



KAI SPELLMEIER

LOVE, YOU

KNIHA PRO TEBE

PRŮVODCE SVĚTEM
LGBTQ+

PŘELOŽILA
KRISTÝNA GREŇOVÁ

LOVE,
YOU

© 2023 by Bastei Lübbe AG, Köln

Všechna práva vyhrazena.

*Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována bez písemného souhlasu
nakladatele.*

Translation © Kristýna Greňová, 2025

Cover © Bastei Lübbe AG, 2025

© DOBROVSKÝ s. r. o., 2025

ISBN 978-80-277-5698-8 (pdf)

KAI SPELLMEIER

LOVE, YOU

Kniha pro Tebe

Průvodce světem LGBTQ+

přeložila Kristýna Greňová



*Milé čtenářstvo,
v této knize může být obsah, na který jste citliví.*

Váš Kai

Tahle kniha je pro vás.

Patří vám.

*Zasloužíte si mít knihu,
která byla psána vaším jménem.*

OBSAH

JAZYK	15
COMING OUT & INVITING IN	49
VZTAHY	89
SEX	127
QUEER ZDRAVÍ	181
DĚJINY	213
QUEER POLITIKA	231
ZODPOVĚDNOST A AKTIVISMUS	255
QUEER ŠTĚSTÍ	289

PLAYLIST

Hledáte-li vhodný zvukový doprovod pro čtení této knihy, mohu doporučit následující queer umělectvo a písně:

Claire Waldoff~ Hannelore

Drangsal~ Mädchen sind die schönsten Jungs

Fasia Jansen~ Verbrannte Erde in Deutschland

Felix Jaehn, Calum Scott~ Love On Myself

Kim Petras~ I Don't Want It At All

JNNRHNRXX~ MOOD 4 EVA

LEA, LUNA~ Küsse wie Gift

Lie Ning~ tonight

Mavi Phoenix~ Grass And The Sun

Nura~ On Fleek

Playlist *Love, you~ Ein Buch für dich* s queer hudbou z německého prostředí najdete i na Spotify.

Zdravím!

Něco vás přimělo sáhnout po této knížce a otevřít ji, a já vám chci tedy hned na začátku sdělit jednu věc, která platí absolutně a nevyvratitelně: být queer je krásné. Bez ohledu na to, kdo jste a co už o queer lidech víte, chci, abyste si právě toto poselství odnesli s sebou. Slunce vychází na východě, psi jsou přítulní a být queer je krásné. Jako prostý zákon přírody.

Mohu jen hádat, proč jste se rozhodli listovat právě touto knihou. Možná máte slabost pro pěkně zpracované obálky a nemohli jste odolát. Jste queer a máte otázky. Nevíte, jestli jste queer, a hledáte odpovědi. Nejste queer, ale někdo ve vašem okolí je a vy se chcete poučit. Nedokážete přesně říct proč, ale něco vás oslovilo a potřebovali jste vědět, oč přesně jde. V každém případě jste zvědaví a chcete se dozvědět víc. Ať už se vás týká cokoli z vyčteného, jste na správném místě.

Tato kniha je pro vás.

Být queer je trochu jako zrcadlo, ve kterém si chcete jen rychle zkontrolovat, zda máte správný účes, jenže v následujícím okamžiku jste zasypáni nejrůznějšími otázkami o sobě a svém životě. Otázkami jako: Kdo jsem? Kým chci být? Kdo mě přitahuje? Potřebuji nějakou nálepku? Jak to mám říct svému okolí? Musím to vůbec někomu říkat? A co to vlastně znamená být queer?

S existenciálními otázkami se to má tak, že na ně není snadné odpovědět. A pokud jde o identitu, to je teprve hádanka.

Proto se na vše queer díváme v klidu a především společně. Věřte, že nejste zdaleka jediní, kdo si klade tyto a další otázky. Spousta z nás hledá, pochybuje, ztrácí se.

Ve skutečnosti je vše queer dobře prošlapaná cestička. Mnoho lidí ji prošlo před vámi, trochu zametlo a odstranilo překážky. Mohou vám vyprávět o svých vlastních zkušenostech a pomoci vám tak najít pevnou půdu pod nohama. Ale protože otázky identity jsou opravdu ošemetné, málokdy existuje jediná kouzelná odpověď, která by uspokojila všechny. Možná na této cestě nenajdete vše, v co doufáte. To je v pořádku, naše zkušenosti se přece liší člověk od člověka. Proto v této knize najdete mnoho tipů a doporučení na knihy, seriály, podcasty a další materiály, které se queer tématy zabývají po svém. Chcete-li, může vám průvodce dělat i tato kniha.

Abychom vnesli trochu světla do queer chaosu, zabýváme se na těchto stránkách jazykem, tělem a zdravím, mluvíme o sexu a vztazích, noříme se do queer historie, nahlížíme do queer politiky a hledáme queer štěstí. Podíváme se na všechny zkušenosti, malé i velké, které dělají queer tím, čím je.

Jednu užitečnou radu vám dám hned: být queer není kvantová fyzika. Možná vám to teď připadá jako záhada, ale pravda je taková, že být queer je docela jednoduché. Je to trochu jako dýchání. Když začnete přemýšlet o tom, co všechno člověk potřebuje k tomu, aby naplnil plíce kyslíkem, otevře se vám neuvěřitelně složitý proces – od impulsů v mozku přes dýchací cesty a výměnu plynů až po oběhový systém. Přesto tělo dýchá bez jakéhokoli vědomého zásahu – dýchání je totiž přirozenou součástí života. A s queer identitou je to zrovna takové.

