



**Petr Weiss**

**Ivan Hamšík**

# **HAPPYEND**

**Hovory o sexu, vztazích a intimitě**

*mladá fronta*

# Happyend

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na  
[www.mf.cz](http://www.mf.cz)  
[www.albatrosmedia.cz](http://www.albatrosmedia.cz)



MLADÁ FRONTA

**Petr Weiss, Ivan Hamšík**

**Happyend – e-kniha**

Copyright © Albatros Media a. s., 2024

Všechna práva vyhrazena.  
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována  
bez písemného souhlasu majitelů práv.

**ALBATROS**  **MEDIA**

**Petr Weiss    Ivan Hamšík**  
**HAPPYEND**

**Hovory o sexu, vztazích a intimitě**

*mladá fronta*



Šťěstí je volba a šetrnost k planetě také. Pokud budete chtít, aby tato kniha pomohla v životě někomu dalšímu, pošlete ji dál s **[www.restorio.cz](http://www.restorio.cz)**.

Albatros Media podporuje udržitelný rozvoj, který vrací použitým věcem smysl. On-line antikvariát Restorio vaše knihy odkoupí a zaplatí vám ihned – nečekáte, až se prodají. Získané peníze si můžete nechat, nebo si vyberete charitu, kterou jimi podpoříte. V tom případě navýší Restorio částku o 20 %.

Copyright © Ivan Hamšík, 2024

Copyright © Petr Weiss, 2024

ISBN tištěné verze 978-80-204-6413-2

ISBN e-knihy 978-80-204-6420-0 (1. zveřejnění, 2024) (epub)

ISBN e-knihy 978-80-204-6421-7 (1. zveřejnění, 2024) (mobi)

ISBN e-knihy 978-80-204-6416-3 (1. zveřejnění, 2024) (ePDF)

Předmluva

## **BUDEME MÍT SEX I ZA TISÍC LET?**

Často dostávám otázku, jak bude sex vypadat za sto nebo tisíc let. Víte, jsem sexuolog, ne věštec. Přesto je moje odpověď jednoznačná a stoprocentně tomu věřím.

Zachrání nás láska.

Představte si svět, kde nebudeme mít jenom internetovou pornografii, ale i erotickou virtuální realitu a možná i virtuální sex. Představte si svět, kde máme běžně k mání roboty a sexuální panny, které velmi věrně napodobují reakce opravdových žen, případně mužů. Ani nemusíme moc fantazírovat, protože takový svět už vlastně trochu máme a bude se dál zdokonalovat.

Jenže! Když se zamilujeme, nechceme souložit s roboty a robotkami. Když se zamilujeme, nechceme masturbovat při pornografii. Když se zamilujeme, chceme se milovat jenom s tím milovaným člověkem. A chceme se s ním milovat kdykoliv, kdekoliv, za jakýchkoliv podmínek a kašleme na nějaké modelky nebo modely z internetu a sociální sítě.

Takže budoucnost je v pohodě. I kdyby se všechno změnilo, tak zamilovávat se budeme i za tisíc let.

Mezi lidmi koluje, že muži myslí na sex osmnáctkrát za den, a ve slavném filmu *Pelíšky* říká postava Bolka Polívky, že ženy každých pět minut. Nedivme se. Sexualita je základním pilířem osobních i mezilidských motivů v životě každého

člověka. Vždycky říkám, že člověk se narodí i zemře jako sexuální tvor. Erotika, přitažlivost, láska a sex nás provázejí prakticky po celý život. Ovlivňují všechno, co v životě děláme a prožíváme, přinášejí hluboké emoce.

Navzdory tomu o sexu pořád málo mluvíme. Máme obrovský dluh vůči našim dětem, protože v rodině i ve škole se toho o důležitých věcech dozvedí málo anebo v horším případě vůbec nic. A když už se něco dozvedí, tak pozdě, protože začít je potřeba nejpozději v devíti letech.

Máme dluh i vůči sobě, protože o sexu málo mluvíme se svými partnery, protože se stydíme anebo protože jenom *naznačujeme*. Je frustrující, když za mnou do ordinace přijde dobře fungující manželský pár, kterému to ale po třiceti letech neklape v sexu, a zjistím, že si ti dva za ta dlouhá léta neřekli, co se komu líbí, a jak na to.

Ve světě, kde je porno zadarmo na internetu a minimálně občas se na něj dívá téměř každý dospělý, a při vědomí, jak důležitou roli hraje sexualita v osobnostním vývoji a co všechno ovlivňuje, věnujeme sexu paradoxně málo pozornosti.

Není pochyb, že sexuální život podstatným způsobem ovlivňuje duševní zdraví každého člověka. Tato kniha není vědeckou publikací a nezabývá se do hloubky biologickým, psychickým ani sociálním konstruktem naší sexuality. Neohromí vás novým pohledem, ale projde s vámi základní otázky sexuality od narození až do smrti. Něco o tom možná víte, něco ne, možná vám nasvítí nový kontext a souvislosti, které vás nenapadly.

