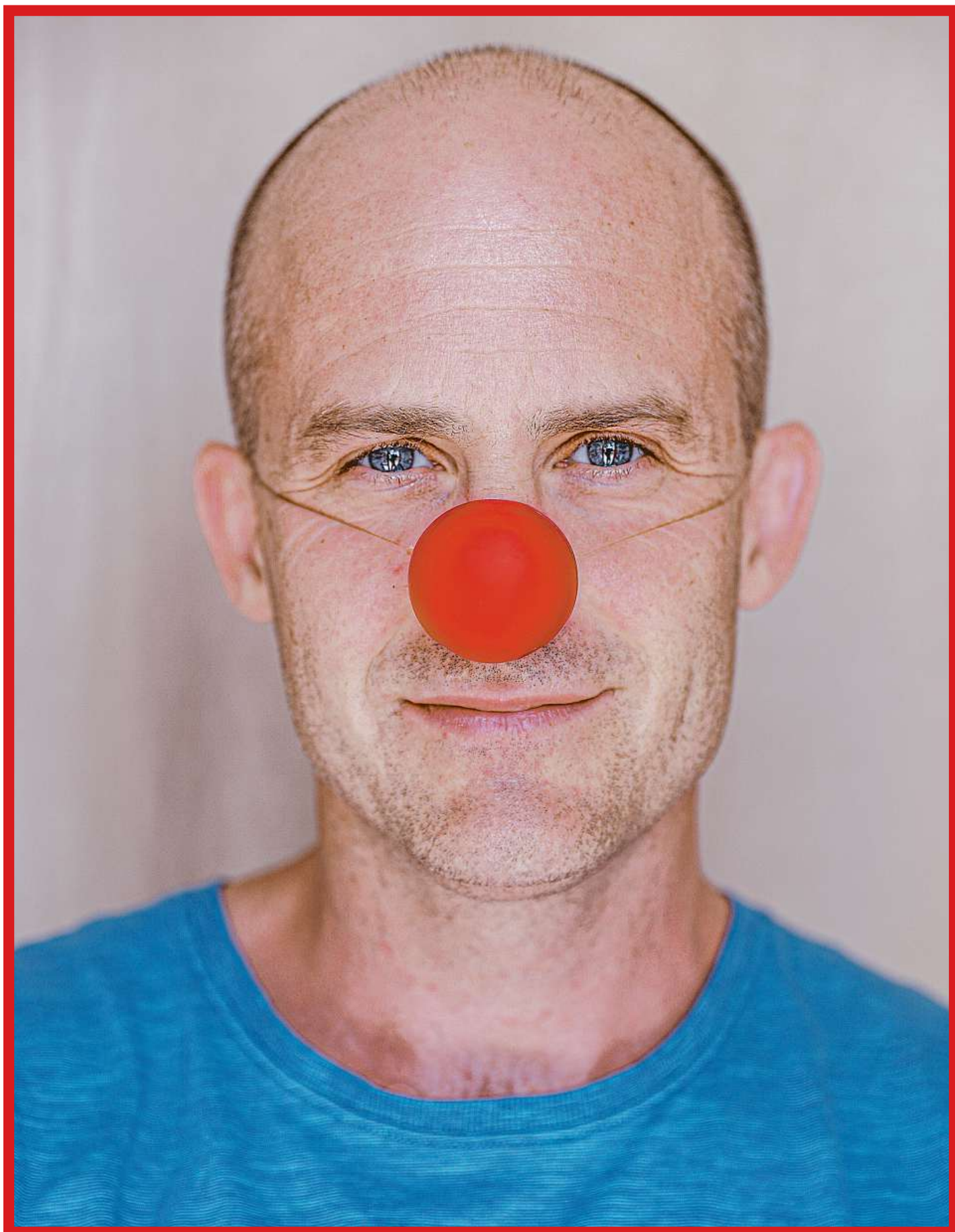




VÁNOČNÍ HRÁTKY V NEMOCNICÍCH

Zdravotní klaun a muzikoterapeut **JAN KYNCL**
o zázracích v nemocnicích, komunikaci pomocí hudby
a také o tom, jak mu v překonávání těžkých chvil
pomáhá spiritualita.