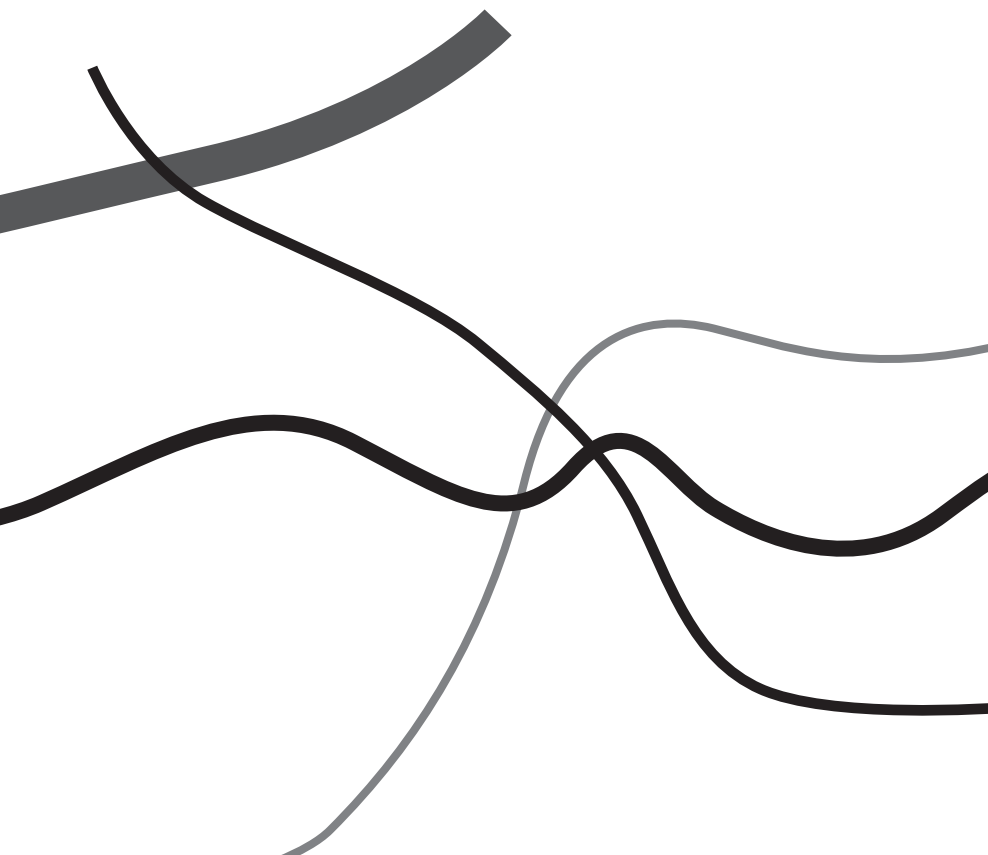
Ale co se stane, když nemůžete dýchat? Když lapáte po dechu z usilovného běhu nebo vás starosti tíží na hrudi tak, že jen popadnout dech je nadlidské úsilí? Pak je tato kniha určena k tomu, aby vám dala prostor se zas rozdýchat. Stejně jako většina životních zkušeností, i queer život s sebou přináší neplánované překážky a nejednu bouři, která znemožňuje jakýkoli pokrok, vichřici, která vás připraví o kontrolu. Dobré je, že vždy existuje místo, kam se můžete před světem schovat. Tato kniha je jedním z nich. Doufám, že zde najdete sílu a odvalu.

Ještě jedna věc a můžeme vyrazit: Známe jen málo lidí, kteří se podívají do zrcadla a přesně vědí, co tam vidí. Otázky patří k lidskému bytí stejně jako pochybnosti a být queer není jiné. Ale to nám nebrání být lidmi a už vůbec ne být queer. Cesta je málokdy přímá, špatné odbočky a oklidy k ní patří. Mohou změnit to, kam směřujete, ale ne to, kým jste.

Budte hrdí a pamatujte si: být queer je krásné.

S láskou, Kai

Jazyk





Jazyk je mocný. Může sloužit jako zbraň k zakrývání pravdy, vytyčování hranic a vyvolávání strachu. Neříkám vám nic nového, pravděpodobně víte stejně dobře jako já, jak moc bolí výhrůžky, urážky nebo lži.

Jazyk však může také léčit rány, bořit zdi a spojovat lidi. Ukazuje nám, kdo jsme, čeho jsme schopni a jaký máme vztah k ostatním lidem.

Vždyť kdo z nás nikdy nevyslechl druhého člověka a nepodíval se na svět z jeho úhlu pohledu? No a hele, právě v tuhle chvíli čtete slova queer člověka, který se snaží udělat svět trochu přátelštější pro queer lidi.

Jazyk není nějaký přísný, pevně daný konstrukt, kterému bychom se museli otrocky podřizovat – přizpůsobuje se nám a naší realitě. Vytváříme nová slova, když ta stará nestačí k popisu nových jevů a dříve nedefinovaných zkušeností. Stávajícím slovům zase dáváme nové významy, aby odpovídala naší době. Jiná ze svého slovníku mažeme, protože je prohlásíme za nevhodná nebo je prostě zapomínáme. Jazyk se navíc neomezuje jen na pero, tóny nebo klávesnici. Naše těla promlouvají, ať už vydáváme zvuky, nebo ne. **Samotný fakt, že existujeme, znamená, že neustále komunikujeme.**

Lidé a jazyk mají jedno společné – neustále se vyvíjejí, jsou tvární. Rostou, mění se a rozšiřují. Existují sice soubory pravidel a pokusů o konzervaci jazyka, ale slova přicházejí a vycházejí z módy stejně jako účes „na Jágra“, bubble tea nebo upíří bez ohledu na to, jak zoufale proti tomu bojujeme.

Lidskou bytost nelze popsat jediným slovem. Jsme příliš složití a rozporuplní na to, abychom se mohli dát orazítkovat

a myslet si, že nyní svět přesně ví, kdo jsme. Koneckonců to často přesně nevíme ani my sami – **a to je naprosto v pořádku.**

Nicméně jazyk nám může pomoci v procesu sebehledání. Ten bude trvat celý život, protože – nezapomínejme – jsme tvární. Zní to jako neskutečná fuška, muset se neustále ptát sám* a sebe, co jsme vlastně zač. Ale opak je pravdou: skrýváme v sobě neobjevené hlubiny, nekonečné vesmíry. Prozkoumat je znamená poznat sám sebe. A pokud už máte zkoumání dost, zapněte si Netflix a dejte si dvacet.

