

# 6. díl Od zrození ke smrti...

## Brána druhá – PUBERTA



Text:  
Lucie Suchá  
Groverová

Koukněte na:  
[www.sweb.cz/luciegroverova](http://www.sweb.cz/luciegroverova)

*V průběhu našeho života procházíme několika důležitými portály – bránami. Je důležité jimi projít proto, abychom celistvě uzavřeli jedno období života a mohli se posunout do období dalšího.*

Prošli jsme z období prenatalního života Bránou, kterou nazýváme porod, a prožili jsme období dětství. Nyní nás čeká další Brána, kterou vstoupíme do období dospělosti. Období, kdy stojíme už na svých vlastních nohou a život máme ve svých rukou. Vstupme tedy do druhé Brány a projděme procesem, kterému říkáme PUBERTA.

Když si zadáte tento termín do vyhledávače, dozvíte se, že jde o:

- stadium dospívání,
- období dosahování pohlavní a psychické zralosti,
- období afektivní nevyváženosti,
- etapu zvýšeného vnitřního napětí a hormonálních bouří.

Když se ocitnete v tomto úseku života vašeho proměňujícího se dítěte v pozici rodiče, začnete si postupem času velmi zřetelně uvědomovat, že je něco „jinak“ než v předchozích letech. Pokud budete mít potřebu se prostřednictvím svých přátel nebo sociálních sítí v tomto období nějak zorientovat, může se stát, že narazíte na věty typu: Tímto obdobím nelze projít jinak než pod vlivem alkoholu. Pijte málo, ale pravidelně.

Neuspokojí-li vás tato varianta, máte občas pocit, že se bezmocně houpete na moři hormonálních bouří vašeho pubescenta a čas od času zažíváte mořskou nemoc. Občas je vám z všudypřítomného vnitřního napětí tak mizerně, že máte chuť volat o pomoc.

Ocitnete-li se v tomto období v roli člověka přecházejícího z dětství do dospělosti, můžete prožívat pocity velmi podobné. Na obou stranách se může dostavit strach z neznáma. Dosaďadlný životní styl a nastavení rolí bere za své, dny, měsíce, roky uplynulé jsou minulostí, přítomnost je velmi proměnlivá, plná zkoušení a hledání a budoucnost zdá se prozatím neuchopitelná.

Můžete ale také toto období prožít poněkud jinak. Můžete kdesi v mlze zahlédnout onu Ariadninu nit. Manuál, který už jste obdrželi v první Bráně života.

Puberta je v podstatě analogie porodu. Zahájí poslední etapu života dítěte v rodině, stejně tak jako tzv. poslíčky zahajují porod.