Text:
Foto:

Marie Niček
Petr Kozlák

Při rozhovoru jsem se setkala s hudebníkem Janem Kynclem, mnozí jej ale znají pouze coby vážného lékaře MUDr. Radka Suchara, CSc. Jan Kyncl totiž již třináct let působí jako zdravotní klaun a v bílém plášti s červenou bambulkou na nose dělá společnost dětským i letitým pacientům v nemocnicích nebo domácí péči, a to i o Vánocích. Jestli si ale někdo myslí, že se při jeho návštěvě od lůžek ozývá jen bujarý smích, je na omylu. S Janem jsme si společně i poplákali. Ve své klaunské roli je svědkem těžkých osudů, kdy pomocí muzikoterapie komunikuje i se smrtelně nemocnými dětmi nebo pacienty v kómatu. Jeho úkolem proto není jen rozesmát, ale snažit se uvolnit nebo přijmout situaci a pomoci stmelit zdravotnický personál i celou rodinu.

Je i v nemocnicích cítit vánoční atmosféra?

Určitě. O Vánocích je v nemocnicích rušno. Je to období, kdy se akcentují pocity lásky a soukromosti – a s programem přichází mnoho charitativních organizací. My v rolích klaunů se snažíme působit celý rok. Samozřejmě ale máme i speciální vánoční klauniády, kdy se třeba převlečeme za stromeček nebo v nemocnicích přespáváme a pacienty navštívíme v noci. Zakladatel zdravotních klaunů Gary Edwards vymyslel i projekt Vánoční zázrak, kdy na oddělení přivedl smyčcový kvartet s baletkou. Pro

pacienty to bylo velké překvapení a udělalo to velké kouzlo.

Stává se z klauna takový Santa, který plní přání?

To ne, stále jsme v rolích lékařů. Já jako Radek Suchar třeba nemám Vánoce vůbec rád. Téma Vánoc nemusí být plné sentimentu, kdy si společně zazpíváme koledu. Jde o humor – a ten může vzejít právě z takového prudiče, jako je Radek. Přijdu třeba s kolegyní, která Vánoce naopak miluje, a ze střetu těchto kontrastů vznikne gag.

Kdo je Radek Suchar?

Radek Suchar je podrážděný sebestředný docent, kterého zajímají jen jeho vědecké experimenty. Pocházím z vědecké rodiny, můj prapředek byl Otto Wichterle, a všímám si u sebe tendence jít přes mrtvolu nebo se do něčeho natolik zabrat, že zapomínám na všechno kolem. Jako klaun pak vezmu nějakou svoji vlastnost, která nemusí být v běžném životě úplně pozitivní, vědomě ji ale zveličím, a tím se z toho stane vtip. Vznikne z toho pak klaunská scénka, že se třeba přerazím, protože si nevšímnu dveří.

Je tedy v nemocnicích často slyšet smích?

V nemocnicích samo o sobě moc smíchu není. Když tam přijdeme jako klauni, občas se obje-

» Vánoce nemusejí být plné sentimentu. Jde o humor – a ten může vzejít i z takového prudiče, jako je doktor Radek Suchar. <<



Zdravotní klaun nepatří jen k dětem. Ulevit v těžké chvíli, rozesmát a zbavit stresu anebo jen rozptýlit nekonečnou nemocniční nudu dokážou tito specializovaní herci na každém nemocničním oddělení – i v domovech těžce nemocných.

ví. Neděje se to ale automaticky a není to ani primárním cílem. Je rozdíl mezi zdravotním a cirkusovým klaunem. Cirkusový klaun má za úkol rozesmát, my ale pracujeme více komplexně a smích je spíše taková třešnička na dortu. Děti se přirozeně chtějí smát. Smích uvolňuje stres a je to způsob, jak se uvolnit. Pobavit ale jen děti nestačí. Pracujeme s celým prostředím. S doktory, sestrami, rodiči. Když se to podaří, zlepši se nálada všem a pozitivní atmosféra vydrží déle.