Zároveň je nesmírně důležité neupírat druhým lidem to, jak sami sebe definují. Nikomu nepřísluší odpírat druhému jeho prožitky, pocity nebo identitu. To je rozdíl mezi nálepkováním druhých a hledáním nálepky pro sebe sama. Když vás označí někdo jiný, může to vyvolat svazující a špatný pocit. Když si ale sami můžete vybrat, jak o sobě a svých pocitech mluvit, je to zatraceně dobrý pocit.

Na následujících stránkách najdete několik slov a definic, které vám mohou pomoci porozumět sobě nebo vašim bližním. Vyzkoušejte si, jak vám pasují, a jestli vás bota tlačí, nestresujte se. Slovo je mnoho, bot také. Někde určitě najdete takové, které vám sednou. A pokud ne, no, někdy je nejlepší chodit bos.

Nejdřív však malá poznámka: Tato kniha byla napsána a vydána v určitém časovém okamžiku. Je tedy pevně zakotvena ve své době. Je tudíž možné, že se chápání některých pojmů a pravopisných tvarů v budoucnu změní – zejména proto, že už teď existuje mnoho pojmů, pro které máme mnoho

různých definic. Tato kniha není žádným souborem pravidel, ale spíše jakýmsi **rozcestníkem**, jak se definovat způsobem, který vám vyhovuje. Můžete ji použít jako odrazový můstek do queer světa. Dokonalé přistání se ovšem nezaručuje. Přestože jsme zde shromáždili jistá vodítka, je potřeba čas a praxe, abyste poznali, co vám připadá správné.

Než se pustím do podrobností, chci se dotknout několika slov, která jsou v této knize roztroušena jako konfety, a proto je těžké je ignorovat:

Pohlaví a gender jsou dvě velká slova, která nelze v diskuzi o tom, co je to být queer – a nebo jen člověk – opominout.

Pohlaví – anglicky sex – je vědecká kategorie, do níž jsou na základě svých fyzických vlastností zařazovány všechny živé bytosti na tomto světě. Podle Světové zdravotnické organizace jsou tyto kategorie „muž“, „žena“, „intersex“ a „jiné“. V představách mnoha lidí a podle zákonů České republiky je však pohlaví výhradně binární, tj. pouze ženské, nebo mužské.

Gender (rod) je sociální konstrukt. Označuje roli, kterou člověk zaujímá ve společnosti na základě kombinace fyzických charakteristik a sociálního pohlaví. Gender nebo vlastní genderová identita vyplývá z otázek, jako např.: Jak se definuji? Jak se cítím a jak se vidím? Jak se chovám a prezentuji? Jaké zkušenosti mám kvůli svému genderu? Zažívám kvůli svému genderu znevýhodnění nebo diskriminaci? Gender je ohebný, neohraničený a může být mužský, ženský, intersex, ale také nebinární, agender, trans* a ještě jiný.

Trans* znamená, že vám pohlaví připsané po narození neodpovídá a nemůžete se s ním ztotožnit.

Cis znamená, že původní razítko sedí a může zůstat. **Cis-het** označuje lidi, kterým razítko při narození sedí a kteří se považují za heterosexuály.

Když mluvíme o kategoriích, rolích, nálepkách a razítkách, jsou to všechno pokusy definovat sebe nebo druhé. Což je napůl užitečný a napůl otravný lidský zvyk. Na jedné straně nám to pomáhá porozumět světu, ve kterém žijeme, ale také rychle zapomínáme, že ne všechno lze snadno zařadit.

Pro mě je toto **razítko** snadno pochopitelnou definicí složitého pojmu. Je ale důležité nezapomínat, že se pod ním ztrácí nuance a že identita a jazyk jsou nesmírně složité jevy. Sám sebe definuji jako gaye, teplouše, homosexuála a queer, ale tato slova používám velmi odlišně, přestože popisují podobné zkušenosti. V závislosti na tom, v jaké zemi se nacházím, zda mluvím s přáteli, se svým lékařem nebo s matkou, se mění výběr slov i jejich význam.

Když už jsme u těch nuancí: Možná už jste se podivili, proč tu v textu používám **asterisky** (neboli **hvězdičky**). Je to další strategie, jak vytvořit prostor pro nebinární zkušenosti ve velmi binárním jazyce, protože se může stát, že se člověk necítí být osloven ani mužským, ani ženským tvarem slova. K genderové hvězdičce existují alternativy, v němčině se používá například dvojtečka (Leser:innen) nebo podtržítko (Leser_innen). I v češtině je hvězdička jedním ze způsobů, jak se nebinárně vyjádřit v jazyce, který pro to není právě pohostinný. Kromě genderizace pojmů jako „lékař“ a „lékařka“ se binárnost projevuje i v tom, že se v mnoha ohledech vždy odkazuje na muže, čímž se ženy a jiné identity stávají neviditelnými.

V němčině bylo donedávna důsledné používání generického maskulina zcela normální, dokud nebylo v roce 2021 odstraněno i ze slovníku Duden. I v češtině se objevují pokusy o to přijít na a přijmout jazykové prostředky pro vyjadřování nebinarity. Pokud vás problematika zaujala, můžete si třeba pustit video na YouTube *Kvíření jazyka českého* od Institutu úzkosti.

Změny ve způsobu vyjadřování neublíží a vyloučí méně lidí, nevidím tedy důvod, proč se držet starých vzorců.

Zkratky jako **LGBTQIA+** jasně pojmenovávají různé komunity jedním přesným slovem. Jednotlivá písmena znamenají:

L: lesba

G: gay

B: bisexuál*ka

T: trans* (transgender)

Q: queer nebo questioning

(tedy osoba, která uvažuje, že by mohla být queer)

I: intersex

A: asexuál*ka, člověk na asexuálním spektru

I zde však existují mezery. LGBT popisuje pouze čtyři queer skupiny, LGBTQ+ je více inkluzivní. Ale když už máme udělat krok navíc, proč prostě nepřidat I a A nebo nepoužít přímo LGBTQQIAAP2S+? Právě proto, že výběr je tak velký a že nechci nikoho vylučovat, používám v této knize většinou slovo **queer**. I když samozřejmě existují i LGBTQIA+ lidé, kteří s termínem queer nechtějí mít nic společného. K tomu, co přesně toto slovo znamená, se dostaneme za chvíli.