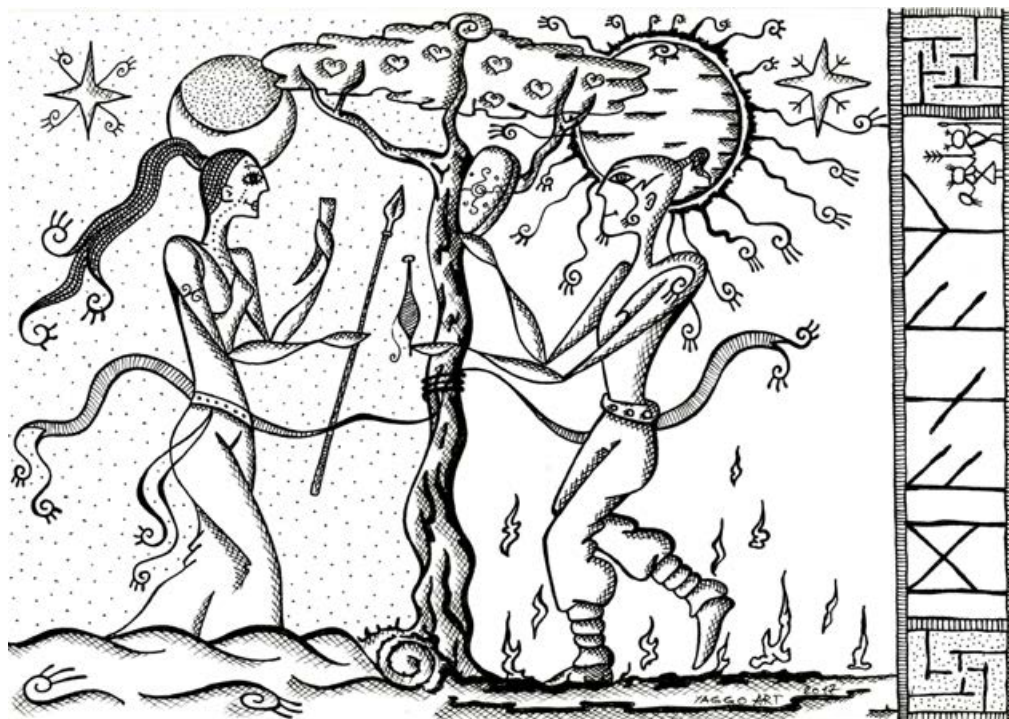
Proces se ve svých základních parametrech opakuje jen na vývojově vyšší úrovni. Rodinu v tuto chvíli můžeme přirovnat k děloze. Dítě se postupně uvolňuje. Vzpomínáte, jak si dítě přicházející na svět přirozeným procesem musí najít svoji vlastní dynamiku a polohu? Vzpomínáte, jak je jeho úkolem o té dynamice a stále měnících se polohách předat zprávu matce a jejím úkolem je se přizpůsobit, být přítomná, uvolněná, respektující, spolupracující, se schopností tu ohromnou životní energii procházející jejím tělem vypouštět prostřednictvím dechu, zvuků,

zpěvu? Víme už, že aby toho byla žena-maminka schopná, potřebuje se cítit bezpečně. Víme, že aby mohla vytvářet potřebné zázemí, potřebuje zázemí vytvořené mužem. Jeden bez druhého a třetího se neobejdou.

Abychom my všichni zúčastnění prošli tímto procesem dospívání bez újmy, poškozeného sebevědomí a vzájemně narušených vztahů a pluli na vlně komplexního procesu, během kterého je veškeré dění a interakce na okolí přirozeně velice integrované a koordinované, potřebujeme opět již v předešlých dílech zmíněné vzorce chování:

**ŽIVOTNÍ SÍLA, SEBEVĚDOMÍ, CITLIVOST, SPOLUPRÁCE, VZÁJEMNÝ RESPEKT, ROVNOVÁHA, PŘIZPŮSOBIVOST, PŘÍTOMNOST, UVOLNĚNÍ, DECH, DŮVĚRA, VLASTNÍ TEMPO, VLASTNÍ POLOHA, AKCE, RELAXACE, SOUSTŘEDĚNÁ POZORNOST, SCHOPNOST ROZLIŠOVAT, PRŮBOJNOST, USPOKOJENÍ, NADŠENÍ, LÁSKA.**

Vzpomínáte na situaci, kdy dětátko vysune temínko hlavičky, poté ho na chvíli zasune? Dostalo se svým vlastním tempem za podpory maminky do poslední fáze porodu, která je zároveň definitivním ukončením prenatalního života. Právě v tuto chvíli si musí najít tu svou nejlepší polohu pro co nejoptimálnější opuštění matčina lůna, odkopnout se patičkou od stěny dělohy a prorazit si cestu ven. Stejným způsobem je zakončeno období puberty. Když se člověk ocitne v posledním úseku svého dětství, musí si najít tu nejlepší „polohu“ a razanci pro opuštění domova – stávajícího rodinného systému, pomyslně se odkopnout, prorazit si cestu do období zvaného dospělost a vytvořit si svůj vlastní na rodičích psychicky i fyzicky nezávislý život. Stejně tak jako po porodu žena ještě chvíli za dítě dýchá (prostřednictvím stále ještě tepající pupeční šňůry), dokud jeho plíce nedozrají a nenadýchne se uvolněně samo, jsou rodiče ještě chvíli podporou. O tom, že oni čerpají ze vzájemné podpory partnerské, jistě není pochyb.



Ilustrace: Jaroslav Švandrlík, [www.yarwik.estranky.cz](http://www.yarwik.estranky.cz)