.

Sanskrtské vědy, pocházející zhruba z roku 1500 před naším letopočtem, popisují zvyk tření nosů a tisknutí nosů k sobě, což může být považováno za předchůdce polibků. Ve čtvrtém až pátém století našeho letopočtu se objevuje literatura, ve které už se o polibcích mluví a jsou tam i popsány. Takovým dokladem je indická Kámasútra neboli Poučení o rozkoši, starověký indický text, kde se hovoří nejen o polibcích, ale především o milostných polohách.



Starý Egypt byl ve srovnání s Římem velmi zdrženlivý. Krásná Kleopatra, která je proslulá svým panovnickým, ale i milostným životem, údajně žádného muže nikdy nelíbala.

Podle římského filozofa a spisovatele Marca Tullia Cicera nutili manželé v jeho éře své ženy k polibkům proto, aby zjistili, zda jim nechodí tajně do sklepa na víno.

Tento zvyk prý vznikl poté, kdy západořímský císař Romulus (460–511) zakázal ženám víno. A právě polibek se stal poměrně spolehlivým způsobem, jak ženy prověřit.

Starí Řekové zase nutili své manželky, aby před odchodem na trh, na návštěvu nebo na procházku snědly syrovou cibuli, čímž chtěli zabránit, aby se jejich ženy s někým tajně nelíbaly. Ve starém Řecku byl totiž polibek velmi významným aktem a nebylo radno s ním zacházet neuváženě. Zavazoval totiž muže, který políbil mladé děvče, ke svatbě. Takže polibek byl něco jako předběžná žádost o ruku. Předběžná, nicméně závazná.



Pověstné a po celém světě používané tři křížky na konci dopisu nebo pod dokumentem, nahrazující podpis, znamenaly ve středověku vlastně polibky. Ostatně polibek byl důležitou součástí úředních jednání. Když došlo k podpisu nějaké významné listiny, byla její pravost nejen stvrzena podpisem nebo u negramotných třemi křížky, ale na závěr také políbením listiny.

Ovšem velmi záhy se přišlo na to, že polibkem si nejen vyjadřujeme city, úctu či postavení, ale také si jím předáváme nemoci. Proto při epidemiích bylo zakázáno se líbat. A tak tomu bylo i při epidemii v 17. století, kdy bylo líbání nahrazeno smekáním klobouku, úklonou nebo pokynutím rukou. Nikoliv podáním rukou, i to nebylo doporučováno.

Pak začala líbání velmi potírat katolická církev. Pro tu byly přijatelné polibky pouze jako výraz úcty k bohu a svatým. Bylo povoleno líbat kříže, sochy, prsteny biskupů a papeže, ostatky svatých. Za přijatelný byl pokládán polibek mateřský a polibek dítěte. Polibek mezi partnery byl pokládán za všední hřích, polibek vášnivý dokonce za smrtelný hřích.

Ve středověku se začalo líbání rozlišovat také z třídního hlediska. K čím nižší třídě člověk náležel, tím více se při líbání vzdaloval