Na druhou stranu mohou být tyto velmi specifické zkratky velice užitečné, když mluvíme o lidech, kteří sdílejí určité zkušenosti přesahující jejich queer identitu: **QBIPOC** označuje queer lidi, kteří zažívají diskriminaci v podobě rasismu kvůli svému etnickému původu.

Q: queer

B: black (černí)

I: indigenous (původní obyvatelstvo)

POC: people of color (lidé odlišné barvy pleti)

FLINTA* zahrnuje skupiny lidí, které jsou zvláště negativně ovlivněny patriarchátem, tj. společností, jejíž pravidla určují muži, a které jsou tak znevýhodněny a diskriminovány.

F: ženy

L: lesby

I: intersex osoby

N: nebinární osoby

T: trans* osoby

A: agender osoby

Zkratka **TIN** – zastřešuje lidi, jejichž gender nebo genderové variace se liší od binárních endo-cis genderových lidí.

T: trans*

I: intersex

N: nebinární

QUEER

Queer je jedno z mých nejoblíbenějších slov. Je to jako příjmení, které hrdě nosím, třpytivá čelenka, kterou se zdobím, brnění, které používám, abych předešel bolesti, a náplast, když to bolí.

Queer je souhrnný výraz, spojující všechny LGBTQIA+ lidi. Pochází z angličtiny (*divný, jiný*) a v minulosti (a někdy i dnes) se používal jako nadávka pro lidi, kteří se kvůli své sexualitě nebo genderové identitě odlišovali. Queer lidé však začali tento termín používat v pozitivním smyslu, protože nadávat queer člověku, že je queer, je jako nadávat hromu, že hřmí. Být queer je stejně jako hrom přirozený jev, který si nezaslouží být hanben. Přesto existují lidé, kteří sami o sobě jako o queer člověku nemluví právě proto, že jim tento termín ubližuje, nebo proto, že dávají přednost jiným výrazům.

Být queer mi dává svobodu žít svou pravdu a zároveň pocít, že jsem malou součástí něčeho velkého. Jako jeden člověk z milionů lidí na světě, kteří se cítí stejně jako já. Být queer pro mě proto znamená také určitou zodpovědnost. Chci projevit solidaritu s miliony queer lidí, a tedy i s těmi, kteří proto zažívají ústrky a diskriminaci.

Že se vám queer zdá moc cizí nebo zastrašující? **To je v pořádku.** Třpytivá čelenka, miliony lidí, odpovědnost? Menší ohromení je na místě.

Jediné, co potřebujete vědět, je, že až budete připraveni, queer lidé vás přivítají. A je jen na vás, jak si queer – nebo kterékoli jiné slovo z této kapitoly – pro sebe definujete.

PODCASTY A POŘADY O QUEER ŽIVOTĚ A IDENTITĚ V ČR

Kvér~ pořad Filipa Titlbacha a Báry Šichanové vysílán od roku 2007 stanicí Českého rozhlasu Radio Wave

Gay Guys~ velice otevřený podcast o životě gayů v ČR, ale i celé queer komunity

V Tranzu~ zábavná talkshow na YouTube, v níž Lenka Králová veřejnosti představuje život trans* lidí v České republice

Teplomet~ nenucený podcast o všem queer

QUESTIONING

Pokud si nejste jisti, které razítko vám nejvíce vyhovuje, ale myslíte si, že nejste heterosexuální nebo cis, můžete pro sebe během fáze zjišťování použít anglický termín **questioning**. Nemá žádné datum platnosti a můžete ho použít v jakémkoli věku a pro jakýkoli účel. Questioning je super užitečná nálepka, protože nám dává možnost říct: „Hele, já nemám ponětí, o co přesně jde, ale něco to je.“ Dává nám čas, který potřebujeme k prozkoumání své identity, aniž bychom spěchali se k něčemu zavázat.

GAYOVÉ A LESBY

Zde máme co do činění s pravděpodobně nejznámějšími termíny, které se ve velkém běžně používají už po desetiletí. Většina lidí má o těchto slovech jasnou představu. Doufejme, že to bude v budoucnu platit i pro identity, které jsou v současnosti méně viditelné.

Gayové jsou tradičně muži, kteří se zajímají o muže. Lesby jsou ženy, které přitahují ženy. U obou se tato přitažlivost týká víceméně výhradně stejného pohlaví. Taková je alespoň konvenční definice.

Čím více se však dozvídáme o identitě a přitažlivosti, tím se nám queer obzor rozšiřuje. Gayové nemusí být výhradně muži, i když jich je většina. Pojem gay zahrnuje všechny, kteří se s ním identifikují, včetně trans* a nebinárních osob, které se nepovažují (výhradně) za muže. Lesby a lesbické osoby se od sebe nijak neliší. Spojuje je láska k ženám, nikoli jejich genderová identita. Osoby spadající pod deštník označení FLINTA*, které milují ženy, tvoří společenství – lesbickou komunitu. Ale o tom až za chvíli.

Pod pojmem **homosexuál** si představíme přímo lásku a sex. Ale lidé jsou víc než jen osoby, po kterých touží. Homosexuální identita je tedy nejen výpovědí o tom, koho milujeme, ale také o tom, ke které kultuře patříme a v jakých komunitách fungujeme. Homosexualita je způsob života nezávislý na našich partnerech.

Pokud někdo nemá sex nebo partnera, neznamena to, že by snad byl méně homosexuální. To platí i pro ostatní označení v této kapitole.

Ani to, po kom toužíme, není pevně dáno. Jsem gay, ale hej, kdo ví, jestli mě někdy v životě nebude přitahovat někdo, kdo není muž?