Vysvětlíme si, co je v sexu normální a co už ne. Podíváme se na první projevy a vývoj sexuality, na vzájemnou přitažlivost a na to, co ji ovlivňuje, na monogamii, nevěru, žárlivost a promiskuitu, orgasmus, porno, sexuální orientaci i poruchy a odchylky. Možná lépe pochopíte, co ovlivňuje vaše sexuální

instinkty, postoje i chování, a jak mocná je síla evoluce. Možná lépe pochopíte lidi, kteří mají jiné preference než vy.

A jestli vám kniha třeba jenom trochu pomůže k lepšímu sexu, budu rád. Protože naplňující sex je základ dobrého vztahu.

A samozřejmě láska, nezapomeňte.



# **NENÍ TO UŽ MOC? CO SI V SEXU MŮŽEME DOVOLIT A CO URČITĚ NE**

**Sexuální fantazie, incest a výhled  
na sexuální budoucnost za tisíc let**

**Pane profesore, mám k sexu asi tisíc otázek. Pojdme ale začít tím, co je vlastně v sexu normální?**

Lehká otázka, ale velmi složitá odpověď, která zasahuje do filozofie, etiky i medicíny. Navíc si musíme uvědomit, že legislativa týkající se sexuálních deliktů patří mezi ty, které se nejčastěji mění. Na tom vidíte, že vnímání normality je ve společnosti relativní a proměnlivé. Navíc se liší v různých kulturách.

**Takže definice normalnosti se mění?**

Přesně tak. Normalitu sexuálního chování můžeme posuzovat z historického, filozofického, medicínského, psychologického a dokonce i statistického hlediska. A pokaždé bude ta definice trochu jiná.

**Mohli bychom to shrnout jako něco, co není pevně dané, ale spíše flexibilní?**

Ano, přesně tak. Normalita je dynamický koncept, který se neustále vyvíjí.

**To jste mi to zatím moc neulehčil. Tak začněme rozdíly mezi kulturami. Dnes je přísně zakázán pohlavní styk mezi příbuznými v přímém pokolení.**

Přesně tak. Zákon postihuje pohlavní styk mezi rodiči a dětmi nebo mezi sourozenci. To ale zdaleka neplatilo pro všechna historická období. Například faraoni nebo vládci Inků mohli uzavírat manželství pouze se svými sestrami. Důvody nebyly ani tak sexuální, spíše ekonomické a mocenské, aby se nedělil majetek a moc zůstala v rodině.

**A jak je to v různých kulturách dnes?**

U některých tichomořských národů byly incestní vztahy povolene během určitých slavností, a byly dokonce považovány za sakrální, tedy posvátné. Naopak u židů byly příbuzenské styky zakázány až do šesté generace. Incestní tabu snižuje pravděpodobnost výskytu dědičného znaku, který vede ke zdravotním poruchám. Incestní vztahy navíc velmi silně narušují partnerské a mezigenerační vztahy v rodinách.

Stejně rozdíly vidíme například i pro nekrofilní chování. Styky s mrtvolami jsou doloženy. U některých tichomořských národů je dokonce povinný styk se ženou těsně po její smrti.

**To jsem snad ani nechtěl vědět!**

Vedou je k tomu náboženské důvody.

**Říkáte, že normy se výrazně liší napříč kulturami a časem. Můžete to popsat?**

Ano, normy jsou velmi relativní. Například pohled na homosexualitu se velmi liší, a ty rozdíly jsou obrovské. V osmi islámských zemích se homosexualita dodnes podle koránu striktně trestá smrtí, nejlépe shobením z nějaké výškové budovy. V naší euroatlantické kultuře je přitom homosexualita od sedmdesátých let minulého

století vyškrtuta ze všech seznamů duševních a sexuálních poruch a je považována za něco nejenom přijatelného, ale za pouhou variaci normálního sexuálního chování a orientace. U nás bylo homosexuální chování sice dekriminlizováno v roce 1961, ale v zákonodárství zůstal paragraf, který diskriminoval homosexuální styky vůči heterosexuálním, například věkovou hranici osmnácti let. Slouží ke cti českému parlamentu, že prvním zákonem po svobodných volbách v roce 1990 tuto diskriminaci zrušil.

### **Pojďme se držet současnosti a našeho prostředí. Jaká je definice normálních vztahů a legálního sexu?**

Základní podmínkou je konsensualita, tedy souhlas všech zúčastněných. Naprosto zásadní a nutný! Vylučuje z normy například zoofilní chování, protože zvíře jaksí nemůže poskytnout informovaný souhlas. Dále je důležitá zralost, a to tělesná i psychická. Což zase vylučuje sexuální styky s dětmi. Třetí podmínka říká, že sexuální chování nesmí vést k tělesnému ani duševnímu poškození. A konečně, v našem kulturním kontextu je nenormální incest, o kterém jsme už mluvili.

### **Jsou tyto podmínky hierarchicky uspořádané?**

Ne. Myslím, že jsou rovnocenné. Porušení jakékoliv z nich vede k tomu, že takové chování považujeme za nenormální.

