

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ
KATEDRA ČESKÉHO JAZYKA

**TÉMA ZÁVISLOSTI V AUTOBIOGRAFICKY
LADĚNÝCH PRÓZÁCH**

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Pavína Fiřtová

Český jazyk se zaměřením na vzdělávání

Vedoucí práce: PaedDr. Jiří Staněk, CSc.

Plzeň, 2022

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

V Plzni, 14. února 2022

.....
Vlastnoruční podpis

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala panu PaedDr. Jiřímu Staňkovi, CSc., za jeho podněty a cenné rady a v neposlední řadě také za ochotu, trpělivost a nadhled. Velmi oceňuji jeho profesionální a zároveň velmi empatický přístup k mé práci.

Anotace

Tato bakalářská práce pojednává o autobiografických dílech zabývajících se závislostmi v literatuře. Práce je rozdělena do několika částí. Rozebíranými knihami jsou *My děti ze stanice Zoo*, *Na vlastní kůži*, *Úsměvy smutných mužů* a *Zápisník alkoholičky*. Hlavním cílem práce je seznámení se světem drog, rozbor děl a jejich následná komparace.

Klíčová slova: literatura pro mládež, drogy, heroin, alkoholismus, protialkoholní léčebny, prostituce

Annotation

This bachelor's thesis deals with autobiographical literary works about addictions. The thesis is divided into several parts. The discussed and analyzed books are *My děti ze stanice Zoo*, *Na vlastní kůži*, *Úsměvy smutných mužů* and *Zápisník alkoholičky*. The main goal of this thesis is introducing the world of drugs, analysis of the literary works and their subsequent comparison.

Keywords: Youth literature, drugs, heroin, alcoholism, alcoholism sanatoriums, prostitution

Obsah

| | |
|--|----|
| Obsah..... | 6 |
| Úvod..... | 7 |
| 1 Drogy vstupují do literatury..... | 9 |
| 2 Počáteční analýza vybraných titulů | 13 |
| 3 Problematika závislosti | 15 |
| 3. 1 Definice závislosti | 15 |
| 3. 2 Znaky závislosti..... | 15 |
| 3. 2. 1 Silná touha nebo pocit pužení užívat látku (tzv. bažení) | 15 |
| 3. 2. 2 Zhoršené sebeovládání..... | 16 |
| 3. 2. 3 Somatický (tělesný) odvykací stav | 16 |
| 3. 2. 4 Růst tolerance..... | 16 |
| 3. 2. 5 Zanedbávání jiných potěšení nebo zájmů | 16 |
| 3. 2. 6 Pokračování v užívání přes jasný důkaz škodlivých následků | 17 |
| 3. 3 Druhy závislostí..... | 17 |
| 3. 3. 1 Nelátkové závislosti | 17 |
| 3. 3. 2 Látkové závislosti | 18 |
| 4 Životní osudy autorů závislých na alkoholu | 20 |
| 4. 1 Michaela Duffková..... | 20 |
| 4. 2 Josef Formánek..... | 22 |
| 5 A co dál? | 24 |
| 5. 1 Proč člověk začne pít? | 24 |
| 5. 2 Kdy si člověk začne uvědomovat, že pije příliš?..... | 25 |
| 5. 3 Poslední kapka..... | 26 |
| 5. 4 Léčebna nebo stacionář?..... | 27 |
| 6 Jazykové porovnání | 35 |
| Závěr..... | 35 |
| Resumé | 40 |
| Resumé..... | 41 |
| Seznam literatury..... | 42 |

Úvod

Už v dávných dobách lidé věděli, co jsou to drogy. Ve starověké Persii sultáni podléhali „kouzlu“ opia a byli na něm dokonce i závislí. Drogy se ale od té doby poměrně změnilly, jelikož se začaly i uměle vyrábět. Téma drog je v dnešní době velice rozšířené a bohužel se i po tolika staletích drogy stále užívají. Nejčastějšími uživateli drog jsou mladí lidé. Stres, únava i uspěchaná doba či těžké životní situace jsou hlavními spouštěči užívání drog. Samozřejmě si spousta uživatelů hned neuvědomí, že ze zábavy se může stát jejich noční můra. Kromě problémů se závislostí na drogách se objevují i jiné, „modernější“ závislosti, jako jsou počítačové hry či patologické nakupování.

Mnoho spisovatelů začalo téma drogové závislosti zařazovat do své tvorby. Mimo jiné se jedná i o spisovatele, kteří sami byli uživateli drog a snaží se svým barvitým vyprávěním varovat mladé lidi před závislostí. Psaní pro ně bývá formou terapie či zaznamenáním těžkých životních situací. Knihy s touto tematikou najdeme hojně ve světové literatuře a i přes politické zákazy se od 90. let objevují i na českém trhu.

Uvedené téma jsem si vybrala, jelikož jsem se o tuto problematiku vždy zajímala. Zúčastnila jsem se i několika přednášek, jež se zabývaly prevencí a samozřejmě i případnou pomocí při léčbě závislosti. Zajímalo mě také, jak autoři toto téma zpracovávají, a proto jsem se zaměřila pouze na autobiografická díla.

Bakalářská práce je rozdělena do šesti kapitol. První kapitola je jakýmsi úvodem do drogového světa a také v ní získáváme informace, proč lidé začnou drogy užívat. Druhá kapitola na první navazuje a zabývá se dvěma knihami; první z nich je *My děti ze stanice ZOO* od Christiane F. a druhá *Na vlastní kůži* od Kate Holdenové. Hlavní hrdinky obou příběhů si prošly drogovým podsvětím, obě skončily na heroinu a přivydělávaly si prostitutí.

Na samotnou charakteristiku a rozdělení drog se zaměřuje kapitola třetí. Zabývám se zde i druhy závislostí, které jsou v dílech popisovány.

Čtvrtá část je hlavní částí této práce. Zabývá se knihami dvou českých autorů, kteří jsou abstinujícími alkoholiky. Prvním autorem je Josef Formánek se svou knihou *Úsměvy smutných mužů* a druhou autorkou je Michaela Duffková se svou knihou *Zápisník alkoholičky*. Tyto dva autory jsem ve své práci porovnávala, jelikož mne zajímalo, v čem se liší žena, matka malého dítěte, závislá na alkoholu a muž, úspěšný spisovatel, závislý na alkoholu.

V předposlední části práce se zabývám jazykovým porovnáním obou děl. Obě díla jsou napsána podobným stylem. Oba spisovatelé užívají výrazy typické pro tematiku alkoholismu.

Poslední část práce je jedním velkým otazníkem. V této části se zabírám otázkou *proč*.
Proč člověk nedokáže s drogami přestat?

Cílem práce je seznámení se s tématem drog. Je důležité, aby takové knihy stále vycházely a mladí lidé si je mohli přečíst a například se z nich poučit.

1 Drogy vstupují do literatury

Autobiografická díla jsou v literatuře o závislostech jednou z nejrozsáhlejších skupin. Knihy jsou pro zvýšení iluze autenticity psány v ich – formě. Autobiografie je podle Lexikonu literárních pojmů vymezena takto:

„Stručné vypsání vlastního života se nazývá curriculum vitae. Autobiografii se blíží také paměti. Označují se tak vyprávění o životních osudech, činnosti a povaze určitého jedince, vytvořená na základě vyprávění, deníků, memoárů a jiných pramenů.“¹

Autobiografické texty jsou nejčastěji psány formou deníků či zápisků. Samozřejmě existují i výjimky, jako například kniha *My děti ze stanice ZOO*, již budu ve své práci později rozebírat.

Knihy o závislostech psané v ich- formě jsou pro čtenáře zajímavější, jelikož autor vychází z vlastní zkušenosti. Píše bez použití fantazijních prvků a příběhy jsou líčeny bez přikrášlování děje. Čtenář je při čtení knihy s autorem více propojen. Autoři ale nepíší jen o svých vzpomínkách, ale o celém vývoji svého života i o změně charakteru. Autobiografické dílo může mít naopak dopad na pozdější život autora. To je například případ Christiane F., která ve své druhé knize *Můj nový život* popisuje, jak na ni reagují lidé po přečtení jejího díla:

„Nikdy nevím, jestli mě lidi berou vážně, dost rychle se ke mně začnou chovat bezohledně a hnusně, protože všichni myslí, že machruju s příběhem Christiane F. A když opravdu brečím, posmívají se mi: ‘No a ještě ke všemu bulí, to jí máme věřit?’“²

Ve své práci se zaměřuji na autory, kteří trpěli specifickou závislostí. Konkrétně jsem si vybrala autobiografická díla týkající se závislostí na alkoholu a heroinu. Autoři se ve svých dílech rozhodli popsat svou závislost, její příčiny, průběh, překonání. Kniha *Úsměvy smutných mužů* je napsána jako zápisník z protialkoholní léčebny a sloužila Josefu Formánkovi jako forma terapie. Také Michaela Duffková začala psát svůj *Zápisník alkoholičky* formou deníku. Tito autoři se snaží vypsát ze svého „temného“ období a popisují nám, jak překonali svou závislost. Mohou být inspirací a nadějí pro další lidi s podobnými problémy a zároveň varováním, že hrozba závislosti visí vlastně nad každým z nás.

Další dva vybrané tituly, *Na vlastní kůži* a *My děti ze stanice ZOO*, nás také zavedou do světa drog, ale jsou zároveň i velkým přemýšlením o budoucnosti:

¹ PAVERA, Libor a VŠETIČKA, František. *Lexikon literárních pojmů*. 1. vyd. Olomouc: Nakladatelství Olomouc, 2002, s 51. ISBN 80-7182-124-1.

² F., Christiane a VUKOVIC, Sonja. *Christiane F. - můj druhý život: autobiografie*. 1. vyd. Ostrava: OLDAG, 2014, s. 24. ISBN 978-80-7411-077-1.

„Už nemám přátele a navždycky mám nálepku - Christiane F.“³

Jedním ze společných znaků děl, která popisují závislost na drogách, je problémové dětství jejich autorů. Hlavní postavy knih vyrůstaly nejčastěji v rodině, která se skládá jen z jednoho rodiče. Důvodem může být rozvod rodičů, nesezdané páry či dokonce úmrtí jednoho z rodičů. Dalším z důvodů problémového dětství bývá týrání dítěte, jak to například popisuje ve svém díle Christiane F.:

„Vytáhnul z květináče bambusovou tyč, ke který byl fikus přivázaný. A pak mi s ní zmlátil zadek, že by se z něj dala stáhnout kůže.“⁴

Velký problém nastává, pokud se prokáže sexuální zneužívání dítěte. Agresorem může být jeden z rodičů nebo partnerů. Mnoho dětí si však tyto problémy uvědomí až v dospělosti. Dalším faktorem může být neléčená či nezvladatelná návyková choroba u rodičů. Není ale pravidlem, že děti alkoholiků se samy stávají alkoholiky. Bohužel jsou ale tyto děti více ohroženy, mají k závislosti větší sklony. Problémem může být také nedostatek času na dítě, způsobený vyčerpáním v práci. V knize *Na vlastní kůži* se s žádným z těchto znaků nesetkáváme. Kate pocházela ze slušné rodiny, která jí dávala mnoho lásky a pochopení. Chodila ovšem do alternativní školky, kterou založila její matka. Z toho usuzuji, že musela strávit se svými rodiči až příliš mnoho času, což jí zřejmě uškodilo.