Říct, že se člověk jako gay nebo lesba nerodí, absolutně není v pořádku. Homosexualita není žádný trend nebo rozmar. Rodíme se takoví, jací jsme. Někdy však v sobě objevujeme nové, netušené hlubiny. A jak jsem už říkal: Když vám bota nesesdí, víte, co s ní.

BISEXUALITA

Opět existuje souhrnný termín pro lidi, které přitahuje více než jeden gender: **bi**.

Bisexualita je přitažlivost ke dvěma nebo více pohlavím. Například člověka přitahují muži i ženy nebo ženy i nebinární osoby. Kromě bisexuality existuje mnoho dalších orientací, které se mohou skrývat pod označením bi. Některé z nich jsou si velmi podobné a mají jen velice nepatrné rozdíly. Důležité je, aby byl člověk s nálepkou, jakou si vybral, spokojený a cítil se pod její záštitou pohodlně.

Pansexualita a **omnisexualita** popisují romantickou a/nebo fyzickou přitažlivost ke všem genderům a oba výrazy se často užívají jako synonyma.

Jemný rozdíl spočívá v tom, že u **pansexuality** na genderu osoby nezáleží. Ať už se jedná o ženu, nebo muže, nebinární, gender fluidní nebo jiné, důležitý je člověk jako takový, gender je vedlejší. Proto o sobě mnoho pansexuálních lidí říká, že jsou genderově slepí.

V **omnisexualitě** je gender vnímán a má význam. Přitažlivost je proto někdy *založena* na genderu a preference se mohou objevit, aniž by byl někdo vyloučen na základě fyzických znaků nebo genderu.

HLAS KOMUNITY

Co pro vás znamená bisexualita?

ANNA~ Možnost cítit přitažlivost a navazovat vztahy bez ohledu na gender. Pro mě je to dar, který mi rozšířil obzory a ukázal mi, že všechno v životě je proměnlivé a člověk si ho může utvářet tak, jak je to pro něj nejlepší.

Multisexualita a **polysexualita** popisují přitažlivost k mnoha, ale ne ke všem genderům. Gender osoby sice je obvykle nepodstatný, ale nemusí být vždy. Někteří přitažlivost necítí. Multisexualita se také používá jako zastřešující termín, tj. jako synonymum pro bisexualitu.

Co bisexuální orientace *není*: zmatenost, nerozhodnost, nenasytnost. Nikdo přece nerozhoduje o tom, který gender ho přitahuje. A přitažlivost k více než jednomu vůbec nic nevypovídá o tom, jak je člověk věrný nebo nevěrný.

Bohužel se také často stává, že bi lidé jsou posuzováni podle genderu osoby, se kterou jsou ve vztahu, a de facto se tak stávají neviditelnými. Pansexuální muž, který je se ženou, není najednou heterosexuál. I kdyby celý život chodil jen se ženami, zůstává pansexuálem. Bi lidé nikomu nedluží důkaz

o tom, že se jim líbí více genderů. Další důvod, proč bychom se měli naučit nedělat ukvapené závěry. Nejenže je to velmi zranující, ale člověk ze sebe nejednou udělá hlupáka.

HLAS KOMUNITY

Co pro vás znamená pansexualita?

SOPHIE~ Pansexualita pro mě znamená svobodu a sblížení po dlouhé queer cestě. Vědět, kdo jsem a po kom toužím. Ztrátu významu pohlaví a ocenění charismatu a energie. Pansexualita pro mě znamená milovat duši člověka.

ASEXUALITA

Asexuálové – zkráceně také **ace** lidé – necítí žádnou sexuální přitažlivost. Sex proto v jejich životě a vztazích nehraje žádnou nebo jen podřadnou roli. To neznamená, že asexuálové nikdy sex nemají nebo že si ho nemohou užít. I asexuálové pociťují rozkoš, uspokojují se nebo mohou mít sexuální partnery. Asexualita spíše popisuje nepřítomnost přitažlivosti k jiným lidem.

Zde často hovoříme o **spektru**, v němž je asexualita souhrnným označením pro nejrůznější zkušenosti. Existují asexuálové, kterým sex připadá odporný a nikdy ho nechtějí zažít. Na druhém konci stojí **allosexuálové**, kteří sex mají rádi. A lidé, kteří jsou někde mezi, tj. zřídka nebo sporadicky prožívají sexuální přitažlivost. Říká se jim také **greysexuálové**,

protože se nacházejí v šedé zóně mezi přitažlivostí a její absencí. Jednou z forem asexuality je také **demisexualita**. Jedná se o absenci fyzické přitažlivosti, dokud se nerozvine hlubší citové pouto mezi partnery*kami. Demisexuály*ky však nelze zaměňovat s lidmi, kteří cítí fyzickou přitažlivost a vědomě se rozhodnou nemít sex, dokud svého partnera*ku lépe nepoznají.

HLAS KOMUNITY

Co pro vás znamená asexualita?

EVELYNE~ Je definována jako žádná nebo jen malá sexuální přitažlivost nebo nedostatek touhy po sexuální aktivitě. Osobně se mi takhle definice nelíbí, protože naznačuje, že nám něco chybí. Ale tak to samozřejmě není. Asexualita nemá nic společného s tím, zda můžete vést spokojený život, nebo ne.

AROMANTIK*ČKA

Když někdo mluví o tom, že je zamilovaný nebo že se mu někdo líbí, obvykle předpokládáme, že k dotyčné*mu chová silné romantické city a že se od téhle osoby nechce hnout na krok. Zde hovoříme o dvou různých typech přitažlivosti: citové a fyzické. Ty jsou, stejně jako v případě demisexuality, vzájemně propojené a často, ale ne vždy, se navzájem ovlivňují.

Nepřesně řečeno, aromantické osoby – zkráceně někdy **aro** – necítí k druhým romantické city. To však není důvod

k hanbě nebo lítosti. Tyto pocity se bohužel často dostavují, protože žijeme ve společnosti, která staví romantickou lásku nade vše ostatní.