Jste hudebník. Zdravotní klaunové bývají svou profesí spíše umělci než terapeuty?

Nejde o terapeutickou metodu a naším cílem není léčit. Většina zdravotních klaunů pochází z uměleckého prostředí. Jsou mezi námi herci, muzikanti, ale třeba i farář. Psychologové minimálně. Podle mého názoru k určitému terapeutickému procesu při naší práci dochází. Otázka ale je, jak to uchopit systémově. Na Západě, kde zdravotní klauni působí už třicet let, jsou v nemocnicích koordinátoři, kteří seznamují personál a členy rodiny s tím, co děláme, oni vědí o našich službách a mohou si je vyžádat. V Česku pracujeme zatím autonomně a vše je založené na individuálních vztazích, které se utvořily na základě dlouhodobé spolupráce s konkrétní institucí.

Jak dokáže zdravotní klaun pomoci?

Záleží na konkrétním oddělení. Na dětském pracujeme se strachem z bílého pláště. Proto máme identitu lékařů. Děti se setkají s člověkem, který vypadá jako doktor, a vidí, že se ho nemusejí bát. Pomáhá to sblížení se zdravotnickým personálem, vzájemné spolupráci. Když pracujeme se starými lidmi, primárním cílem není rozesmát, ale spíše je socializovat nebo zbavit strachu z bolesti. Moje specializace je muzikoterapie a hudbu používám jako komunikační prostředek, například s lidmi s demencí nebo na jednotce intenzivní péče, kde děti nemůžou mluvit. Také se zabýváme paliativní péčí. Chodíme k pacientům domů a zde opět nejde primárně o to, smát se, ale spojit rodinu, pomoci smířit se se smrtí nebo odvést pozornost k jinému tématu.

Co musím splnit, abych se mohla stát zdravotním klaunem?

Hlavní kvalifikace není znalostní a dovednostní, ale osobnostní. Je třeba projít procesem sebepoznání a zjistit, kdo jste. Klaun je naše skutečné já. A musíte přijmout sama sebe i se všemi svými negativními vlastnostmi – a to není jednoduché. I když úspěšně projdete přijímacím řízením, zdaleka to nekončí. Musíte být ochotná se neustále rozvíjet. Je to práce, která trvá celý váš klaunský život.

Musíte být vtipný?

Na castingu se testuje, jestli člověk dokáže být autenticky vtipný. Gary Edwards používá jedno jednoduché cvičení. Spočívá v tom, že musíte na jevišti přemístit nafukovacího kačera z jedné židle na druhou a po celou dobu udržovat oční kontakt s publikem. Nic víc. Nejde o to, vymyslet nějaký gag. Ve výsledku je to ale neskutečně vtipné, protože to děláte s naprostou vážností. Dobrý klaun je ten, kdo i z maličkosti dokáže udělat něco velkého. Gary vás sleduje, a když během toho úkolu projevíte svůj charakter, který ho osloví, vybere vás. Jde o to, dovolit nemít věci pod kontrolou, být ale plně v přítomném okamžiku a kdykoli být schopný kontrolu zase převzít. Podobně jako pilot v letadle.

Převážně tedy improvizujete, nebo máte nějaké dopředu připravené scénky?

Improvizace vychází z pochopení vlastního charakteru. Není to herecká role, kterou si obléknu a zase svléknu. Vycházím ze své vnitřní podstaty a znám se natolik dobře, abych dokázal v jakémkoli okamžiku rozpoznat, jak se cítím a co mám udělat. Součástí tréninku je učit se otevřenosti ke všem impulsům a být schopný je během pár sekund zachytit. Není to mentální koncept, nepřemýšlíme o tom, jen to na sebe necháme působit. Kdybych měl dopředu vymyšlené, že přijdu a zahraju třeba písničku, mohl bych zamezit tomu, aby se dělo to, co se v tu chvíli má dít. Samozřejmě ale máme sadu nástrojů, které používáme. Já jako muzikant pracuji často s hudbou nebo hlasem.