### **Podíváme se na čtyři podmínky trochu detailněji. Jako první jste uvedl oboustranný souhlas, což je dnes aktuální téma. Velmi silně zaznívá, že by se měla pravidla zpřísnit a jako znásilnění by se mělo trestat dosud tolerované jednání. Na druhou stranu to mnoho lidí zlehčuje.**

Současný trend v našem civilizačním a kulturním okruhu je jednoznačný. Směřuje k nutnosti vyjádření jednoznačného souhlasu se sexuálním stykem. Myslím si, že souhlas je naprosto

v pořádku! Každý styk bez souhlasu obou partnerů je prostě znásilnění. A neexistuje žádná výjimka, žádná možná relativizace. Ve starší definici byl za znásilnění považován jenom styk, při kterém agresor nějakým způsobem překonal nesouhlas partnera nebo partnerky. To už v dnešní době neobstojí. Ještě jednou zdůrazňuju, že normální sexuální chování vždycky vyžaduje výslovný souhlas obou partnerů.

### **Ted' se ale bude muset vyřešit, jak takový souhlas má vypadat a jak se bude dokazovat?**

Ještě to není úplně vyjasněné ani v celospolečenských diskuzích. Existuje například snaha zajistit si tento souhlas písemně ještě před sexuálním stykem.

### **Chápu, to asi chtějí právníci. Jak by to mělo vypadat?**

Oba partneři by museli vyplnit dotazník, nejlépe ve formě „vaginální styk: ANO, orální styk: ANO, anální styk: NE, opakovaný styk: NE“.

### **Nechci to vůbec zlehčovat, ale to si nedokážu představit. Jedině snad pomocí nějaké aplikace v mobilu?**

Není to příliš šťastné řešení. Většine lidí by to mohlo velmi silně narušit spontánnost milování.

### **Možná v tom mladá generace najde nějaký cool trend. Kluci se budou vytahovat, že jim už holka dopředu poslala „zelenou fajfku“.**

Nepřijde mi to moc vzrušující, vám jo? Každopádně podobné snahy existují ve Švédsku, Dánsku nebo na některých amerických univerzitách, kde zjevně už došlo k mnoha obviněním ze znásilnění, které se samozřejmě velmi těžce dokazuje, když jsou u toho jenom dva partneři. Proto se hledá nějaké právní řešení.

**Nechci vám nijak napovídat, ale nezlikvidujeme si tím romantiku v namlouvání? To se přece děje skrytě. Nezvu ženu do postele na sex, ale na večeri.**

Samozřejmě že ničíme romantiku. Obětujeme ji na oltář politické korektnosti a prevence. Abychom si rozuměli, já to nijak nehodnotím, jenom konstatuju, a to pouze ze svého odborného hlediska. Nedávno za mnou přijel na návštěvu můj bývalý doktorand. Venezuelan, který před prezidentem Hugo Chávezem utekl ze své země do Norska, kde pracuje jako lékař, psychiatr. Vyprávěl mi: „U nás v Norsku by si žádný muž nedovolil oslovit ženu. Nebo ji někam pozvat. A už vůbec ne ji políbit. Musí čekat, až tu iniciativu vyvine žena.“

**No a vadí to, že iniciativní je žena?**

Vede to k tomu, že muži se začínají bát. U násilníků jenom dobře, ale chceme, aby to bylo normou? Z evolučního pohledu je to nepřirozené! Později si vysvětlíme, co jsou to rodičovské investice. Tady jenom stručně: ženy mají tyto investice mnohonásobně větší než muži. Zahrnují těhotenství, porod, kojení, starost o potomka. Proto si mnohem pečlivěji vybírají partnera. V přírodě to funguje tak, že samci kvůli tomu musejí soutěžit o reprodukční přístup k samičce. Muži by měli být z evolučního hlediska aktivnější a iniciativnější při seznamování. Muži soutěží, žena si vybírá.

**Jestli jsem to pochopil, tak pokud muži nebudou soutěžit, žena bude mít horší výběr? Nebo bude muset být lovkyní?**

Ano. Je to úplně postavené na hlavu.

**Není to jenom zastaralá teorie? Třeba se ve skutečnosti ukáže, že to nově bude fungovat dobře?**

Řeknu vám konkrétní příklad ze Švédska. Jak asi víte, v šedesátých letech probíhala takzvaná sexuální revoluce, volná láska,

ženy začaly balit muže a byly ty aktivnější. Z té doby mají ve švédských sexuologických ordinacích zdokumentovaný velmi prudký nárůst mužů s erektilními dysfunkcemi.

### **Co byste tedy doporučoval?**

Když to zjednoduším: ze společenského hlediska je opatrnost na místě. Nicméně z biologického nebo evolučního pohledu je to nesmysl a může se nám to v budoucnu vymstít. Zatím ale nikdo neví, jak to vyřešit.

### **Než se nějaké řešení najde, co vy byste se svými zkušenostmi poradil mladému páru, který chce mít sex?**

Rozhodně bych mladým mužům doporučil, aby respektovali přání partnerek. Nemusí to snad být v písemné podobě. Ale pokud partnerka řekne ne, měli by to respektovat. Protože víme velmi dobře, že hranice, kam chce jeden z partnerů v nějaké konkrétní situaci dojít, se mohou velmi lišit.