Někteří lidé se prostě zamilují a někteří ne.

Nemusíme věřit každé romantické komedii, která se nám snaží prodat manželství, děti a šťastné konce. Jsme si vědomi toho, že nám servírují lež, protože život nám může nabídnout mnohem víc než prince na bílém koni s nepřírozně vyběleným chrupem a skvělým účesem (i když já bych zmíněného prince na bílém koni z postele nevyhodil, zvlášť kdyby měl i zámek).

Zde je třeba zmínit, že kromě romantických vztahů existují i jiné formy vztahů, které jsou stejně naplňující (počínaje přátelstvím). Ale o tom až později.

Aromantismus a alloromantismus jsou na spektru nekonečných možností.

Není to tak, že by lidé necítili buď vůbec žádné romantické city, nebo pod jejich plnou náloží klesali k zemi. Na to jsme příliš složití a rozdílní.

Mimochodem, v angličtině existuje výraz pro pocit, kdy je člověk přitahován jinou osobou, aniž by o ni měl sexuální nebo romantický zájem. **Squish** (podobně jako romantický výraz **crush**) popisuje touhu trávit s někým čas a sblížit se s ním, ačkoli je tato přitažlivost založena spíše na bázi přátelství. Z rozdílu mezi asexualitou a aromantikou lze pochopit, že sexuální a romantická přitažlivost jsou dva různé prožitky, které se vyskytují na celém spektru intenzity a částečně se navzájem ovlivňují.

Pokud jste muž, který se zamilovává do mužů, ale necítí potřebu sexu, neznamená to, že jste méně gay, jste jen ještě k tomu na asexuálním spektru.

HLAS KOMUNITY

Co pro vás znamená být aromantička?

EVELYNE~ Často slýchám, že lidé mnohem hůře přijímají existenci aromantiky než asexualitu. Myslím, že je to proto, že pro mnoho lidí je romantika nebo schopnost zamilovat se neodlučitelně spojena s lidskostí. Pokud někdo tyto pocity necítí, může to rozbít celý jejich pohled na svět.

Pro mě osobně je aromantika jedinečný způsob pohledu na život a na svět. Pokud jde o vztahy s lidmi, stanovuji si úplně jiné priority – protože ona romantická složka u mě zcela chybí. A jsem nucena vytvořit si úplně vlastní životní plán, který neodpovídá klasickým představám společnosti (partner*ka, manželství, dítě). To může být někdy náročné a bolestivé, ale také obohacující a naplňující.

POLYAMORIE

Když už jsme u toho a díváme se na zoubek ideálu prince z pohádky a jeho zámku, mohli bychom rozebrat i představu, že milostný vztah musí vždy tvořit jen a pouze dva lidé. Pravděpodobně jste už slyšeli slovo **monogamie** (sexuální a citová věrnost pouze jedné osobě). Jistě, představa, že je pro nás tím pravým jen jeden jediný člověk, je docela pěkná, ale že bychom měli mít v srdci místo jen pro jednu osobu přibližně průměrné velikosti, se zdá být trochu nepravděpodobné. Polyamorní lidé (zkráceně **poly**) pocítují romantické a/nebo sexuální city k několika lidem současně. Neomezují se nutně na vztah s jednou osobou, ale mají rádi blízkost dvou nebo více lidí. Všichni zúčastnění s touto situací souhlasí.

Což neznamená, že každá osoba v takové konstelaci musí být nutně poly. Monoamorní žena může být bez problémů s polyamorní ženou. Zatímco první žena dává přednost pouze jednomu*é partnerovi*ce, druhá žena může mít jiné milostné nebo sexuální vztahy, do kterých není první žena zapojena. Stačí jen otevřená komunikace, a ta by měla probíhat v každém vztahu tak jako tak. Více o tom v kapitole o vztazích.

Pokud jste poly, nemusíte nutně chodit s několika lidmi najednou. Poly zůstává poly, ať už je single, má jeden, nebo dokonce několik vztahů. Je zkrátka možné rozvíjet romantické nebo sexuální vztahy k několika lidem najednou. A ještě jednou: polyamorie, stejně jako bisexuální orientace, nevypovídá nic o charakteru člověka. Kliše o tom, že polyamorní lidé jsou nenasytní a mají sklony k nevěře, jsou ošklivá, mylná a patří do koše.

HLAS KOMUNITY

Co pro vás znamená polyamorie?

SOPHIE~ Pro mě polyamorie znamená, že jsem si konečně uvědomila, že láska je nekonečná a není to omezený zdroj. Vždycky jsem byla zamilovaná do několika lidí najednou a polyamorie mi umožňuje dávat jim svou lásku otevřeně najevo. Polyamorie pro mě znamená svobodu. Znamená to, že je v pořádku mít v sobě zatraceně hodně lásky. A ano, někdy to zahrnuje dlouhé a vyčerpávající rozhovory, pekelně mnoho komunikace a nedorozumění. Ale opravdu to vždycky stojí za to.

Dosud jsme se zabývali tím, zdali se zamilováváme a jaké pocity v tom hrají roli. Nyní přejdeme k pohledu na tělo a identitu nezávislou na přitažlivosti a lásce. Řeč bude o písmenech **T a I** v **LGBTQIA+**.

GENDEROVÁ IDENTITA

Víte, jak to chodí: narodí se dítě a někdo na základě určitých fyzických znaků – chromozomů, genitálií atd. – rozhodne, zda bude klasifikováno jako „chlapeček“, nebo „dívka“. Dítěte se na to neptá – jak taky? O tom, která kategorie se nově narozenému člověku připíše, rozhoduje úplně jiná osoba, obvykle cizí. Je třeba přiznat, že lékaři mají ve svém hodnocení často zcela pravdu. Mnozí z nás dokráčí až do konce života, aniž by kdy

získali pocit, že by s tímto přidělením při narození mohlo být něco v nepořádku.

Ale co když se při tomto přidělení něco pokazí a připsané pohlaví později neodpovídá vlastnímu vnímání? Co když to rázítko prostě nepasuje?