Jak to probíhá, když vejdete k pacientovi do místnosti?

Snažíme se ctít jeho soukromý prostor. Lékaři to nedělají a vstupují bez ptaní. My tedy zaklepeme, představíme se a zeptáme se, jestli smíme dál. Dáme jim čas se rozhodnout a mezitím nasáváme atmosféru v místnosti mezi všemi zúčastněnými. Odpálili jsme míček a čekáme, co přiletí zpátky. Na základě naší autentické reakce pak může vzniknout něco, co zafunguje. Obzvláště děti mají šestý smysl a poznají, když na ně něco šijete. Přiznáme třeba, že nás zaskočily. Nesnažíme se to zamáznout, ale naopak hezky rozmázneme, že jsme se ocitli v úzkých. Důležité je, aby začala hra. A aby měla co nejjednodušší pravidla a mohli s námi hrát všichni, aniž by o tom museli nějak zvlášť přemýšlet.

Je něco, co funguje vždy?

Nic. (*směje se*) Nic nefunguje vždycky, a to je na tom to krásné. Nejistota dělá věci živými. Neskrýváme nejistotu, strach nebo neúspěch. I odmítnutí může být ale ohromně vtipné. Nepustí nás dovnitř, můžeme ale rozehrát scénku u dveří. Takhle jsme třeba jednou odchá-

zeli asi deset minut. Nevešli jsme do pokoje, respektovali jejich rozhodnutí, přitom jsme se ale všichni pobavili, takže to mělo smysl.

Stává se, že to někdy opravdu nevyjde?

Ano. Problém je ale klaunův denní chleba, jeho role je na úskalích postavená. Důležité je být vědomý a nedělat unáhlené závěry. Někdy stačí chvíli počkat, nacítit situaci a třeba se vyjví, proč to nefunguje. Když ale vidíme, že to nejde, poděkujeme, že jsme tam mohli být, a jdeme dál s čistým štítem. Nesmí nás to paralyzovat. Bojovník by nebyl schopný bojovat, kdyby se bál o svůj život. Vstupuje do boje smířený s tím, že může zemřít.

Postava klauna nevzbuzuje vždy pozitivní reakce. Nebývá to překážkou?

Klaun vždy míval negativní konotace. Šašek byl králův stín. Stín je součástí každé situace. Často ho ale odmítáme a chceme žít v permanentním světle. Musíme ho ale přijmout, abychom mohli být skutečně šťastní. Klaun je sice nositel stínu, skrze proces, který nemusí být na začátku příjemný, ale pomáhá k radosti. Klaun bere humor vážně. Co je jedna z nejhumornějších scének vůbec? Chlápek, co narazí hlavou do zdi. Co je na tom vtipného? Vždyť se mohl zabít! My se ale smějeme. Smích funguje jako prostředek, jak se vyrovnat s temnotou.

Co přesně je muzikoterapie, kterou se zabýváte?

Hudba mě provází celý život. Užel jsem dlouhou cestu a skončil u muzikoterapie. Neříkám si ale terapeut. Jsem klaun, který používá muzikoterapeutické prostředky. To znamená, že s klientem společně existujeme ve zvuku. Někdy jsem autorem hudby já, když vycítím, že přišel správný moment na to, použít nástroj. Jindy vycházím ze zvukového materiálu, který přinese on. Když třeba ťuká do postýlky, můžu ho napodobit nebo nějak doplnit. Cílem je, abychom si porozuměli a mohli spolu komunikovat. Komunikace je životní potřeba, jde tedy o snahu naplnit základní životní potřeby.

Pomáhá hudba prolamovat ledy?