První zkušenost s drogou je klíčovým bodem. Nejčastěji k ní dochází v období dospívání. Podle knihy *Rizikové chování v dospívání* existují čtyři stádia při kontaktu s návykovou látkou.

„Vše začíná experimentem, kontaktem s NL, který je u adolescentů téměř vždy motivován sociálně-pod tlakem vrstevníků. Z experimentu většina lidí odstupuje a nadále abstínuje.“⁵

Tato fáze se potvrdila v knize *My děti ze stanice ZOO*, kde se Christiane poprvé setkává s drogami.

„Zapálili to a dali kolovat hadičku. Každý z nich potáhnul. Kessi taky. Já jsem odmítla.“⁶

³ F., Christiane a VUKOVIC, Sonja. *Christiane F. - můj druhý život: autobiografie*. 1. vyd. Ostrava: OLDAG, 2014, s. 24. ISBN 978-80-7411-077-1.

⁴ F., Christiane, HERMANN, Kai, ed. a RIECK, Horst, ed. *My děti ze stanice ZOO*. Překlad Zuzana Soukupová. 6. vyd., V nakl. OLDAG 4. vyd. Ostrava: OLDAG, 2003, ©1995, s. 15. ISBN 80-86508-28-5.

⁵ KABÍČEK, Pavel a kol. *Rizikové chování v dospívání a jeho vztah ke zdraví*. Vyd. 1. Praha: Triton, 2014, s. 53. ISBN 978-80-7387-793-4.

⁶ F., Christiane, HERMANN, Kai, ed. a RIECK, Horst, ed. *My děti ze stanice ZOO*. Překlad Zuzana Soukupová. 6. vyd., V nakl. OLDAG 4. vyd. Ostrava: OLDAG, 2003, ©1995, s. 36. ISBN 80-86508-28-5.

Christiane F. se poprvé setkala s drogou, když se spolu se svými rodiči přestěhovala do Gropiusstadtu. Když se svými přáteli navštívila zdejší bar, byl jí nabídnutý hašiš. Poprvé si drogu nevzala, bohužel později se stejně stala narkomankou. Stejnou situaci sledujeme i v knize *Na vlastní kůži*, kdy se Kate dozvídá, že její přítel zkusil heroin. V obou knížkách hlavní hrdinky nakonec neodolají.

„Sledovala jsem neposkrvrněnou kůži loketní jamky a pomyslela si: Za minutu už budu na heroinu. Bylo to nepochopitelné, ale seděla jsem tam a nebylo pochyb, že si to i přeji.“⁷

Důvody pro odmítnutí drogy mohou být různé. Je to například nepříjemný, až negativní vztah k droze nebo přesvědčení o společenské nepřijatelnosti drog. Může existovat osoba, která dotyčnému drogu rozmluví nebo ho před ní varuje.

Pokud však člověk neodolá, nastává druhá fáze - „užívání.“ V této fázi se člověk nechává tzv. „okouzlit drogou“. Drogy mu v této fázi přinášejí radost. Jedinec zapadne lépe do skupiny svých kamarádů, například z introverta se může stát extrovert.

„V pátek jsem šla nejdřív sehnat trochu valia. Zapila jsem to pivem a před odchodem do Soundu jsem do sebe ještě hodila jeden mandrax.“⁸

Třetí fází je „problémové užívání“. Jedinec si užívá účinky drog, ale přicházejí první problémy, nejčastěji sociální. Může to být častá školní absence, problémy s policií a problémy s rodinou.

„Matka se svým přítelem a já jsme žili v naprosto rozdílných světech. Neměli nejmenší tušení o tom, co dělám. Mysleli si, že jsem docela normální dítě, který právě přišlo do puberty.“⁹

Poslední fází je fáze „závislosti“. Jedinec bez drog nemůže už normálně žít. Jedinou jeho starostí je droga.

„Venku na mě čekala v autě mamka. Cestou k Jakeovi mě varovala, že mě prohledá. Mělo to být pro moje vlastní dobro. Myslela jsem, že si dělá legraci. Celá zpocená jsem se těšila, až si šlehnu, Ještě půl hodiny a už to bude.“¹⁰

⁷ HOLDEN, Kate. *Na vlastní kůži: skutečný příběh o návratu z pekla prostituce a drog*. Vyd. 1. Brno: Jota, 2006, s. 27. ISBN 80-7217-421-5.

⁸ F., Christiane, HERMANN, Kai, ed. a RIECK, Horst, ed. *My děti ze stanice ZOO*. Překlad Zuzana Soukupová. 6. vyd., V nakl. OLDAG 4. vyd. Ostrava: OLDAG, 2003, ©1995, s. 63. ISBN 80-86508-28-5.

⁹ Tamtéž, s. 46.

¹⁰ HOLDEN, Kate. *Na vlastní kůži: skutečný příběh o návratu z pekla prostituce a drog*. Vyd. 1. Brno: Jota, 2006, s. 56. ISBN 80-7217-421-5.

Ve spoustě knih s drogovou tematikou se můžeme dočíst, že jedinci svůj návyk tajili před rodinou. Je to až neuvěřitelné, že rodiče si nevšimnou, jak se jejich dítě zásadně mění. Závislé děti jsou nuceny získávat finance na koupi drogy. Tyto problémy nejčastěji řeší krádeží peněz nebo postupným rozprodáváním dárků či drahých věcí. Netráví již tolik času s rodinou a vymlouvají se, že přespávají u kamarádů. Ve skutečnosti spí v odlehlých a opuštěných budovách nebo v tzv. squatech. Jediným a nejdůležitějším cílem u závislých jedinců je získávání drogy, kterou potřebují k normálnímu fungování, a s tím spojené neustálé shánění peněz. Rozhodnou se například vyloupit lékárnu nebo začnou drogy vyrábět, čímž se dostávají do problémů s policií. U dívek se pak zvyšuje riziko, že začnou provozovat prostituci. Ne vždy si vydělávají prostitucí pouze dívky. V knize *My děti ze stanice ZOO* si prostitucí začal vydělávat na heroin Christianin přítel Detlef.

Závislé jedince provázejí značné zdravotní problémy, nejčastěji onemocnění jater či ledvin. V důsledku nehygienického užívání injekčních stříkaček hrozí i žloutenka.

2 Počáteční analýza vybraných titulů

Pro uvedení do problematiky jsem si zvolila dvě knihy. První z nich je *Na vlastní kůži* od Kate Holden, která se odehrává v Melbourne v 80. letech 20. století. Druhým vybraným titulem je kniha *My děti ze stanice ZOO* od Christiane F., jejíž děj je zasazen do 70. let 20. století v Berlíně. Knihu *My děti ze stanice ZOO* jsem četla již na základní škole a hned mě zaujala, nejspíše právě svou drogovou tematikou, se kterou jsem se do té doby v jiných knihách nesetkala. Knihu *Na vlastní kůži* mi doporučila moje známá. Knihy jsou si velice podobné, rozhodně tematikou. Hlavním tématem je užívání drog, zejména pak heroinu.

Velkým rozdílem je samozřejmě místo, kde obě hlavní hrdinky vyrůstaly. Berlín a Melbourne jsou města na opačné straně světa. Západní Berlín byl v té době vyhlášeným místem, kde se daly sehnat jakékoliv drogy, až do druhé poloviny 80. let. Drogy v té době užívali dokonce i policisté, bachaři, advokáti či jiní vysoce postavení úředníci. Melbourne na tom bylo podobně.

Knihy *My děti ze stanice ZOO* je vyprávěn chronologicky v minulém čase. Na začátku knihy vypráví Christiane F. o tom, jak se přestěhovali do Berlína, konkrétně do Gropiusstadtu. Popisuje první seznamování s novým bydlením. Její rodinná situace také nebyla jednoduchá, vzhledem k tomu, že ji otec fyzicky napadal. Domácí násilí bylo jedním z důvodů, proč začala užívat drogy. A je to také jeden z rozdílů mezi Christiane F. a Kate Holdenovou, jak uvidíme později.

Christiane F. začala navštěvovat novou školu a seznámila se s novými spolužáky, se kterými poté navštěvovala Dům středu, což byl dům mládeže při evangelické církvi, který měl diskotekový klub ve sklepě. Ve skutečnosti to ovšem bylo místo, kde se mládež scházela a užívala drogy.

Knihy *Na vlastní kůži* je také vyprávěna chronologicky v minulém čase. Kate Holdenová ovšem na rozdíl od Christiane F. vyrůstala v milující rodině. Byla spíše introvert. Ráda si četla a věnovala se hře na klavír, na rozdíl od svých spolužáků, kteří holdovali alkoholu a jiným návykovým látkám. Vystudovala Melbournskou univerzitu a začala pracovat v knihkupectví. Drogám oproti Christiane F. dlouho odolávala. Její první zkušenost s drogou nastala teprve v jednadvaceti letech, kdežto Christiane F. začala s užíváním omamných látek již ve dvanácti letech.

V tomto ohledu je opravdu zvláštní, jak moc se tyto dvě knihy shodují, i když mezi dívkami je věkový rozdíl devět let. Christiane F. byla ještě dítětem, které nemá ponětí o světě

a celkovém fungování drog. Kate Holdenová byla ale už dospělou dívkou, která musela vědět, jaké problémy s sebou drogy přinášejí. Přesto dvě takto odlišné dívky spojuje jejich závislost.

Obě dívky se k užívání drog dostaly prostřednictvím společnosti lidí, se kterými se stýkaly. Obě totiž ve skrytu své duše chtěly mezi tyto lidi zapadnout, avšak každá trochu jinak. Christiane F. se přestěhovala do Berlína, kde v té době sehnat drogu bylo opravdu jednoduché.

„Najednou byla v klubu k dostání spousta tablet.“¹¹

Kate Holdenová se také přestěhovala a začala se svou partou navštěvovat různé večírky. Obě dívky se k heroinu dostaly skrz blízkého člověka, konkrétně partnera. U Christiane F. to byl její přítel Detlef, který začal užívat heroin. U Kate to byl její přítel James.

Zajímavé je, že první drogou, kterou vyzkoušely, rozhodně nebyl heroin. Zprvu se jednalo o jiné omamné látky. Jelikož se ale jejich společnost vyvíjela a posouvala k jiným, stále silnějším drogám, i ony měly potřebu zkusit něco nového.

„Vím, co dělám. Jen to zkusím, a pak toho nechám.“¹²

Velkým rozdílem je způsob, kterým dívky drogu užívaly. Kate Holdenová heroin začala užívat nitrožilně, naopak Christiane F. heroin nejdříve šňupala a až poté použila injekční stříkačku.