### **Druhou podmínkou normálního sexu jste zmínil fyzickou a psychickou vyspělost obou partnerů. Nejsou dnes mladí lidé fyzicky vyspělí mnohem dříve než před sto lety?**

To je jeden pohled. Můžeme se na to ale dívat úplně obráceně. Uvažte, že zatímco dnes je člověk považován za dítě ještě do osmnácti let, tak za biblických časů byl „dospělý“ už ve třinácti. A to i z hlediska společenského.

### **Kdy je tedy člověk fyzicky dospělý?**

V minulosti byla žena považována za dospělou ve chvíli, kdy menstruovala a byla schopná zplodit dítě. Muži by mohli být považováni za dospělé už v případě první ejakulace. Což ale ještě nemusí znamenat, že jsou zralí pro pohlavní styk.

**No nejenom to! Už chápu, že kromě fyzické vyspělosti je nezbytnou podmínkou také vyspělost psychická.**

Kromě psychické zralosti bych ještě řekl „sociální“. Protože dneska lidé často sociálně dozrávají až po promoci na vysoké škole.

**A někdy ani to ne.**

Přesně tak.

**Jak byste popsal sociální vyspělost?**

Když jste schopen samostatně fungovat v daných kulturních a sociálních podmínkách. To znamená, že nejste závislý na rodičích a dokážete se postarat o sebe, děti a rodinu. Umíte společensky plnohodnotně fungovat.

**Hm, to je dneska dost složité.**

Vidíme, že mladá generace z různých důvodů zůstává například dlouhodobě bydlet s rodiči.

**Tak to ale nemusí být sociální nevyzrálostí. Jak to mají udělat, když nevydělavají dost peněz na odstěhování, i když pracují?**

Možná. Zároveň k tomu vede příliš liberální výchova. Trendy jasně ukazují, že rodiče často nevedou děti k pocitu zodpovědnosti a k chápání povinností. Jako obvykle, je to myšleno dobře, ale ve výsledku extrémně liberální výchova dětem moc neprospívá.

**Myslíte si, že se navíc rozevírají nůžky mezi fyzickou a psychickou vyspělostí? Zejména dívky tělesně dospívají brzy, ale společensky naopak později než dřív. O klucích ani nemluvě.**

Je to hodně individuální. Znáám dívky, které jsou skutečně dospělé v šestnácti nebo sedmnácti. Ale taky znám lidi, kteří nejsou dospělí ani ve třiceti nebo čtyřiceti. Dneska by určitě nikoho

nenapadlo ženit třináctileté chlapce, na druhou stranu vidíme, jak se odsouvá věk sňatku. Zvláště u žen nejsou svatby po třicítce moc pozitivní trend, protože vinou toho narůstá počet párů, které mají potíže s početím. Ženy jsou jednoznačně na vrcholu fertility od osmnácti do dvaceti let, ale rozhodně ne po třicítce. A dnes je průměrný věk prvorodičky vyšší než třicet let.

**Pojďme si sebekriticky říct, že ani my muži tomu moc nepomáháme. Kde mají ženy hledat mladého, ale vyzrálého muže?**

Stejně jako u žen je to individuální. Rozhodně si myslím, že by nebylo úplně od věci vést mládež k větší odpovědnosti za vlastní životy. Zároveň je pravda, že starší generace byla historicky pokaždé nespokojená s tím, jak se mládež chová a jaké má názory. Nakonec se to vždycky nějak vyřešilo. Zároveň uznávám, že dnešní mladí lidé to mají těžší.

**V čem?**

Společnost je mnohem komplikovanější ze všech možných hledisek. Co všechno se musí naučit, aby ovládli dnešní svět, aby se naučili všechny systémy, které potřebují! Když jsem vyrůstal, bylo to hrozně jednoduché. Tam byli oni a tady jsme byli my. Nepřítel byl jednoznačný. Komunisti. A my jsme se stýkali jenom s těmi, kdo měli stejné názory jako my. Ze sociální psychologie víme, že společný nepřítel je tím nejlepším tmelem sociálních skupin. Společný nepřítel nám trochu chybí.

**Už jsme probrali oboustranný souhlas a psychickou a fyzickou vypělost. Třetí podmínkou normálního sexu je, aby nepoškozoval zdraví.**

Zrovna tato podmínka je do jisté míry relativní, protože některé partnerské sadomasochistické praktiky nejsou považo-

vány za něco nenormálního. Nicméně, pokud budeme považovat lidskou sexualitu a sexuální chování primárně za snahu o reprodukci, což je konečný cíl většiny sexuálního chování v přírodě, některé sadomasochistické praktiky jsou tomuto cíli na hony vzdálené. Krajní polohy jako skarifikace, tedy vytváření jizev, pálení nebo propichování částí těla mohou vést k potenciálnímu poškození. Z tohoto hlediska to není úplně „nejnormálnější“ chování. Nicméně pokud se jedná o dva dospělé a souhlasící jedince, je to zcela přijatelné. Což je charakteristika partnerského sadomasochismu.