POZNÁMKA

Když v této knize mluvím o lidech, kteří nejsou queer, obvykle používám slovo cishet nebo také endoallocishet. V obou případech se jedná o lidi, kteří sami sebe nepovažují za queer, protože jsou endosex a allo, cis a heterosexuální. Endoallocisheti nejsou „normální“, koneckonců queer lidé by pak byli „ti jiní“ nebo ještě hůře, „nenormální“. Může se zdát nezvyklé nazývat cishet lidi cishet, ale tento postup jen napravuje nerovnováhu: queer lidé byli po celé věky nazýváni všelijak (většinou nelichotivě), zatímco endoallocishet lidé pohodlně kráčejí světovými dějinami bez popisů. Jako lidstvo však utváříme společnost, ve které jsme si navzdory rozdílům rovni, a proto by se s námi mělo podle toho zacházet. Jazyk má velkou moc, že?

INTERSEX

Intersex osoby se rodí s pohlavními znaky, které jsou považovány za ženské a mužské. Mají tělesné znaky obou kategorií. **Endosex lidé** se rodí s pohlavními znaky, které jsou klasifikovány jako ženské, *nebo* mužské. Zatímco endo lidé jsou na základě svých fyzických znaků zařazováni do jedné z kategorií muž – žena, u intersex lidí tyto kategorie nestačí. Mají různé pohlavní orgány, žlázy, hormony nebo chromozomy. To může znamenat, že někdo má XXY, XO nebo mozaikové chromozomy. Možná má dotyčný*á zároveň vnitřní varlata i vaječníky nebo penis i vulvu. Žena může produkovat nadměrné množství testosteronu, což ovlivňuje její postavu nebo ochlupení. Celosvětově se počet intersex lidí odhaduje na jedno až dvě procenta, což je přibližně stejný počet jako počet zrnavých lidí.

V České republice je zákonem dáno, že novorozenec musí být do tří dnů registrován buď jako muž, nebo žena. Rodiče intersex dítěte a lékaři mají velmi krátkou a přísnou lhůtu pro určení pohlaví dítěte. Rozhodují se často podle nejednoznačných znaků a následně provádějí zápis a lékařskými operacemi upravují genitálie.

Takové zákroky, které mají pomoci, za sebou často zanechávají trvalé fyzické a psychické škody. Není důvod operovat malé děti nebo je podrobovat hormonální terapii. Za tímto mylným uvažováním stojí muž jménem John Money, který v 60. letech 20. století sestavil *Optimal Gender Policy* (politiku optimálního genderu). Podle této politiky by intersex děti měly být co nejdříve chirurgicky asimilovány na mužské nebo

ženské pohlaví a podle toho vychovávány. Mnoho intersex dětí si uvědomí, že jsou intersex, až v pubertě, například když nedostanou menstruaci, nadprůměrně jim roste ochlupení nebo neroste vůbec, objeví se jim prsa nebo se jim změní hlas. U některých ke zjištění dojde, když se puberta opozdí nebo nechce pořádně začít. Jiní lidé žijí svůj život, aniž by kdy věděli, že jsou intersex, například ženy s chromozomy XY nebo muži s vaječníky.

Intersex nevypovídá nic o sexualitě nebo genderové identitě člověka. Intersex i endo osoby jsou stejně otevřené celé škále sexuálního a genderového spektra.

TRANS*

Ale i když u dítěte nejsou žádné odchylky ve vývoji pohlaví a lékaři mu přiřadí zdánlivě jednoznačné pohlaví, může se stát, že toto razítko neodpovídá vlastním pocitům.

Velkou část queer komunity tvoří trans lidé. Trans* je také souhrnný termín, který spojuje nejrůznější zkušenosti, jako je nebinární nebo genderqueer. Jak už jsem zmínil, trans znamená, že se člověk neztotožňuje s pohlavím, které mu bylo připsáno při narození.

KRÁTKÁ POZNÁMKA

Trans a intersex jsou přídavná jména, která blíže popisují osobu, a také se tak používají. „Jonáš je trans.“

Mnoho trans lidí zavrhne jméno, které dostali při narození, protože mají pocit, že neodpovídá jejich genderové identitě, a přijmou jméno podle vlastního výběru. Tomuto starému jménu se říká **deadname**. Jazyk má moc a jména jsou ještě mocnější. Dál používat deadname trans člověka je nehorázné hulvátství, naprosté nerespektování toho, kým dotyčný skutečně je. *Deadname* je doslova mrtvé jméno, a je pro to dobrý důvod.

Nikomu nepřísluší zpochybňovat identitu trans lidí. Zkušenosti a životy trans a cis ženy se mohou lišit (stejně jako se liší životní zkušenosti dvou cis žen), *ale obě jsou to ženy*. Ani jedna z nich nedostane medaili za to, že zosobňuje „lepší“ ženství. Ani muž není mužem pouze kvůli svým genitáliím nebo hladině testosteronu, ale proto, že toto rázítko nejlépe vystihuje to, jak se cítí.

Tímto příběh samozřejmě nekončí a o trans identitě si ještě povíme, ale prozatím zůstaneme u jazyka a jeho vlivu na náš život.

NEBINÁRNÍ, GENDERQUEER A GENDERFLUIDNÍ

Být **nebinární** znamená přesně to, co to slovo vyjadřuje: člověk se neztotožňuje ani s jednou ze dvou možností – „muž“ nebo „žena“, nebo jen do určité míry, a nemůže a nechce se přiřadit k této binární a omezující představě o genderu. To nutně neznamená, že člověk zcela zavrhne všechny tradiční představy o mužství a ženství. Možná se cítíte dobře v některých aspektech jedné z těchto dvou kategorií, ale zcela se

to neshoduje s tím, kým jste. Možná se tato binárnost s vaší vlastní identitou neshoduje a jakýkoli její aspekt odmítáte. Nebinarita je tedy také spektrem. Protože se nebinární osoby neidentifikují s pohlavím, které jim připsali při narození, patří do trans* spektra, ačkoli ne každá nebinární osoba o sobě mluví jako o trans.