Dalším bodem, ve kterém se oba příběhy shodují, je postoj matek obou závislých dívek. Ani jedna z matek zpočátku netušila, že je její dcera drogově závislá. Později se v obou případech snažily svým dcerám pomoci, a to nejprve samy. Matka Kate Holdenové začala později docházet i do centra na podporu rodičů dětí závislých na drogách. Obě dívky si uvědomovaly, jak moc ubližují nejen sobě, ale i svému okolí. Pomoc matek byla ale v obou případech bohužel neúspěšná.

Obě dívky se ocitly před problémem, jak získávat finance na nákup drog. Obě se začaly živit prostitucí. Christiane F. bylo v té době pouhých čtrnáct let. S prostitucí nejdříve začal její přítel Detlef a později i ona. Na rozdíl od Kate Holdenové vykonávala prostituci „pouze“ na ulici. Kate Holdenová začala s prostitucí také na ulici, avšak později pokračovala ve dvou erotických klubech. Situace obou dívek ale byla přeci jenom odlišná. Christiane F. měla okolo sebe kamarády, kteří brali drogy stejně jako ona. Nikdy se nestyděla s nimi o nich mluvit. Kate Holdenová po nástupu do erotických klubů o své závislosti nemluvila, jelikož nikdo z jejího okolí drogy nebral.

¹¹ F., Christiane, HERMANN, Kai, ed. a RIECK, Horst, ed. *My děti ze stanice ZOO*. Překlad Zuzana Soukupová. 6. vyd., V nakl. OLDAG 4. vyd. Ostrava: OLDAG, 2003, ©1995. s. 52. ISBN 80-86508-28-5.

¹² Tamtéž, s. 71.

3 Problematika závislosti

V dnešní době se lidé ocitají v náročných životních situacích. Může to být způsobeno „uspěchanou“ dobou. Lidem se ale také otevírají nové životní možnosti. Bohužel se ve společnosti často objevují sociálně patologické jevy. K nim se řadí i závislosti. Pojďme si je nejprve definovat.

3.1 Definice závislosti

Pod pojmem „závislost“ si každý představí něco jiného. Může to být závislost na alkoholu, drogách a v dnešní době je „hitem“ u mladých lidí i závislost na počítačových hrách. Ráda bych ale uvedla definici závislosti podle 10. revize:

„Syndrom závislosti (statistický kód F1X2, na místo x před desetinnou tečkou se doplňuje látka): Je to skupina fyziologických, behaviorálních a kognitivních fenoménů, v nichž má užívání nějaké látky nebo třídy látek u daného jedince mnohem větší přednost před jiným jednáním, kterého si kdysi cenil více. Centrální popisnou charakteristikou syndromu závislosti je touha (často silná, někdy přemáhající) brát psychoaktivní látky (které mohou, avšak nemusí být lékařsky předepsány), alkohol, tabák. Návrat k užívání látky po období abstinence často vede k rychlejšímu znovuobjevení jiných rysů syndromu, než je tomu u jedinců, u nichž se závislost nevyskytuje.“¹³

Doktor Pavel Kabiček ve své knize *Rizikové chování v dospívání* vymezuje závislost jako chronické relabující onemocnění, projevující se nutkáním drogu vyhledat a brát. A také jako selhání kontroly ve vztahu k návykové látce. Doktor Kamil Kalina se také zabývá ve své knize *Drogy a drogová závislost* tématem závislosti a dle něho je závislost nemoc chronická, obtížně léčitelná, s častými recidivami, a nejspíše vůbec neléčitelná.

3.2 Znaky závislosti

3.2.1 Silná touha nebo pocit puzení užívat látku (tzv. bažení)¹⁴

Bažení můžeme vyvolat různými podněty, ať už jsou vnější či vnitřní. Mezi vnější podněty patří například rizikové prostředí a mezi vnitřní podněty můžeme zařadit únavu či nudu. Bažení zhoršuje sebeovládání, může totiž nastat stav, při kterém se člověku zvýší krevní

¹³ NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. Vyd. 2., upr. Praha: Portál, 2003, s. 14. ISBN 80-7178-831-7.

¹⁴ Tamtéž, s. 16.

tlak a také tepová frekvence. Lidem, kteří se dostanou do stavu bažení, se často zhoršuje postřeh, což může být v některých situacích rizikové.

3. 2. 2 Zhoršené sebeovládání¹⁵

Již v předchozím odstavci jsem se o zhoršení sebeovládání zmínila. Rozdíl mezi bažením a zhoršeným sebeovládáním je snadno rozeznatelný. Lidé, kteří se dostanou do stavu bažení, mohou mít zčásti zachované sebevědomí. Závislí lidé si často ve stavu pod vlivem drog neuvědomují sami sebe ani své emoce. Často se zhoršeným sebeovládáním souvisí i únava, na kterou navazuje dlouhodobé vyčerpání.

3. 2. 3 Somatický (tělesný) odvykací stav¹⁶

Tento stav následuje, pokud závislý člověk vysadí látku, která byla dlouhodobě užívána. Lidé, kteří odvykají, mají často porušenou rovnováhu těla. To se projevuje abstinenciálními příznaky. U každé drogy jsou abstinenciální příznaky jiné. Například u pacientů, kteří byli závislí na alkoholu, se vyskytují bolesti hlavy, vyšší tepová frekvence, zvracení, třes celého těla, halucinace, nespavost a pocení. Pro porovnání uvedu příklady abstinenciálních znaků u pacientů závislých na heroinu. Je to především slzení, bolesti svalů, časté křeče, výtok z nosu a rozšíření zornic.

3.2.4. Růst tolerance¹⁷

Čím víc je člověk závislý, tím víc se zvyšuje jeho tolerance. Není zcela jasné, jak tolerance vzniká. Může to být způsobeno rychlým odbouráváním (např. alkoholu v játrech). Také to může být způsobeno centrální nervovou soustavou.

3.2.5. Zanedbávání jiných potěšení nebo zájmů¹⁸

Mladí lidé často chtějí vyzkoušet něco nového. S tím souvisí například i zkoušení drog. Velmi rychle se může rozvinout závislost. Mladí často začnou zanedbávat své povinnosti (povinná školní docházka) a také ztrácejí zájem o své koníčky. Jejich život začne být

¹⁵ Tamtéž, s. 17.

¹⁶ Tamtéž, s. 20.

¹⁷ NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. Vyd. 2., upr. Praha: Portál, 2003, s. 22. ISBN 80-7178-831-7.

¹⁸ Tamtéž, s. 23.

jednotvárný a monotónní. Jediným jejich „koníčkem“ jsou drogy a jejich užívání. Musí shánět peníze na drogy a po jejich užití často jen leží a užívají si stav „pod vlivem“.

3.2.6. Pokračování v užívání přes jasný důkaz škodlivých následků¹⁹

Tento znak se stane znakem závislosti, až když pacient zjistí, že mu návyková látka poškozuje organismus. Člověk si pod vlivem návykových látek neuvědomuje, že mu mohou způsobit vážné zdravotní problémy. Závislí pacienti si také často sami způsobí různé úrazy, když jsou zrovna pod vlivem. Lidé, kteří požívají drogy, si často neuvědomují, že nemusí způsobit fyzické či psychické potíže jen sami sobě, ale i lidem jim blízkým. Sami si také chtějí ublížit, například při odvykání (vytržení kanyl, pokusy o sebevraždu).

3. 3 Druhy závislostí

V dnešní době může být závislostí cokoliv, co člověku přináší pocit uspokojení, naplňuje jeho potřeby a pomáhá mu unikat z nepříjemných životních situací.

Primář Nemocnice Milosrdných sester Marian Koranda zmiňuje:

„Jsme obklopeni světem, který – ač se nám to nelíbí – je přesycen nabídkou psychoaktivních návykových látek: drog, alkoholu, ale i jiných lákadel s potenciální možností rozvoje závislosti (např. automaty, internet, laxativa, vitamíny).“²⁰

Závislosti dělíme především na látkové a behaviorální (nelátkové).

3. 3. 1 Nelátkové závislosti

Nelátkové závislosti jsou závislosti, při kterých člověk nebere žádné léky, na kterých by byl závislý. Lidé, kteří trpí nelátkovými závislostmi, mají ale podobné příznaky, jaké se vyskytují u lidí, kteří trpí látkovými závislostmi.

a) Patologické hráčství

Patologické hráčství se řadí mezi „návykové a impulzivní poruchy“. Chtěla jsem ho zde pouze zmínit, jelikož má některé znaky, které už jsou na hranici závislosti, např. narušení každodenního života, touha po hraní, hráč nemá silnou vůli hře odolat.

¹⁹ Tamtéž, s. 25.

²⁰ Host Lucie Výborné. Rozhlas, ČRo – Radiožurnál, 26. října 2010, 9.05. Dostupné také z: <https://radiozurnal.rozhlas.cz/marian-koranda-6216312>

b) Závislost na internetu

Jak už jsem se zmiňovala, „trendem dnešní doby“ se stává závislost na internetu. Tato závislost vzniká nejčastěji u mladých lidí, kteří na internetu hrají různé počítačové hry. Děti tráví u počítače mnoho času a už vůbec netráví čas s kamarády „venku“. Jsou snad míčové hry méně zajímavé?

c) Patologické nakupování

Bývá častější u žen než u mužů. Nejvíce asi ženy nakupují v zimním období, když jsou sezónní výprodeje. Lidé s touto závislostí nakupují v tzv. tazích, které mají rozestupy nejčastěji pár dní až týden. Jako u jiných poruch zde dochází k uspokojení potřeb, avšak často později nastávají stavy úzkostí, výčitek či agresivita.

d) Abúzus (zneužívání) látek nevyvolávající závislost

Existují i léky, které nepovažujeme za psychoaktivní látky. Mezi tyto léky patří například antidepresiva, steroidy, laxativa či vitaminy. I na těchto přípravcích ale může být člověk závislý. Samozřejmě při větší spotřebě těchto léků vznikají různé zdravotní komplikace. Mohou to být problémy s krevním tlakem, jaterní poruchy, oslabení imunitního systému atd.

Mezi další nelátkové závislosti řadíme závislost na sexu, závislost na práci a některé poruchy příjmu potravy.

3. 3. 2 Látkové závislosti

Mezi závislosti látkové patří:

Závislost na alkoholu

Závislost na opioidech

Závislost na kanabinoidech

Závislost na sedativech nebo hypnotikách

Závislost na kokainu

Závislost na jiných stimulantích, včetně kofeinu a pervitinu

Závislost na halucinogenech

Závislost na tabáku

Závislost na organických rozpouštědlech

Závislost na několika látkách nebo jiných psychoaktivních látkách²¹

Ve své práci jsem sledovala především osudy lidí závislých na alkoholu. Alkohol je látka lehce dostupná, kterou můžeme požívat z mnoha důvodů. Jedním z důvodů může být například oslava či jiná společenská akce. Alkohol ovšem také může sloužit jako tlumič psychické či fyzické zátěže. Na jedné straně se zdá být neškodným, bohužel v sobě skrývá velké nebezpečí. Lidé závislí na alkoholu se postupem času přestávají zajímat o jakékoliv vlastní tvůrčí činnosti nebo o jiné členy společnosti.