### **Pokud se dva lidi dohodnou na nějakém brutálním poškozování zdraví, je to v pořádku? Nebo existuje nějaká hranice?**

Jak asi chápete, hranici nelze určit. Podle mě je zásadní a nadřazený ten vzájemný souhlas. Pokud ale vezmeme v úvahu, že sexualita je z biologického pohledu zaměřená především na reprodukci, potom nám sadomasochistické chování jaksi *nehraje*. Mnozí by ale namítli, že tento postoj je příliš redukcionistický, zjednodušující postoj k normalitě. Optikou biologické normy by nám potom z normálního chování vypadla homosexualita, ale nejenom ta, do normálního chování by se nám nevešel ani pohlavní styk se ženou po přechodu, když už nemohou mít děti. A v extrémním případě by nemohl být považovaný za normální ani pohlavní styk se ženami, které používají antikoncepci.

### **Ano, už jsem to pochopil!**

Můžu ještě pokračovat. Pro zkoumání normality můžeme využít i další použitelné normy, například normu statistickou. Normální je podle ní jev s nejčastějším výskytem. Když to dovedu do extrému, pak by normální nebylo ani homosexuální chování, protože je výrazně menšinové. Jenže stejně tak by byl

nenormální člověk, který nemá v puse ani jednu plombu, jelikož naprostá většina lidí v naší společnosti nemá v dospělosti dokonalý chrup. No a mohli bychom to nazvat patologií?

### **Asi nemohli. Ale zní to komicky: Mám patologicky zdravé zuby, ani jedna plomba.**

To je skvělé, i když z hlediska statistické normy to jistě je patologické.

### **Už nám zbývá poslední podmínka normalnosti, a tou je nepřijatelnost incestu.**

Je to kulturně podmíněná norma, ale má i biologické opodstatnění. Podle *Westermarckova efektu* se blízcí příbuzní sexuálně nepřitahují, zejména v nukleární rodině, to znamená mezi rodiči a dětmi a mezi sourozenci navzájem. Finský antropolog Edvard Westermarck v devatenáctém století zjistil, že lidé, kteří spolu v mládí vyrůstají, zejména do 30. měsíce, si eroticky *nevoní*. Stejný efekt dokonce platí i u lidí, kteří nejsou příbuzní, jenom spolu dětství prožili.

### **Jak je tedy možné, že se takové případy dějí?**

Nejtěsnější vztah panuje mezi matkou a dítětem, takže incesty mezi nimi jsou výjimečné. Opakem je vztah mezi dcerou a otcem, protože někteří tatínkové v raném dětství dcery zkrátka nebyli fyzicky přítomni. Byli na vojně, na montážích, pracovali v zahraničí a domů jezdili jenom na víkend. A tito tatínkové se pak nejčastěji chovají incestně.

### **Kromě toho, že jde o trestný čin, dá se říct, že i příroda se těmto vztahům brání?**

Každý živočišný druh má mechanismus, jak se vyhnout *inbreedingu*, tedy rozmnožování v blízkém příbuzenstvu. Napří-

klad šimpanzi jsou *patrilinéární*. To znamená, že když samička dospěje do reprodukčního věku, odchází a přidává se k jiné tlupě šimpanzů. Sloni jsou naopak *matrilinéární*, jejich stáda jsou tvořena jenom matkami a mláďaty. U slonů při dosažení reprodukčního věku odchází od stáda sameček.

**Téma incestu se často objevuje v populární kultuře. Napadá mě třeba kontroverzní novela *Betonová zahrada* od slavného britského spisovatele Iana McEwana. Čtyřem sourozencům zemře otec a později i matka. Ze strachu, aby nemuseli do nějakého ústavu, ututlají smrt rodičů, matku ve sklepě zalijí do betonu a pokoušejí se žít sami. Mezi bratrem a sestrou vznikne právě incestní vztah. Je na incestu něco zvráceně přitažlivého?**

Sourozenecký vztah je pravděpodobně nejčastějším případem incestních vztahů. Jedna moje studentka...

**Teď mi zatrnulo, že na ni jdete něco prozradit!**

Takže moje studentka zjistila, že téměř šest procent českých žen a mužů v dětství nebo během dospívání prožilo incestní vztah. Nejčastěji to bývá v podobě starší bratr a mladší sestra. Tento typ incestu zanechává obvykle nejméně negativních následků na psychice a sexualitě zúčastněných. Na rozdíl od vztahu mezi otcem a dcerou.

**Vztah mezi bratrancem a sestřenicí považují v některých zemích za incest, u nás je to legální. Je to tabu, nebo ne?**

Takový vztah nepodléhá zákonnému zákazu pohlavního styku mezi příbuznými. Pravděpodobnost zdravotního poškození potomků je velmi malá, protože bratraci a sestřenice spolu sdílejí pouze dvanáct a půl procenta genů. Manželství mezi nimi není nic nenormálního.

**Tak máme za sebou všechny čtyři podmínky normalnosti. Když se podíváme do minulosti, jak se vyvíjejí? Spíše k větší volnosti, nebo se zpřísňují?**

Z medicínského hlediska ubývá deviací.

**Asi tím ale nemyslíte, že by se populace *polepšila*?**

Máte pravdu. Je to tím, že některé sexuální projevy už dnes nejsou považovány za deviantní.