HLAS KOMUNITY

Jste nebinární – co pro vás toto označení znamená?

LENI BOLT~ Před několika lety jsem se chystala na „klasický“ způsob přechodu z muže na ženu, s léky a chirurgickými zákroky. Během terapie jsem si uvědomila, že ani s označením „žena“ bych se necítila svobodně. Proto mi nejlépe vyhovuje „nebinární“. Nejlépe se cítím někde mezi a vlastně sama žádnou nálepku nepotřebuji, ale snáze se mi to vysvětluje, když se setkávám s jinými lidmi, kteří mi (ne)chtějí rozumět.

GIALU~ Když řeknu, že jsem nebinární, spousta lidí mi hned poví: „No jo, ale nejsi nakonec jenom člověk?“ A já si říkám: Rozhodně! To je přesně ono: jsem především lidská bytost, stejně jako žena, stejně jako muž, my všichni jsme úplně stejní lidé. Společnost začala vytvářet tyhle konstrukty a nebinární lidé se prostě snaží najít cestu zpět. Samozřejmě je trochu utopické, abychom všechny konstrukty zbořili a mohli jednoduše mluvit o lidských bytostech a říkat: „Všichni

máme úplně stejná práva.“ To je – jak jsem říkalx – bohužel velmi utopické. Nebinární mi pomáhá popsat, jak se v těchto společenských konstruktech pohybují. Nepopírá to, s jakou DNA jsem přišlx na svět, nakonec je to něco, v čem jsem se v konstrukt genderu naší společnosti našlx.

Někteří používají termín **genderqueer** jako synonymum pro nebinární. Tradiční pojetí genderu zde neplatí. Genderová identita je chápána jako queer a odmítá další nálepky nebo pokusy o kategorizaci.

Genderfluid člověk chápe vlastní gender jako proměnlivý. Tedy jako pravý opak statické představy, že máme jeden gender po celý lidský život. Záleží jen na dotyčném, jestli gender závisí na dané situaci nebo náladě. Často se může měnit nebo zůstávat stejný po delší dobu.

Tím jsme se stručně dotkli tří zastřešujících pojmů, ale v žádném případě jsme je pevně nedefinovali – takový pokus by byl předem odsouzen k neúspěchu.

Když se zbavíme nutnosti kategorizovat gender každého člověka jedním slovem, je zcela patrné, že identita je neomezená.

Zde je několik dalších užitečných termínů:

Agender jsou lidé, kteří se cítí být bez genderu, a nehlásí se tedy k žádnému genderové identitě.

Bigender jsou lidé, kteří mají minimálně dva gendery a sami podle sebe přepínají z jednoho na druhý.

Termín demigender zahrnuje **demiboy** a **demigirl**, tedy osoby, které se do značné míry shodují s jednou z genderových binarit. Jako možnost je zde i **deminonbinarita**.

Podrobněji se tomu budeme věnovat později, ale už teď je potřeba říct, že neexistují žádná pevně stanovená pravidla, žádné „správné“ nebo „špatné“, pokud jde o trans, nebinární nebo agender lidi. Například nebinární lidé nikomu nedluží androgynní oblečení. Koneckonců to, že má člověk vousy, z něj nedělá muže, stejně jako to, že si nalakuje nehty, ho mužnosti rázem nezabaví. Vzhled nebo chování člověka neurčuje jeho gender.

INTERSEKCIONALITA

Už jsme řekli, že všechny tyto zkušenosti nestojí odděleně a nemávají na sebe vlajkami na Pride průvodu ze svého políčka na queer spektru. **Jsou silně provázané a tvoří fluidní průsečíky.**

V jednom člověku se spojují všechny zkušenosti, které za život získá, všechny role, které zaujme, veškeré vlastnosti. Původ, barva pleti, vzdělání, ale i gender, sexualita a mnoho dalšího. Váš život neovlivňuje pouze jedna z těchto věcí, ale všechny najednou.

Některé lesby jsou nebinární, někteří genderqueer lidé jsou biromantičtí a asexuální a někteří intersex lidé jsou trans. A někteří z nás pouze tuší, že nejsou cis nebo heterosexuálové, aniž by přesně věděli, jakou mají nálepku. Pro mnohé zkušenosti si teprve vytváříme odpovídající slovník.

Lidé mají ve zvyku všechno škatulkovat a snažit se definovat, i když je někdy příjemnější jen existovat bez jakýchkoli popisů a definic.

V mnoha společnostech po celém světě je sexuální a genderová rozmanitost neoddělitelná od tamní víry a kultury. Osoby s dvěma duchy jsou nedílnou součástí kultury původních obyvatel Ameriky, mezi Maory je takatāpui jedním z mnoha slov označujících queer identitu a judaismus také uznává existenci trans* a intersex osob výrazy ay'lonit a saris, stejně jako androgynos a tumtum.

Pokud jste nyní zvědaví, můžete začít sami pátrat, protože příkladů, v nichž jsou víra, kultura a queer pevně propojeny, je stále nekonečně mnoho.

Důležitá věc, kterou se musíme bezpodmínečně odnaučit, i když je nám vštěpována od narození: muž a žena zdaleka nejsou jedinými možnostmi genderové identity, a to ani na fyzické, ani na sociální úrovni. Trans* a intersex identity jsou toho nejkrásnějším důkazem.

Genderovou identitu lze také chápat jako spektrum, na kterém se nachází trans a cis a existuje mnoho variant. Takže, pokud jste to už neudělali, co kdybyste teď sundali ty možná docela pohodlné, ale už celkem poškrábané binární brýle? **Kromě mužů a žen existuje nekonečné množství identit.**

ZÁJMENA A GENDEROVĚ CITLIVÝ JAZYK

Ještě jsme nedočetli ani první kapitolu a už je zřejmé, že binární svět, ve kterém žijeme, praská ve švech. Jak jste si

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy ***Love, You: Kniha pro tebe.***
Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.