Další problematickou závislostí je závislost na opioidech, zejména na heroinu. Opioidy jsou látky, které ovlivňují organismus. Nejčastěji se opiody používají jako látky proti kašli nebo proti bolesti. Co se týká heroinu, nejčastěji se užívá nitrožilně. Závislost na heroinu vzniká pravidelně a velice rychle.

„Heroin je pokládán za společensky nejnebezpečnější drogu – stimuluje k násilí a zabití. Heroin bývá také pokládán za tzv. nejtvrďší drogu a návyk na ni bývá nejčastěji vyvrcholením drogové závislosti jedince.“²²

²¹ NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. Vyd. 2., upr. Praha: Portál, 2003, s. 15. ISBN 80-7178-831-7.

²² MARHOUNOVÁ, Jana a NEŠPOR, Karel. *Alkoholici, fetišáci a gambleři*. 1. vyd. Praha: Empatie, 1995. Společensko-vědní řada, s. 74. ISBN 80-901618-9-8.

4 Životní osudy autorů závislých na alkoholu

Téma drogové závislosti v České republice (resp. Československu) bylo dříve tabuizované. Neznamená to však, že by problém drogové závislosti neexistoval. Jen se o něm v tehdejší společnosti otevřeně nehovořilo. Drogově závislí lidé bývali před rokem 1989 uzavřeni v léčebnách, daleko od okolního světa. Prvním a zásadním spisovatelem, který popisuje drogovou scénu, je Radek John ve svém díle *Memento*. Tato kniha vyšla v roce 1986, tedy tři roky před Sametovou revolucí. Kniha se setkala s velkým čtenářským ohlasem právě proto, že byla prvním dílem svého druhu u nás a danou problematiku předkládala velmi otevřeně a naturalisticky. Někteří čtenáři možná mohli být touto knihou i šokováni, protože nebyli na zvyklí na skutečnosti, které jsou v knize líčené.

Z dalších knih s tematikou závislosti vydaných v 90. letech můžeme uvést např. knihu *Žít třeba i na kolenou* od Jiřího Vacka (1991) nebo knihu *...a bude hůř* autora Jana Pelce (1990).

Po roce 2000 vstupuje do literatury se svými autobiografickými díly několik českých autorek: Monika Plocová - *Na špičce ledovce* (2005), *Všechno má svůj čas* (2007), Bohunka Nováková - *Bolavá křídla andělů* (2013), *Hořkosladká medovina* (2011), *Tančila jsem s démonem* (2015) nebo Jarmila Týnková - *Breviář abstinující alkoholičky* (2014). Tyto autorky mají společné to, že svá díla napsaly na základě vlastní zkušenosti. Samy bojovaly se závislostí na alkoholu, podstoupily léčbu (některé i opakovaně) a o své životní osudy se podělily se čtenáři. Nicméně myslím, že jejich jména nevstoupila do povědomí širšího okruhu čtenářů tak, jako tomu je např. u Michaely Duffkové.

4.1. Michaela Duffková

Michaela Duffková je autorkou knihy *Zápisník alkoholičky* a po ní následujícího *Zápisníku abstinenty*. Narodila se v roce 1992. Od svých osmnácti let bydlela sama. Po ukončení střední školy nastoupila na VŠE, kterou nedostudovala, jelikož se jí narodila dcera, s níž zůstala na mateřské dovolené. Krátce po narození dcery se u ní objevily problémy s alkoholem. V roce 2018 začala psát blog s názvem *Zápisník alkoholičky*, který byl oceněn cenou Magnesia litera. Později vydala knihu *Zápisník alkoholičky*, jež navazuje na blog. V dnešní době se věnuje svému centru Alkos, které otevřela v roce 2021. Centrum Alkos je stacionář, v němž se léčí závislosti na legálních návykových látkách. Michaela Duffková je vdaná a má dvě děti.

Michaela Duffková si vyzkoušela pití už jako velmi mladá. Sama tvrdí, že pila více než mnoho jejích vrstevníků. Svého budoucího manžela Ondřeje poznala, když jí bylo osmnáct let. Chodit spolu začali o několik let později. V té době Michaela s pitím na čas skončila. Když otěhotněla, přestěhovali se do rodinného domu k Ondrovým rodičům, protože jiné bydlení prozatím neměli. Soužití s tchýní a tchánem bylo pro Michaelu velmi komplikované a stresující. Měla dojem, že jí organizují život, a ovládl ji pocit méněcennosti a vlastní neschopnosti. Podporu nenalezla ani u Ondřeje, ten měl spíše tendence obhajovat své rodiče i jejich názory. Konflikty pokračovaly i po narození dcery.

„Hrozně jsem si vyčítala, že nejsem schopná fungovat tak, jak by žena s malým dítětem měla. Asi jsem na novou roli nebyla připravená tak, jak jsem si myslela, nebo jsem to prostě jen hůř přijala, ale první týdny po porodu byly opravdu jedno z nejtěžších období mého života.“

23

První lahev si otevřela, když její dceři bylo osm týdnů. Tehdy si chtěla prostě jen odpočinout a uvolnit se.

Michaela se snažila ze své závislosti vyléčit sama, a proto společně se svou dcerou odjela za svou babičkou do východních Čech. Bohužel se stihla za jeden den opít tak jako doma za celý týden. Její dceru totiž hlídala babička, a tak se mohla Michaela trochu „odvázat“. Později často pobývala u své matky, jelikož ta trávila spoustu času mimo domov, a ona mohla v klidu popíjet. Důležitou rodinnou událostí byla společná dovolená. Michaela na ni jela se svou dcerou a manželem. Vzhledem k tomu, že se vztah s tchýní a tchánem velice zhoršil, nebylo jisté, zda na rodinnou dovolenou vůbec odjedou. Samozřejmě, že v té době přemýšlela, jak zvládne čtrnáct dní bez alkoholu. První týden na dovolené si vystačila se dvěma skleničkami na den, ale tyto dvě skleničky nevydržely dlouho. Po vypití tří litrů vína za jeden večer následovala jedna z dalších hádek s jejím manželem. Jejich hádky už nebyly pouze o problémech s pitím, ale také o odstěhování se od tchýně s tchánem. Když se vrátili z dovolené, Michaela zjistila, že je těhotná, ovšem vzhledem ke svému momentálnímu stavu podstoupila interrupci. Po dlouhém rozhovoru s manželem, zda by nebylo lepší se rozvést, se nakonec odstěhovali od tchýně s tchánem. Byla to poslední šance, jak začít nový život bez alkoholu.

Samostatné bydlení ovšem problémy nevyřešilo, Michaela pila dál, a ještě více než dřív. Částečně z vlastního rozhodnutí a částečně pod tlakem nejbližšího okolí podstoupila detox a následně stacionární léčbu.

²³ DUFFKOVÁ, Michaela. *Zápisník alkoholičky*. Vydání první. Praha: Motto, 2020, s. 27. ISBN 978-80-267-1707-2.

4.2. Josef Formánek

Josef Formánek se narodil 16. června 1969 v Ústí nad Labem. V roce 1992 založil se svým kolegou časopis *Koktejl*. Založil také školu pro reportéry a jako reportér procestoval více než třicet zemí. V roce 2014 za přítomnosti veřejnosti sepsal svou druhou knihu *Létající jaguár*, a to za pouhých 11 hodin a 19 minut. Jednalo se v podstatě o sázku mezi autorem a nakladatelem. Předchozí Formánkovy knihy totiž vznikaly delší dobu, někdy i několik let. Proto se Formánek snažil dokázat, že mu k napsání knihy stačí i pár hodin. Akce se odehrávala v pražském knihkupectví Luxor na Václavském náměstí a Formánek při psaní seděl přímo ve výloze. Po napsání několika dalších knih propadl alkoholismu. Jeho nejznámější knihou jsou *Úsměvy smutných mužů*, v nichž popisuje svůj boj se závislostí. V roce 2014 ukončil svou kariéru v časopise *Koktejl* a věnuje se psaní a také své dceři.

Svoji spisovatelskou kariéru zahájil Josef Formánek jako redaktor už v časopisu *Reflex*, kde se setkal např. i s Josefem Klímkou. Byl plný elánu a nápadů, práce ho naplňovala. Na druhé straně to byl ovšem také neurotik se sklony k depresím. Časopis *Koktejl*, který založil spolu se svým kamarádem, mu přinesl velký úspěch a zájem čtenářů. Dokázal si získat své publikum i v množství konkurenčních zahraničních časopisů. Zároveň ovšem práce šéfredaktora Formánkovi přinášela permanentní stres a psychické i fyzické vyčerpání (dodržování termínů, shánění finančních prostředků ...). Stresu se snažil uniknout pitím. Už v té době si ale velmi dobře uvědomoval, že pití mu sice může přinést vnitřní klid, ale pouze na pár hodin.

Po nějaké době Josef Formánek z vedení *Koktejlu* odešel, uchýlil se do ústraní na ostrově Siberut a začal se živit psaním knih.

Jak sám o sobě v různých rozhovorech říká, jeho závislost na alkoholu přicházela pozvolna. Pití bral jako součást rituálu při psaní knih. Postupně však skleniček přibývalo a on zjistil, že nedokáže s pitím přestat. Svoji závislost si plně uvědomoval, dokonce o ní otevřeně hovořil se svými známými, nicméně byl přesvědčený, že léčebnu nepotřebuje a s pitím přestane sám. To se ovšem nestalo a nejvíce se mu pití vymklo z rukou při autorském čtení. Potřeboval se uvolnit a zbavit pocitu trémy:

„*Tu placatku jsem vypil na toaletě hned, aby se mi neklepaly ruce.*“²⁴

²⁴ FORMÁNEK, Josef. *Úsměvy smutných mužů: zápisky z léčebny*. 1. vyd. Praha: Gekko, 2014, s. 13. ISBN 978-80-905581-1-3

Kniha *Úsměvy smutných mužů*, která je předmětem této práce, vychází právě z období prožitého v protialkoholní léčebně. Formánek ji označuje jako jednu ze svých nejupřímnějších knih. V léčebně strávil tři a půl měsíce. Kromě odvykání si v léčebně těžko zvykal na pevný a přísný řád, který jemu, „rozvlátnému“ spisovateli, byl naprosto cizí. Později ovšem právě v tomto řádu spatřoval možnost, jak si uspořádat svůj budoucí život. Samozřejmě bez alkoholu...

Sám o sobě nyní tvrdí, že žije spokojený život a momentálně nemá chuť na alkohol. Jedním dechem ovšem dodává, že by si nedovolil tvrdit, že nad alkoholem zvítězil, protože hrozba závislosti nad ním bude viset stále.