**Z jakého důvodu?**

Protože se liberalizuje pohled na to, co je a co není normální. Tak například z nového oficiálního seznamu poruch sexuální preference Světové zdravotnické organizace úplně vypadl transvestitismus, při kterém je muž vzrušován tím, že se převléká do ženských šatů, přestože se i nadále cítí být mužem. Toto už není považováno za poruchu. Nebo když někoho vzrušuje místo dospělé ženy její podprsenka nebo kalhotky. To znamená, že fetišismus už není podle nové medicínské klasifikace považován za deviaci.

**Jak se na takovou liberalizaci díváte? Můžeme to brát pozitivně, protože ubývá lidí se sexuálním stigmatem. Ale zároveň můžeme mít obavy, kam až to povede?**

Úplně stejně se argumentovalo, když většina zemí v Evropě povolila registrované partnerství nebo manželství stejnopohlavních párů. Kam tohle povede, vždyť to uškodí rodině nebo heterosexuálům! říkalo se tehdy. A stalo se to? Ne. Nestalo se vůbec nic! Jen se pomohlo určité skupině lidí, kteří předtím byli společensky handicapováni.

Zároveň se ovšem domnívám, že například pedofilie, patologická sexuální agresivita nebo nepartnerská forma sadismu nebudou nikdy považovány za normu. Porušují totiž naprosto zásadně podmínky normality.

**Jinými slovy, navždy zůstanou některé pilíře, přes které takzvaně nejede vlak?**

Ano! A to je vzájemný souhlas a zralost partnerů.

**Napadají vás ohledně normalnosti nějaké myty? Něco, co si všichni myslí, ale přitom je to nesmysl?**

Například že anální styk provozují hlavně gayové. Tak to vůbec ne! Podle některých výzkumů jsou anální styky stejně běžné u heterosexuálů. Navíc zdaleka ne každý gay anální styk praktikuje nebo preferuje.

**Kdybychom si normalnost vymezili negativně, co je jejím opakem?**

Zjednodušeně řečeno všechno, co považujeme za poruchu. To je medicínský pohled. Společensky je opakem normalnosti to, co porušuje morálku. A minimum morálky je kodifikováno v zákoně.

**Mnoho žen a mužů občas prožívá sexuální fantazie, které je mohou děsit nebo znepokojovat. Říkají si: není to už moc? Jsem normální? Měli by se v takovém případě rovnou objednat k vám do ordinace?**

Pokud jsou zneklidněni vlastní sexualitou, skutečně by měli vyhledat odborníka. Ten je s největší pravděpodobností uklidní, že je všechno v pořádku. Anebo jim poradí, jak postupovat, když jejich preference budou menšinové. K tomuto účelu například sloužil *Program Paraflik*, který byl k nalezení na internetu s výstižným popisem „Nemůžete za své pocity, můžete za své činy“. Byl zaměřený na nedelikventní devianty.

**Co to znamená *nedelikventní deviant*?**

Například pedofil, kterého zneklidňovalo, že sice nikdy nic nespáchal, nikdy nezneužil dítě, ale preferuje sledování dětské

pornografie. Tím se může dostat do závažných problémů, protože stahování nebo vyměňování dětské pornografie je trestné. Program pomáhá těmto lidem v sexuologických ambulancích, aby si udělali jasno ve svých preferencích. Přitom podle mých klinických zkušeností je jenom jeden z deseti násilníků, stíhaných za zneužití dítěte, pedofil. Naprostá většina těchto predátorů nebo abuzerů dětí jsou muži, kteří jsou *šišatí* jinak než sexuálně. Ale k tomu se ještě podrobně dostaneme v další kapitole.

**No, na tu kapitolu se moc netěším... Po pravdě, když jsem se vás ptal na sexuální fantazie, neměl jsem na mysli zrovna ten největší extrém. Myslel jsem fantazie, které nepřekračují zákon, ale pro někoho usudlejšího jsou třeba dost odvážné. Doporučil byste je ponechat ve fantaziích, anebo se pokoušet je uskutečnit?**

Sexuální fantazie máme dvojího druhu, buď masturbační, nebo takové, kterým říkáme denní snění. Kromě toho existují ještě sexuální nebo erotické sny. Sexuální fantazie považuju ve své praxi za naprosto nejdůležitější, protože masturbační fantazie jsou královskou cestou k diagnóze.

**To nezní moc povzbudivě!**

Když za mnou někdo přijde s tím, že neví, jestli náhodou není pedofilně orientovaný, první otázka by měla znít: Koho si představujete při masturbaci? Protože tam leží odpověď. Poměrně často se mi stává, že se mě v ordinaci ptají mladí muži, jestli náhodou nejsou homosexuálové. Mají k tomu různé důvody, například je někdo homosexuálně zneužil nebo měli v noci homosexuální sen, a to je znejistilo.

### **A chtějí od vás, abyste je vyšetřil a rozhodl?**

K tomu nám pomáhá čtyřstupňový model, který jsem si vytvořil pro určení sexuální orientace, ale nakonec i pro parafilie. Na prvním stupni mám nejméně spolehlivé kritérium, tedy běžně pozorovatelné chování: kdo s kým spí.