Hudba je pro mě emoční matematika. Dokáže přesně vyjádřit emoce. I ty, na které slova nestačí. Nemám ale na mysli populární hudbu. Ta má za cíl bavit, upoutat originalitou, strhnout pozornost. Mně jde o opak. Použiji třeba jen jednoduchý tón nebo rytmus. Snažím se nabídnout něco, s čím by se klient mohl identifikovat, abychom našli společného jmenovatele a dokázali se na sebe naladit. Děti, staří nebo postižení lidé dokážou vnímat vibraci, reagovat na ni, a pomocí ní vedeme dialog. Tak se nám daří komunikovat například i s lidmi v kómatu.

Na který moment jako klaun nikdy nezapomenete?

Důležitý je pro mě celý proces. Například na jednotce intenzivní péče v Hořovicích pracujeme kontinuálně už tři roky. Můžeme tak sledovat vývoj. Vidíme, jak jsme se za tu dobu na sebe dokázali s klienty naladit, stali se součástí jejich života. Jedna pacientka byla v kómatu. Vnímali jsme ale chvění, a ona pak otevřela oči, zamrkala a navázali jsme kontakt. To byl velmi silný okamžik. Nebo jeden chlapec nemluvil, ale otevřel pusku. Imitovali jsme ho a zpívali, a on najednou začal vydávat zvuky! S jednou rodinou jsme společně slavili narozeniny jejich syna o týden dříve, protože umíral na rakovinu... *(rozpláče se)* Když vidíte umírající dítě, které se nemůže vyjádřit, hýbat, nejde to zapomenout! Děti jsou často se smrtí smířené, jejich příbuzní ji ale nedokážou přijmout. Vy se jim s tím jako klaun snažíte pomoci. Když se to povede, rodina se stmelí, prožije celý proces společně a můžou se pak v míru rozloučit a nechat jít.

Je pro vás klaunování o Vánocích těžší, když vidíte děti v nemocnicích samotné?

Když je situace těžká, je těžká sama o sobě, ať jsou Vánoce, nebo ne. Já sám mám čtyři děti a není jednoduché být jako rodič u umírajícího dítěte, které by mohlo být vaše. Věřím ale, že každé dítě má být milované, a dává mi proto smysl dělat to i pro jiné.

Máte velice náročnou profesi.

Jak pečujete o sebe?

Lidé často říkají, jak obdivuhodná je to práce. Já ale obdivuji kohokoli, kdo něco dělá ze silného vnitřního popudu. Nepřijdu si ničím výjimečnější než kdokoli jiný. Jako klaun nosím masku, jsem tam jako Radek Suchar, ne Jan Kyncl, a to mi pomáhá udržovat si odstup. Neexistuje ale univerzální řešení, jak tuto práci dělat. Může se stát, že si sáhnete na dno, každý si tím ale musí projít a najít vlastní způsoby, jak se s tím vypořádat. Pro mě je důležitá spirituální cesta. Pomáhá mi vědomí toho, že je tu něco, co člověka přesahuje.

Jak dlouho se této profesi člověk může věnovat, aby nevyhořel?

To je otázka, kterou si klaun musí klást každý den. Je možné, že to nebudu dělat celý život, ucítím, že už na to nemám. Důležité je rozpoznat to včas. Je proto třeba mít neustále aktivní přístup, neusnout na vavřínech a nedělat to mechanicky. To bych pak byl špatnej smutnej klaun. Člověk na sobě musí neustále pracovat. Jsem za to ale vlastně rád, protože mě to posouvá vpřed.



JAN KYNCL (46)

Pochází z Brna. Vystudoval příčnou flétnu na Konzervatoři Jaroslava Ježka. Studoval též muzikoterapii na Filozofické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci a indickou flétnu v Bengalúru v Indii, kterou pravidelně navštěvuje. Kromě hudby a pedagogiky působí již třináct let jako zdravotní klaun, též v rámci projektů Přezůvky máme pro pacienty v domácí péči či představení Kutálka. Rád cestuje a věnuje se divadlu. Má čtyři děti.