5 A co dál?

5.1 Proč člověk začne pít?

Odpověď na tuto otázku rozhodně není jednoznačná a důvodů je více. Pití alkoholu už možná pro někoho patří k běžnému životnímu stylu. V určitém věku se člověk cítí být dostatečně „dospělý“ na to, aby si dal skleničku. Stává se, že děti na základní škole, zvláště pak v období puberty, se mezi sebou předhánějí v líčení svých zkušeností s alkoholem. Mnohdy si i něco přimyslí, aby se vyrovnaly „zkušenějším“ členům party, protože se domnívají, že tím nějakým způsobem postoupí v žebříčku popularity či autority. Domnívám se, že v tomto případě hodně záleží na osobnosti člověka. Silný, sebevědomý člověk s rozmanitými zálibami a koníčky, který nemá problémy s navazováním kontaktů s druhými lidmi, který má přiměřené množství sociálních vazeb, nemá pak potřebu usilovat o své místo v kolektivu výše zmíněným způsobem.

Svou roli ve vztahu člověka k alkoholu jistě hraje i rodina (rodinné zvyklosti, vztah rodičů k alkoholu atd.). K narozeninové oslavě v některých rodinách patří alkohol už tak nějak „automaticky“. Zatímco někdy jde o symbolickou skleničku, jindy nestačí ani několik lahví.

Z porovnání životních příběhů zmíněných autorů můžeme usoudit, že u obou byl prvotním spouštěčem alkoholismu stres. Podívejme se na to, co nám způsobuje stres v dnešní době. Jak vlastně vzniká?

Terapeutka Nora Vlasáčková popisuje vztah alkoholu a stresu následovně:

„Alkohol dokáže uvolnit úzkost a stres, což nám pomáhá při komunikaci. Dnes žijeme v permanentním stresu, kromě toho nám v komunikaci brání emoční bloky, například stud. Stres se dá uvolnit mimo jiné pohybem. Při pohybu se vyrábí endorfin, což je přírodní antidepresivum, které stres rozpouští. S emočním blokem vám ale moc nepomůže. Když se stydíte, že máte velké uši, tento pocit se nezmění, ani když si zaběháte. Pokud si však dáte sklenku, tak odezní. Alkohol je tedy nejdostupnější anxiolytikum, což je i důvodem, proč většina lidí začíná pít.“²⁵

Dnešní doba je velice uspěchaná. Spousta z nás se za něčím žene. Je to doba náročná na psychiku člověka. Stres může být vyvolaný problémy v práci, rodině či škole a také

25

MACA, Tomáš. Pijeme kvůli strachu z blízkosti. In: *Aktuálně.cz.* [online]. 3.2.2020 [cit 21.6.2022]. Dostupné z: <https://magazin.aktualne.cz/pijeme-kvuli-strachu-z-blizkosti-alkohol-nas-zbavuje-emocnic/r~87b5f69235fe11ea88f50cc47ab5f122/>

komplikovanými vztahy. Samozřejmě můžeme zmínit i nečekané situace, jako například nedoběhnutí tramvaje nebo pozdní příchod. Jakkoliv se nám tyto situace zdají banální, mohou být pomyslnou „poslední kapkou“ vršících se problémů.

Josef F. byl stresován svým náročným zaměstnáním, očekáváním přijetí nové knihy čtenáři i vystupováním na autorských čteních.

U Michaely D. byl stres spojený především s názorovými střety souvisejícími s přestěhováním se ke tchýni a tchánovi. Po nich následovaly pocity méněcennosti a vlastní neschopnosti a hledání úniku z každodenní rutiny

5. 2 Kdy si člověk začne uvědomovat, že pije příliš?

Česká republika se ve statistikách organizací, jako je např. Světová zdravotnická organizace (WHO), dlouhodobě umísťuje na předních příčkách v konzumaci alkoholu. Jak je známo, máme jedno z nejlepších piv, ale bohužel jsme i na prvním místě v konzumaci piva na světě. Jsou státy, kde se nesmí pít na veřejnosti, což pro naši republiku neplatí. Není vždy příjemné slyšet, že jsme „národ pijanů“. Proč se v České republice tolik konzumuje alkohol? Ohlédněme se zpátky do minulosti.

„Připomeňme si období, kdy byl alkoholismus v naší zemi pokládán za znak společenského rozkladu a krize. Známým odpůrcem alkoholu byl i první prezident Československé republiky, T. G. Masaryk. Sám nikdy nepil destiláty a po padesátce přestal pít alkohol vůbec.“²⁶

U Josefa F. nelze přesně určit, kdy si začal uvědomovat svoji závislost. Ta přicházela pozvolna. V knize *Úsměvy smutných mužů* se zabývá především obdobím, kdy pobýval v léčebně. Ke své minulosti se vrací prostřednictvím deníkových zápisků pořízených v léčebně:

„Prý z terapeutických důvodů, aby se ze všeho vypsál.“²⁷

V rozhovorech ale popisuje, že člověk vždy začíná u jednoho panáka, později se počet panáků zvyšuje a nakonec pije hodně... Podle svých slov zkoušel několikrát sám bez pomoci léčebny skončit s pitím. To ale nezvládl, a pobyt v léčebně považoval za nutnost.

²⁶ DOBIÁŠOVÁ, Karolína a Helena HNILICOVÁ. Alkohol v české společnosti. *Vesmír* [online]. 2020, 99(12), 700-703 [cit. 2022-06-01]. ISSN 1214-4029. Dostupné z: <https://vesmir.cz/cz/casopis/archiv-casopisu/2020/cislo-12/alkohol-ceske-spolecnosti.html>

²⁷ FORMÁNEK, Josef. *Úsměvy smutných mužů: zápisky z léčebny*. 1. vyd. Praha: Gekko, 2014, s.13. ISBN 978-80-905581-1-3.

Michaela Duffková začala na skleničce vína, později se ale dostala až na 2,5 litru vína denně. Již na začátku svého pití lahve od vína schovávala, aby si jich nevšiml její, tehdy ještě přítel, Ondřej. Každý den po usnutí své malé dcery si otevřela lahev vína a dala si dvě skleničky. Takto fungovala nějakou dobu každý den. Velkou alkoholovou akcí byla její rozlučka se svobodou a následně svatba. Z rozlučky se svobodou si Michaela nepamatuje nic, kromě pár panáků a vína. Na svatbě se kvůli alkoholu s manželem pohádali a Michaela se den po svatbě vrátila ke své lahvi vína.

Po nástupu do zaměstnání se domnívala, že problémy s pitím lépe zvládne, jelikož nebude mít tolik volného času. Bohužel se tak nestalo. O Vánocích se opila tak, že si zlomila při pádu ruku. Následovaly další a další alkoholové „dýchánky“, které samozřejmě vedly k prohloubení problémů, výčitkám a hádkám. Tehdy si Michaela již samozřejmě svoji závislost připouštěla, ale v depresích ji vždy přemohl „démon jménem alkohol.“

Podobně jako Josef F. se i Michaela pokusila nejprve přestat s pitím sama. Neúspěšně. Nepomohl ani pobyt u babičky, ani pozdější odstěhování se od manželových rodičů do vlastního bytu.

5. 3 Poslední kapka

Co je poslední kapkou u alkoholiků, kteří se rozhodnou svůj problém řešit? Může to být událost, která jim změnila život.

V případě Josefa F. to bylo jeho poslední autorské čtení.

„Šňůru autorského čtení ze své poslední knihy Syn Větru a Prsatý muž jsem absolvoval z posledních sil. Nevěděl jsem kudy kam. Jen jsem jako na smilování čekal na nástup do léčebny. Když mne kamarád a můj literární agent Slávek odvážel na poslední autorské čtení, koupil jsem si ráno na benzínce nejlepší whisky na rozloučenou a placku vodky.“²⁸

Josef F. nebyl schopen nadále fungovat ve své profesi, každý den byl totiž opilý. Uvědomoval si, že léčebna je pro něho jedinou šancí, jak se závislosti zbavit.

Měl velké štěstí, že byl do léčebny přijat bez dlouhého čekání. Běžná čekací doba totiž je více než půl roku.

²⁸ FORMÁNEK, Josef. *Úsměvy smutných mužů: zápisky z léčebny*. 1. vyd. Praha: Gekko, 2014, s. 13. ISBN 978-80-905581-1-3.

Michaela D. dlouho odolávala tlaku okolí, které se ji snažilo přimět k absolvování léčby. Stále se domnívala, že má věci pod kontrolou. Pro detox se nakonec rozhodla při pobytu u své matky, jelikož jí nebylo špatně pouze psychicky, ale i fyzicky.

„Zvedla jsem telefon a zavolala adiktoložce, u které jsem už dříve byla, a poprosila ji, jestli mi může někde zařídit co nejdříve nástup. Hlavně ať to skončí.“²⁹

Za dva dny nastoupila na osmidenní detox do Střešovic a poté do stacionáře.

5. 4 Léčebna nebo stacionář?

Největší rozdíl mezi protialkoholní léčebnou a denním stacionářem je ten, že v protialkoholní léčebně je pacient na určitou dobu „zavřený“, kdežto do stacionáře přichází ráno a večer se vrací domů. Je až obdivuhodné, že spousta abstinujících alkoholiků si vybere spíše stacionář, i když je samozřejmě obrovské riziko se každý večer vracet zpět domů, do světa plného nástrah. V obou zařízeních je pro klienty stanoven přísný řád. Ráno je vždy čeká rozcvička, skupinové a individuální terapie a v protialkoholní léčebně i pevně stanovená večerka. Z vyprávění Josefa F. je patrné, že v protialkoholních léčebnách funguje i jakýsi bodovací systém.

„Ráno jsem dostal minusový bod za pozdní příchod na léky – o dvě minuty.“³⁰

Můžeme se jenom domnívat, jaké z těchto dvou zařízení je „lepší“. V protialkoholní léčebně jste dost hlídáni, což ale neznamená, že se i tam nemohou objevit nějaké drogy. Jak už jsem zmiňovala, ze stacionáře odcházíte vždy večer, což je pro abstinujícího alkoholika vždy výzva.

Josef F. ve své knize popisuje fungování léčebny. Líčí zde také životy ostatních pacientů. Poté, co ho do léčebny přivezli, si začal psát deník (na jehož podkladě později vznikla kniha *Úsměvy smutných mužů*). Podobně jako u Michaely Duffkové podstoupil nejdříve v léčebně detox. Ve spoustě svých deníkových zápisů se zmiňuje o skupinových terapiích.

„Bylo mi na komunitě smutno při Milanově zpovědi a pocitech ze skupiny. Někdo asi není stavěný na svěřování se většímu počtu lidí.“³¹

Do léčebny ho také jezdila navštěvovat jeho manželka, dcery a další příslušníci rodiny. V léčebně žil několik měsíců a svou léčbu dokončil.

²⁹ DUFFKOVÁ, Michaela. *Zápisník alkoholičky*. Vydání první. Praha: Motto, 2020, s. 85. ISBN 978-80-267-1707-2.

³⁰ FORMÁNEK, Josef. *Úsměvy smutných mužů: zápisky z léčebny*. 1. vyd. Praha: Gekko, 2014, s. 19. ISBN 978-80-905581-1-3.