### **Vidíte, to by mně přišlo amatérsky jako dost rozhodující.**

Jenže když spím s muži, ještě to neznamená, že jsem homosexuál, a naopak, sex se ženami nemusí potvrzovat, že jsem heterosexuál. Takové jednání nepotvrzuje sexuální orientaci, protože někdo se třeba jenom snaží adaptovat na většinovou sexualitu. Takže ne! Toto není spolehlivá metoda.

### **Dobře, co tam máme dál?**

Spolehlivější je odpověď na otázku, s kým si představuju sex, tedy masturbační fantazie. Jenže ani to nemusí být spolehlivé. Lidé se často pod tlakem společnosti nutí do nepreferovaných fantasií. Cítí, že jejich představy odporují náboženským nebo ideologickým normám, a proto se klidně i gay může nutit do heterosexuálních fantasií. Velmi spolehlivé jsou poluční sny, což je třetí stupeň mého modelu. Mladí muži mají občas při erotických snech poluce, výrony semene ve spánku. Do toho už nemůžeme tolik zasahovat rozumem a naše vlastní cenzura je ve spánku dost oslabená. Nicméně i tak platí, že až tři homosexuální poluční sny za život ještě nemusí znamenat homosexuální orientaci. Tvrdí aspoň psychoanalytici.

### **Jsem napnutý, co je tedy nejspolehlivější?**

Myslel jsem, že vám to dojde. Nejspolehlivější je citová rovina. Do koho se zamilovávám! Jestli do mužů, nebo do žen. To se nedá oklamat. Vůlí se můžeme nutit do nepreferovaných fantasií, ale vůlí se nikdy nepřinutíme zamilovat se. Tam je ta

hranice, která určuje naši sexuální orientaci. Láska je nejdůležitější sexuologické kritérium!

**Páni, to je romantické! Ale pořád mi utíkáte z otázky na odvážné sexuální fantazie...**

Tuto otázku kladu na mnoha mezinárodních kongresech. Měl by být pedofil podporován v tom, aby masturboval s pedofilními fantasiemi a vybíjel se tak? Naplní si deviantní potřeby na fantazijní úrovni a pak hrozí menší nebezpečí, že reálně zneužije dítě? Nebo naopak platí, že když budeme podporovat naše pacienty v deviantních fantasiích, hrozí nebezpečí, že se rozjedou a přestane jim to stačit? Kladu tuto otázku předním světovým expertům, ale jednoznačnou odpověď jsem nikdy nedostal. Je to asi velmi individuální, záleží na konkrétním pacientovi. Zkušený sexuolog by si s tím měl poradit.

**Pane profesore! Chápu, že každý den pracujete s parafiliky, ale já se vás ptám na odvážné, ale pořád běžné sexuální fantazie. Třeba na skupinový sex. Máme je potlačovat?**

Dobře, dobře, už vám odpovím. Doporučuju krásnou knihu naší kolegyně Hany Fifkové *Erotické představy žen*. Zejména muži by si ji měli přečíst všichni!

**Provedu! Co se tam dočtu?**

Zjistíte, že ženy mají širokou zbraňku erotických fantasií. Například i fantazie jako třeba drsný sex nebo znásilnění. Jenže naprostá většina těchto žen by v reálném životě naplnění těchto fantasií neuvítala!

**A jak je to u mužů?**

Pokud jsou takzvaně normální, celkem nepřekvapivě jsou ve svých fantasiích podstatně jednodušší než ženy. Zatímco ženy

mají erotické fantazie často spojené s jedním partnerem, muži touží po větší variabilitě sexuálních partnerek. Ovšem pozor! Pokud nejsou v období zamilovanosti. Takové štěstí zažije člověk v průměru třikrát za život a zamilovanost trvá rok, maximálně tři roky.

### **Proč muže přitahuje rozmanitost partnerek?**

Naprosto základním důvodem rozdílů mezi ženskou a mužskou sexualitou jsou rodičovské investice, o kterých už jsme trochu mluvili. Ženy mají během dospělosti asi 400 vajíček schopných fertilizace. Každým pohlavním stykem riskují oplodnění, devět měsíců těhotenství, těžký porod, na který se v minulosti umíralo, potom kojení dítěte a starost o něj. Ženské rodičovské investice, biologické, psychologické a ekonomické jsou zásadně větší než u mužů, protože u mužů jsou v jediné ejakulaci miliony spermií a mužská investice do reprodukce často spočívá v jednom úspěšném pohlavním styku. Bez závazků k potomkovi. Mezi počtem spermií a počtem vajíček a mezi tou rodičovskou investicí mužů a žen panuje v přírodě opravdu obrovský nepoměr.