³¹ Tamtéž, s. 21.

Michaela Duffková nastoupila stacionární léčbu. Hned druhý den po jejím nástupu do stacionáře jí zemřel dědeček. V deníkovém zápisu vypráví, jak moc v ten den ocenila individuální terapii a nemusela myslet na svou ztrátu (dědeček pro ni byl velmi blízkou osobou). Podobně jako Josef F. si psala deník. Zahrnuje do něj osudy jiných pacientů, avšak spíš jen okrajově, ne tak barvitě jako Josef F. Michaela se také při své stacionární léčbě odstěhovala od manžela, což jí v její dost tíživé situaci moc nepomohlo. Zkusili spolu s manželem dokonce i párovou terapii, která ale skončila špatně. Léčbu ve stacionáři Michaela úspěšně dokončila.

Závislost člověka na alkoholu je citlivé téma. Oba zmiňovaní autoři projevili velkou dávku odvahy, když se rozhodli sdílet své životní osudy se čtenáři. Svůj boj popisují oba dva velmi otevřeně a upřímně. Kniha Michaely Duffkové vychází především z jejího stejnojmenného blogu, je ovšem rozsáhlejší a zahrnuje delší časové období.

První část knihy zobrazuje období začátků pití, soužití s manželem i jeho rodiči, narození dcery a postupné narůstání závislosti. Zápisky jsou rozděleny do poměrně krátkých kapitol s nadpisem a datem. Děj probíhá chronologicky, autorka se jen zřídka vrací do minulosti (většinou se jedná o vzpomínky na období dospívání). Převažuje poměrně jednoduchý, popisný styl, především v těch částech, ve kterých jsou zmíněny stereotypy a denní rutina:

„...a začal obvyklý kolotoč – práce, cestou domů koupit víno, udělat večeři, uspat dítě, pít...“³²

„... víno, pár panáků, přišla i moje mamka se svou nejlepší kamarádkou, pak přesun, další víno...“³³

„...ráno do práce, odpoledne vyzvednout dceru, cestou domů nakoupit, zastavit se ve vinotéce a takhle se koloběh pořád opakoval.“³⁴

Autorka předkládá čtenářům „syrovou“ realitu bez emocí. Přesto si myslím, že ve čtenáři tím právě různé emoce vyvolá, ať už kladné, nebo záporné. Někdy s autorkou pociťuje její bolest a beznaděj, jiné části zápisů mohou vyvolat záporné emoce, možná i odpor, když pročítá části o množství vypitého alkoholu a následných stavech kocoviny. Čtenář může možná

³² DUFFKOVÁ, Michaela. *Zápisník alkoholičky*. Vydání první. Praha: Motto, 2020, s 53. ISBN 978-80-267-1707-2.

³³ Tamtéž, s. 31.

³⁴ Tamtéž, s. 55.

autorku i obvinít z toho, že není dobrou matkou pro svoji dceru, když ani kvůli ní se nedokáže alkoholu vzdát.

Vzhledem k tomu, že autorka není klasickou spisovatelkou, její styl psaní je místy velmi jednoduchý, možná až trochu povrchní, bez větší snahy o oživení textu. To může při čtení chvílemi vyvolávat pocit monotónnosti nebo nudy. Některé věty jsou poněkud těžce formulované, sestavené nahrubo.

„Domluvili jsme se s manželem, že je oslavíme všichni společně, chtěla jsem, aby si je užila. Přijela moje kamarádka se syny a byly to konečně přesně takové narozeniny, jaké jsem si pro ni přála. Všichni pohromadě, v pohodě, dort, prostě jedna velká párty.“³⁵

„Všechno jsem vyslechla, dopila zbytky, co jsem měla, a šla spát, slíbila jsem, že jí přece zavolám.“³⁶

„Dvě hodinky jsem doma popracovala a pak honem do vinotéky, tyto dny jsem kupovala vína víc, na celý den jsem samozřejmě měla větší spotřebu než na večer.“³⁷

Zajímavé je i to, jakým způsobem Michaela popisuje nástup do zaměstnání a svoji práci vůbec. Toto téma jako by bylo zmiňováno pouze okrajově. Nevíme nic o tom, jak probíhal pracovní den vzhledem k „propitým“ večerům. Autorka nepředstavuje čtenářům své pracovní prostředí, kolegy, běžný pracovní den. I později, po změně zaměstnání, vše vypadá tak, jako kdyby se závislost na alkoholu do pracovních povinností vůbec nepromítala.

„V práci nikdo nic netušil, na mém výkonu se pití neprojevovalo, a tak jsem ani já neměla úplně potřebu něco řešit. Říkala jsem si, že přece nemůže být tak zle, když mám práci, ve které funguji. Fungovala jsem, ale nic netrvá věčně...“³⁸

Samozřejmě, Michaela Duffková se prvoplánově nesnažila napsat hodnotné literární dílo, ale spíš zpověď. Jak již bylo řečeno, kniha vznikala zpočátku jako zápisník „blog“ a v té době autorka neplánovala vydat tyto zápisky knižně. Ostatně výraz ZÁPISNÍK zůstává i v titulu knihy samotné. Zdá se, že nejde ani tak o vysoké spisovatelské ambice, ale především o předání vlastní zkušenosti se závislostí. A určitě o varování v tom smyslu, jak snadné je alkoholu podlehnout a jak těžké je se ze závislosti dostat.

³⁵ DUFFKOVÁ, Michaela. *Zápisník alkoholičky*. Vydání první. Praha: Motto, 2020, s. 174. ISBN 978-80-267-1707-2.

³⁶ Tamtéž, s. 85.

³⁷ Tamtéž, s. 84.

³⁸ Tamtéž, s. 84.

V průběhu knihy čtenář kromě samotného textu pročítá též deníkové zápisky (především v části týkající se léčby ve stacionáři) a autorčiny příspěvky z facebooku. Takové uspořádání by mohlo být oživením celé knihy, jelikož by jí mohlo přidat na autentičnosti a atraktivitě. Mohlo by... V *Zápisníku* se ale bohužel toto prolínání různých typů „výpovědí“ chvílemi příliš nedaří. Vytrácí se časová posloupnost, některé informace se několikrát zcela zbytečně opakují, což působí trochu chaoticky a ztěžuje orientaci v textu. Pokud kniha vznikala propojením různých textových zdrojů, zasloužila by si trochu více upravit.

„Nevím přesně, kdy se to stalo, ale jeden večer, když jsem si zase tak hezky sama seděla a pila, přijel Manžel, já jsem sotva stála na nohou, ale vychrlila jsem na něj spoustu nadávek, že za všechno může on, že chci pryč, že už v tomhle domě déle nebudu, že piju vlastně kvůli tomu, že se tam dusím, Odpovědi mi byla facka. Posbírala jsem se a šla jsem spát.“³⁹

„Jednou večer se Ondra vrátil relativně brzy a já jsem s tím nepočítala, našel mě na mém obvyklém místě, kde jsem popíjela víno z pet láhve.(...)Poslední slova zněla: 'Ondro, je to všechno tvoje chyba.' Odpověděl mi fackou. Tím naše hádka skončila. Jen jsem se sebrala a šla spát“⁴⁰

Třetí část knihy (*Abstinence*) odkrývá problém alkoholové závislosti Michaelina otce. Je dost popisná, líčí autorčinu snahu přesvědčit svého otce k podstoupení léčby. Čtenářům se navíc odkrývají další členové autorčiny rodiny a vztahy mezi nimi.

Sledujeme i první myšlenky vytvoření blogu, na kterém chce Michaela popisovat svůj boj s alkoholem... Autorčino vyprávění v této chvíli vyznívá daleko optimističtěji a klidněji, cítíme radost z dobře zavedeného blogu i nadšení z nominace na cenu Magnesia Litera.

Mezitím stále vnímáme autorčinu nejistotu ve vztahu k manželovi.

„Mezitím jsem si vyjasňovala svoje pocity vůči manželovi, pomalu jsem přicházela na to, které situace a rozpory náš vztah poznamenaly míň, které víc. Co jsem schopná odpustit a s čím jsem schopná nějak fungovat.“⁴¹

„Tolik jsem ho potřebovala, a on místo toho ryl a ryl, víc a víc. Já a moje hrdost jsme samozřejmě nemohly ustoupit. Nemohla jsem mu přiznat, že mi chybí. Sama jsem si ještě dělala pořádek v tom, co bylo naším problémem.“⁴²

³⁹ DUFFKOVÁ, Michaela. *Zápisník alkoholičky*. Vydání první. Praha: Motto, 2020, s. 47. ISBN 978-80-267-1707-2.

⁴⁰ Tamtéž, s. 51.

⁴¹ Tamtéž, s. 102.

⁴² DUFFKOVÁ, Michaela. *Zápisník alkoholičky*. Vydání první. Praha: Motto, 2020, s. 205. ISBN 978-80-267-1707-2.

Pokud bychom se měli zamyslet nad tím, jak Michaela popisuje roli svého manžela v celém svém příběhu, pak se může zdát, jako by ho většinou obviňovala. Často mu klade za vinu, že on sám způsobil všechny jejich společné problémy, např. tím, že se postavil na stranu svých rodičů a nezastal se jí. Vyčítá mu, že dostatečně nechápe její problémy, že s ní není ochoten o nich mluvit. Svůj názor přehodnotí teprve později, po absolvování léčby, kdy se na jejich vztah dívá z jiné perspektivy a už také s „čistou hlavou.“ Poměrně málo prostoru je věnováno autorčině dceři.

V závěru knihy najdeme kapitolu s názvem *Můj boj jinýma očima*. Je to prostor věnovaný autorčiným blízkým – matce, bratrovi a manželovi. Každý z nich tu nahlíží na Michaelin životní příběh. Každý ze svého pohledu. Je zřejmé, že problém alkoholismu se úzce dotýká nejen samotného závislého, ale i celé jeho rodiny. Když se okolí snaží závislému pomoci, a on pomoc odmítá a svůj problém zlehčuje, vede to k pocitům vyčerpání a bezmoci. A je velmi těžké sledovat, jak si blízká osoba (dcera, sestra, manželka) soustavně ničí zdraví a celý svůj život. Pro všechny jmenované byl Michaelin nástup na stacionární léčbu velkou úlevou a jsou připraveni ji podporovat i nadále, protože boj se závislostí pro ni neskončí nikdy.

Knih *Úsměvy smutných mužů* se od *Zápisniku alkoholičky* v mnohém odlišuje. V první řadě je to tím, že Josef Formánek nevypráví pouze svůj příběh, ale předkládá čtenářům životní osudy více lidí. Tyto osudy jsou odposlouchané během pobytu v protialkoholické léčebně, který autor absolvoval poté, co si konečně přiznal, že skončit s pitím sám je nad jeho síly. Příběhy pacientů jsou zobrazeny jako jakási koláž, různě se proplétají, v průběhu knihy se znovu objevují.

Některým z postav je v knize věnováno více místa, jejich životní příběh je delší a autor sám o něm více přemýšlí a vrací se k němu (Václav K., Milan P.). U jiných postav se naopak dozvíme jen střípky z jejich života před pobytem v léčebně. Předpokládáme, že pacienti jsou lidé pocházející z různých prostředí i sociálních vrstev. Ne vždy se v knize dočteme, co bylo příčinou alkoholové závislosti u jednotlivých postav, to si můžeme jen domyslet. Co ale všechny spojuje, je životní zklamání, rodinné či partnerské konflikty, pracovní neúspěchy. Někdo o nich dokáže hovořit otevřeně, ať už v průběhu skupinových terapií nebo při soukromých rozhovorech. Tak získává autor, a posléze i čtenář, představu o jejich osudech.

„Další den zajímavá skupina Petra B. Myslím, že Josefa F. vyděsila. Ani ne tím, když Petr B. vyprávěl, že v závěrečné fázi své alkoholické kariéry vypil osm litrů krabicového vína denně a dvě v noci, ale tím, že je v léčebně podvanácté.“⁴³

„Další den si Josef F povídal s Martinem J. na lavičce v parku o závislosti, o malém černém draku v nás, jak roste s každým hltém douškem, kterým ho živíme.“⁴⁴

Z výpovědí pacientů i z rozhovorů s nimi čerpal Josef Formánek materiál pro svoji knihu.

„Většinu času, každou volnou chvíli, trávil Josef F. sepisováním osudů lidí, kteří ho v léčebně zaujali. Aniž tušil, k čemu to bude dobré. Prostě musel pracovat, aby se nezbláznil z ticha v tom akváriu, v němž byl.“⁴⁵

Podobně jako v *Zápisníku alkoholičky* jsou v *Úsměvech smutných mužů* použity úryvky z deníku:

„Zkusil si napsat deník, do sešitu, který mu daly sestry. Prý z terapeutických důvodů, aby se ze všeho 'vypsal'.“⁴⁶

Zatímco v ostatním vyprávění autor sám o sobě píše ve 3. osobě, jako o Josefu F., deníkové záznamy jsou napsány v 1. osobě. Jsou jakýmsi kontrastem k ostatnímu textu, protože obsahují zamyšlení, pocity, nálady. Často sestávají z velmi krátkých vět nebo ekvivalentů. Grafická úprava textu – každá věta napsaná samostatně – dává výpovědím větší důležitost, váhu.

„Budu bojovat.

Bojovat.

Jsem na válečné stezce, táhnu do boje s chlastem. A já jsem válečník.

No pasarán.

Neprojdou!

Jen přes moji mrtvolu.

Doslova

⁴³ FORMÁNEK, Josef. *Úsměvy smutných mužů: zápisky z léčebny*. 1. vyd. Praha: Gekko, 2014, s. 60. ISBN 978-80-905581-1-3.

⁴⁴ Tamtéž, s. 108.

⁴⁵ Tamtéž, s. 84

⁴⁶ Tamtéž, s. 13.

Vím to.

Nejsem idiot.

Proto budu bojovat – jako o život.

*Bud' on, nebo já!*⁴⁷

V deníkových zápiscích autor přemýšlí o svém životě, často o tom, z čeho má strach, kde jsou jeho slabé stránky, co už v životě dokázal a k čemu vlastně směřuje. Objevují se pochyby o sobě samém, obavy ze selhání. Hledání věcí, které přinášejí v každodenním životě radost.

*„K čertu se strachem, že nebudu dost dobrý, že nebudeme mít dost peněz, kčertu s tím, co si o mně druzí pomyslí! ... Mít dobrý pocit sám ze sebe. Z krásných věcí, co jsem viděl, ze všech příjemných chvil.“*⁴⁸

*„Dřív jsem se trápil tím, abych dělal perfektně magazin – a při psaní jsem zase toužil po dokonalosti. (...) Ale dokonalost je pomíjivá. I to nejnádhernější dílo, i ta nejpevnější stavba má svůj poločas rozpadu.“*⁴⁹

Pobyt v léčebně stanovuje pacientům každodenní pevný řád. Podobný řád si pak každý z nich musí nastolit i do budoucna, každý ve svém životě. Abstinence si vyžádá změnu jejich životního stylu. Josef F. se v léčebně setkal s případy, kdy pacient podstupoval odvykací léčbu opakovaně. Ve svých zápiscích se zamýšlí nad tím, čím nahradí alkohol ve svém životě, co by ho mohlo nejvíce naplňovat. On sám se do léčebny už nikdy vracet nechce. Zároveň si uvědomuje, že stačí jedna sklenička a problémy jsou zpět. V závěru knihy jsou zmiňovány osudy pacientů, kteří pobývali v léčebně ve stejnou dobu jako Josef. Několik z nich svůj boj s alkoholem prohrálo... Úplný závěr knihy není optimistický. Z pohledu autora přesto vyznívá nadějně a je z něj patrné odhodlání k tomu, že on se nevzdává.

„Josef F. se překonal, proti své slabé vůli si navlékl bundu a šel sekat dříví.

Bude to boj každý den.

*Aspoň si budu pořád uvědomovat, že žiju. Usmál se.“*⁵⁰

Prostředí léčebny a osudy pacientů jsou samy o sobě tématem závažným a depresivním. Přesto autor nazval svoji knihu *Úsměvy smutných mužů*. Najdeme zde i situace k pousmání.

⁴⁷ FORMÁNEK, Josef. *Úsměvy smutných mužů: zápisky z léčebny*. 1. vyd. Praha: Gekko, 2014, s. 14. ISBN 978-80-905581-1-3.

⁴⁸ Tamtéž, s. 43.

⁴⁹ Tamtéž, s. 53.

⁵⁰ Tamtéž, s. 113.

„Zakřičel jsem na něj, jestli mu nevadí, že se na něj za zdi z balkonu dívá jakási starší paní. Jarmil vystrčil holý zadek přímo na ni a zařval: 'Vždyť ví, že jsme v blázinci'.“⁵¹

„Ze dveří od schodiště vyšla sestřička.

'Mám dole prádlo. Pomůžete mi s ním?'

'Rádi, ale vždyť jste oblečená,' usmál se muž.“⁵²

Na motivy knihy *Úsměvy smutných mužů* natočil v roce 2018 režisér Dan Svátek stejnojmenný film.

⁵¹ FORMÁNEK, Josef. *Úsměvy smutných mužů: zápisky z léčebny*. 1. vyd. Praha: Gekko, 2014, s. 108. ISBN 978-80-905581-1-3.

⁵² FORMÁNEK, Josef. *Úsměvy smutných mužů: zápisky z léčebny*. 1. vyd. Praha: Gekko, 2014, s. 20. ISBN 978-80-905581-1-3.

5 Jazykové porovnání

V knize *Zápisník alkoholičky* je použitý především jazyk spisovný. Autorka se většinou drží spisovných mluvnických tvarů. Spisovný jazyk opouští na místech, která vyjadřují silné emoce nebo vyhrocené situace.

„*To určitě, ví úplně hovno, jaký to je, prát se s tím posraným chlastem. Všichni jsou hrozně chytrý, když se s tím nikdy prát nemuseli.*“⁵³

„*Nedovedu asi popsat to, jak se mi ulevilo, byla jsem, a to úplně hnusně bez okolků přiznávám, naprosto v prdeli.*“⁵⁴

Alkohol „cítíme“, především v první části knihy, téměř z každé stránky a často nacházíme výrazy jako *chlast, panáky, hladinka, flaška, knajpa*. Tyto výrazy vyvolávají při čtení úplně jiný dojem než neutrální *láhev vína*. Patří už zcela jistě do světa alkoholika. Je zvláštní si v takovém světě představit ženu – alkoholičku, tím spíše matku malé dcery. Autorka navíc svým vzhledem alkoholičku, i když abstinující, - na první pohled nepřipomíná.

V kontrastu k výše uvedeným nespisovným či slangovým výrazům stojí užití citově zabarvených slov pro označení členů rodiny – *mamka, taťka, brácha, babička*. To dokazuje, že k těmto osobám má autorka silný citový vztah. Má je velmi ráda, a to i přesto, že tito její blízcí si možná daleko dříve uvědomují její závislost na alkoholu a snaží se ji přimět k podstoupení léčby.

Autorčin vztah k manželovi bych označila nejspíše jako rozporuplný, což dokazuje i to, že autorka ho ve většině případů označuje právě slovem *manžel*. Jeho křestní jméno *Ondřej* používá jen zřídka. Totéž platí i pro její dceru. Je sice zvláštní, že své malé dcerce věnuje v knize minimum prostoru, ale možná záměrně nechce spojovat „alkoholovou“ fázi svého života s postavou malého dítěte.

Autorka vypráví svůj příběh s použitím neutrálních jazykových prostředků (až na již výše zmíněné citově vyhrocené situace). Užívá jazyk, který můžeme běžně slyšet kolem sebe. Místy nacházíme přímou řeč, ale není jí mnoho.

V knize je poměrně málo míst, která by autorka věnovala vylíčení svého „vnitřního“ života, myšlenek, pocitů, nálad.

⁵³ DUFFKOVÁ, Michaela. *Zápisník alkoholičky*. Vydání první. Praha: Motto, 2020, s. 146. ISBN 978-80-267-1707-2.

⁵⁴ Tamtéž, s. 86.

„Kolotoč...Jeden velký kolotoč...Řetízkový, z toho se mi vždy dělalo špatně, stejně jako ze sebe, když jsem se toho rána podívala do zrcadla. Už nemůžu, nechci, zničím sebe, svoji rodinu, vlastní dítě.“⁵⁵ .

„Nefungovalo nic, veškerá intimita našeho vztahu byla pryč. Vůbec jsem nevěděla, co vlastně cítím. Co chci.“⁵⁶

V knize téměř nenajdeme řečnické otázky a jen zřídka se objeví neukončené výpovědi.

„Fungovala jsem, ale nic netrvá věčně...“⁵⁷

„Místo myšlenek na něj jsem myslela na další večer, kdy budu pít, jak budu pít, kam to pití schovám...“⁵⁸

V knize *Úsměvy smutných mužů* se střídá vypravování v 1. a ve 3. osobě a s tím je též spojené užití spisovného a nespisovného jazyka. Části psané ve 3. osobě zachovávají spisovný jazyk a také větná stavba je propracovanější.

„Cokoli kladného, co rozezvučelo dávno zpráchnivělou mandolínu kapitána Corelliho, již si půjčil při čtení stejnojmenné knihy, která ho kdysi nadchla, se počítalo. I když to bylo nepřípustné.“⁵⁹

„Tančil s ostatními muži na parketu. Shluk alkoholem unavených tanečnicků potácejících se s dětsky poťouchlými výrazy ve tvářích.“⁶⁰

V deníkových zápiscích nacházíme větší množství nespisovných tvarů (*krásnej víkend, úžasný místo, hnusný pocity, je tak přemejšlivej...*). Použití přímé řeči v knize přispívá k větší autenticitě líčených životních osudů postav a autor si sem dovolí vložit i vulgarismy.