### **Říkáte „v přírodě“. To zní, jako kdyby s tím člověk nemohl nic dělat?**

Moc nemůže. Máme to v sobě evolučně zakódováno. Ženy si pro úspěšnou reprodukci musejí pečlivě vybírat, musí se chovat velmi selektivně a pokud možno si vybrat muže s nejlepší genetickou dispozicí. A nejenom to, taky s dobrým přístupem ke zdrojům, s ochotou se s ní o tyto zdroje dělit a pečovat o ni a o její potomky. Naproti tomu muž může rozsévat semeno během anonymních a nezávazných styků. Vidíme to například v případech mimomanželských styků. Muži jsou často k údivu svých manželek nevěrní se ženami, které jsou méně hezké, méně chytré, méně kvalitní, než je jejich stálá partnerka.

### **Předpokládám, že ženy...**

... ano! Ty jsou obvykle nevěrné s geneticky kvalitnějšími muži. Ženy toho riskují hodně, muži minimálně.

### **Vysvětlete mi jeden rozpor. Mluvíte o tom, že ženy mají výběr muže evolučně zakódovaný. Na druhou stranu se ženy emancipují a chováním se přibližují mužům, například i tím, že provozují vztahy na jednu noc. Tak jak to je?**

Evoluce pořád pokračuje. Archeologické nálezy ukazují, že v pravěku byly rozdíly mezi mužskou a ženskou kostrou podstatně větší než dnes. Ženy se výškou i hmotností přibližují mužům, takže muži a ženy se sbližují nejenom sociálně, ale i biologicky! Takzvaný pohlavní dimorfismus, dvojtvárnost, se stírá.

### **Z jakého důvodu se to děje?**

Způsobují to životní podmínky, strava, prostředí a možnosti rozvoje. Poslední výzkumy bohužel ukazují, že klesá ochota k milování a partnerskému sexu. Jedním z možných vysvětlení může být právě to, že většinové muže a ženy na tom druhém eroticky přitahuje právě to, čím se liší. A nikoli to, v čem jsou stejní.

### **Mám trochu obavu, že se blížíme k naprosto pesimistickému konci kapitoly. Když to takhle půjde dál, ženy a muži budou téměř stejní, přestanou mít sex a vymřeme. Nebo ne?**

Ano, to se nabízí. Můžeme bědovat, jak to skončí, když mladí lidé místo milování a navazování partnerských vztahů sedí doma u počítače, sjíždějí porno a místo milování masturbují. Kam to proboha povede? Jenže nesmíme zapomínat na jednu podstatnou věc, o které jsme už mluvili.

### **Asi bych si to měl domyslet, ale opět mě nic nenapadá!**

Zachrání nás láska. Když je člověk zamilovaný, kašle na porno, kašle na sociální sítě, kašle na masturbaci. Chce se milovat se svým partnerem. Takže budoucnost je v pohodě. Protože věřím, že zamilovávat se budeme i za tisíc let.

---

## ŠŤASTNÝ KONEC

---

**Co je v sexu normální.** Normálnost sexuálního chování je relativní a proměnlivá, mění se podle kultury, času a právních norem. Klíčová je konsensualita: oba partneři musí souhlasit se sexuálním stykem.

**Kulturní rozdíly v sexu.** Incest je v naší kultuře zakázán, ale v minulosti a v jiných kulturách měl odlišný význam. Homosexualita je v některých zemích trestána smrtí, zatímco v jiných je akceptována jako variace normální sexuality.

**Podmínky normálního sexu.** Oboustranný souhlas, fyzická a psychická vyspělost, nepoškození zdraví a nepřijatelnost incestu.

**Sexuální fantazie.** Fantazie jsou normální a běžné. Pokud vás zneklidňují, poraďte se s odborníkem. Některé je lepší v zájmu zdravého vztahu nerealizovat, ale ponechat pouze ve fantaziích.

**Budoucnost sexu a lásky.** I přes změny ve společnosti a v sexuálních normách zůstává láska klíčovým faktorem, který nás spojuje a motivuje k vytváření partnerských vztahů. Láska je silnější než jakékoli technologické či společenské změny.

---

## 2. kapitola

# **POLUCE, EJAKULACE, PANNY A CHARLIE CHAPLIN**

**Turecký sultán nepotřeboval masturbovat.  
V čem je tajemství první soulože  
a proč se ženám obvykle nelíbí**

**Říkáte, že člověk je sexuálním tvorem od narození až do smrti. Začneme tedy od narození. Jaký je zdravý sexuální vývoj? Existuje vůbec něco takového?**

Asi bych neříkal *zdravý*, ale rozhodně známe typický sexuální vývoj. Z kapitoly o normalitě už víte, že definice a měřítko se v průběhu času mění. Typický pohlavní vývoj se rovněž historicky mění.

Už u několikátýdenních chlapečků můžeme pozorovat erekci, u několikaměsíčních holčiček byly popsány masturbace. Mačkají k sobě stehýnka, pak zrudnou, zrychleně dýchají a nakonec se uvolní. Z toho plyne, že určité formy sexuálního chování existují i u dětí.

**Zajímá mě ještě ten opačný konec, ať hned probereme oba extrém. Jak jsme na tom se sexem na sklonku života?**

Stejně. Podívejte se na Charlieho Chaplina, který zplodil své nejmladší dítě v 73 letech. Mimochodem, tehdy se mu narodil syn Christopher, který později hrál ve filmu *Labyrint* režiséra

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy **Happyend**.

Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.