„Aby ses z něj neposral,“ řekl mu u popelníku Milan.⁶¹

„Když jsem se jednou ožral, tak jsem si je na záchodě posral.“⁶²

„Ženě se nelíbilo, že piju a že jsem pořád v prdeli. V hospodě nebo v práci. Tam jsme kalili taky. Ale prachy jsem domů nosil. Taky jsem koupil vedlejší byt 1+1 a zkusil ho propojit se starým bytem. Panel, kurva, vůbec nešel rozbit, ale co bych kvůli starý neudělal, aby nenadávala.“⁶³

⁵⁵ DUFFKOVÁ, Michaela. *Zápisník alkoholičky*. Vydání první. Praha: Motto, 2020, s. 85. ISBN 978-80-267-1707-2.

⁵⁶ Tamtéž, s. 154.

⁵⁷ Tamtéž, s. 84.

⁵⁸ Tamtéž, s. 64.

⁵⁹ FORMÁNEK, Josef. *Úsměvy smutných mužů: zápisky z léčebny*. 1. vyd. Praha: Gekko, 2014, s. 85. ISBN 978-80-905581-1-3.

⁶⁰ Tamtéž, s. 94.

⁶¹ Tamtéž, s. 38.

⁶² Tamtéž, s. 20.

⁶³ Tamtéž, s. 64

I přes občasné použití výše uvedených výrazů nevyznívá kniha nijak vulgárně. Prostředí léčebny s sebou nese i typické slangové výrazy (*alkáč, delírko, toxik, depka...*).

Závěr

Co říci závěrem? Přemýšlím, jaký smysl mají knihy o závislostech. V čem je jejich přínos? Kdo jsou vlastně čtenáři tohoto typu knih?

Mám-li si představit člověka závislého na alkoholu, rozhodně si ho nepředstavím s knihou v ruce. Tím méně člověka drogově závislého. Chápat tedy tyto knihy jako „návod“ k tomu, jak zvítězit nad drogou, určitě nelze. Jde tedy spíše o osvětu a varování. A to jak pro mladé lidi, tak pro starší generaci, protože „spadnout“ do toho může člověk bez ohledu na to, kolik je mu let. V souvislosti s osvětou mě napadá využití některých výše uvedených knih při práci v hodinách literatury už na základní škole, např. *Memento* nebo *My děti ze stanice ZOO*. Prevence je v tomto případě na prvním místě. Co se týká zmíněných knih o boji s alkoholem, tam se domnívám, že osloví spíše o něco starší čtenáře.

Jak už jsem se zmiňovala při rozboru vybraných titulů, autoři se nesnažili vytvořit umělecky bezchybný text. Šlo jim o sdílení zkušeností, o pravdivost vyjádření. Ukázali čtenářům, jak obtížným soupeřem je pro člověka alkohol, že zvítězit nad ním je velmi obtížné a pro některé lidi bohužel nemožné, jak to dokládají opakované pobyty v protialkoholních léčebnách, nebo dokonce předčasná úmrtí způsobená nadměrným pitím.

Vydat autobiografickou knihu, v níž se člověk veřejně přiznává ke své závislosti, vyžaduje velkou dávku odvahy. Autor pouští čtenáře do své intimní zóny, předkládá mu svoje záporné stránky, svoje slabá místa. Člověk se za normálních okolností nesnaží upozorňovat na vlastní nedostatky. Avšak ve zmiňovaných knihách je to naopak. Máme pocit, jako by neexistovalo nic, za co bychom mohli autora pochválit. Vždyť si své problémy vlastně způsobil sám...

Přesto si autoři obdiv zaslouží. Nejen za to, že se otevřeně přiznali ke své závislosti, ale i za to, že nad ní dokázali zvítězit. Alespoň doposud, protože, jak už bylo řečeno, vyhráno nebudou mít nikdy, hrozba přetrvává.

Období, kdy jsem začala přemýšlet o své bakalářské práci, bylo hodně specifické. Bylo to totiž období coronavirové pandemie. Nemělo by smysl rozsáhle tuto dobu popisovat, protože s ní má zkušenost každý. Zmiňuji se o ní proto, že podle nejrůznějších průzkumů s sebou přinesla i zvýšení spotřeby alkoholu v České republice. Zavřené obchody, divadla, restaurace, ztráta zaměstnání a sociálních kontaktů. To vše se nutně muselo odrazit v psychice lidí. To vše

mohlo vyvolat stres. A právě stres, jak již bylo výše napsáno, je jedním z hlavních spouštěčů závislosti na alkoholu.

Vrátím se zpátky k otázce, jaký smysl mají knihy o závislostech. Osobně si myslím, že každý člověk, který si některou z těchto knih přečte, zapřemýšlí nad jejím sdělením a uvědomí si nebezpečí alkoholismu, je důkazem toho, že zmíněná díla mají smysl. Bude mít určitě větší šance sám nepodlehnout nebo pomoci někomu jinému, kdo neměl tak pevnou vůli.

Resumé

V této bakalářské práci byla provedena analýza čtyř knih zabývajících se tematikou drog. Konkrétně byla v práci rozebírána díla *My děti ze stanice Zoo* od Christiane F., *Na vlastní kůži* od Kate Holdenové, *Úsměvy smutných mužů* od Josefa Formánka a *Zápisník alkoholičky* od Michaely Duffkové. Všechny zmíněné knihy byly podrobně analyzovány. Výsledkem práce byla autobiografická analýza autorů a jejich problémů se závislostmi.

Resumé

An analysis of four books concerning the subject of drugs was done in this bachelor's thesis. The particular literary works discussed are *My děti ze stanice ZOO* by Christiane F. , *Na vlastní kůži* by Katie Holden, *Úsměvy smutných mužů* by Josef Formánek and *Zápisník alkoholičky* by Michaela Duffková. All the before mentioned books were analysed in detail. The outcome of this thesis is an autobiographical analysis of the authors and their issues with addictions.

Seznam literatury

Beletristické knihy

DUFFKOVÁ, Michaela. *Zápisník alkoholičky*. Vydání první. Praha: Motto, 2020. 243 s. ISBN 978-80-267-1707-2.

F., Christiane, HERMANN, Kai, ed. a RIECK, Horst, ed. *My děti ze stanice ZOO*. Překlad Zuzana Soukupová. 6. vyd., V nakl. OLDAG 4. vyd. Ostrava: OLDAG, 2003, ©1995. 261 s., [32] s. obr. příl. ISBN 80-86508-28-5.

F., Christiane a VUKOVIC, Sonja. *Christiane F. - můj druhý život: autobiografie*. 1. vyd. Ostrava: OLDAG, 2014. 273 s., [16] s. barev. obr. příl. ISBN 978-80-7411-077-1.

FORMÁNEK, Josef. *Úsměvy smutných mužů: zápisky z léčebny*. 1. vyd. Praha: Gekko, 2014. 112 s. ISBN 978-80-905581-1-3.

HOLDEN, Kate. *Na vlastní kůži: skutečný příběh o návratu z pekla prostituce a drog*. Vyd. 1. Brno: Jota, 2006. 284 s. ISBN 80-7217-421-5.

JOHN, Radek. *Memento*. V CZ Books vyd. 1. Praha: CZ Books, 2008. 289 s. ISBN 978-80-86947-53-2.

Odborná literatura

JANÍK, Alojz a DUŠEK, Karel. *Drogy a společnost*. Vydání 1. Praha: Avicenum, 1990. 342 stran. Život a zdraví. ISBN 80-201-0087-3.

JANOŮŠEK, Pavel, ed. a ČORNEJ, Petr, ed. *Dějiny české literatury 1945-1989*. Vyd. 1. Praha: Academia, 2007-2008. 4 sv. ISBN 978-80-200-1527-3.

KABÍČEK, Pavel a kol. *Rizikové chování v dospívání a jeho vztah ke zdraví*. Vyd. 1. Praha: Triton, 2014. 343 s. ISBN 978-80-7387-793-4.

KALINA, Kamil a kol. *Drogy a drogové závislosti: mezioborový přístup*. 1. vyd. Praha: Úřad vlády České republiky, ©2003. 2 sv. (319, 343 s.). Monografie; no. 1. ISBN 80-86734-05-6.

MARHOUNOVÁ, Jana a NEŠPOR, Karel. *Alkoholici, fetišci a gambleři*. 1. vyd. Praha: Empatie, 1995. 110 s. Společensko-vědní řada. ISBN 80-901618-9-8.

MOCNÁ, Dagmar a kol. *Encyklopedie literárních žánrů*. 1. vyd. Praha: Paseka, 2004. 699 s. ISBN 80-7185-669-X

NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. Vyd. 2., upr. Praha: Portál, 2003. 151 s. ISBN 80-7178-831-7.

NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. 5., rozšířené vydání. Praha: Portál, 2018. 255 stran. ISBN 978-80-262-1357-4.

PAVERA, Libor a VŠETIČKA, František. *Lexikon literárních pojmů*. 1. vyd. Olomouc: Nakladatelství Olomouc, 2002. 422 s. ISBN 80-7182-124-1.

PEŠEK, Roman, VESELÁ VONDRÁŠKOVÁ, Andrea a VESELÝ, Ondřej. *Drogová závislost, aneb, Rychlý běh po krátké trati: poradenská příručka pro děti, dospívající a jejich rodiče*. Písek: Arkáda - sociálně psychologické centrum, ©2007. 80 s. ISBN 978-80-239-9405-6.

SKÁLA, Jaroslav. *Lékařův maraton: ber a dávej*. Vyd. 1. Praha: Český spisovatel, 1998. 191 s., [16] s. obr. příl. ISBN 80-202-0663-9."

ŠEDIVÝ, Václav a VÁLKOVÁ, Helena. *Lidé, alkohol, drogy*. 1. vyd. Praha: Naše vojsko, 1988. 158 s.

Internetové zdroje

DOBIÁŠOVÁ, Karolína a Helena HNILICOVÁ. Alkohol v české společnosti. *Vesmír* [online]. 2020, 99(12), 700-703 [cit. 2022-06-01]. ISSN 1214-4029. Dostupné z: <https://vesmir.cz/cz/casopis/archiv-casopisu/2020/cislo-12/alkohol-ceske-spolecnosti.html>

MACA, Tomáš. Pijeme kvůli strachu z blízkosti. In: *Aktuálně.cz*. [online]. 3.2.2020 [cit 21.6.2022]. Dostupné z: <https://magazin.aktualne.cz/pijeme-kvuli-strachu-z-blizkosti-alkohol-nas-zbavuje-emocnic/r~87b5f69235fe11ea88f50cc47ab5f122/>

Host Lucie Výborné. Rozhlas, ČRo – Radiožurnál, 26. října 2010, 9.05. Dostupné také z: <https://radiozurnal.rozhlas.cz/marian-koranda-6216312>

Film

Úsměvy smutných mužů [film]. Režie Dan Svátek Česko, 2018