

## Úvod

*Jako téměř všichni ostatní lidé, i já se po většinu života potýkal s kokoty. Většinu té doby jsem však, jako ostatně většina naší společnosti, lpěl na prastaré představě o kokotismu. Nebyl jsem schopen poznat, že kokoti jsou nemocní lidé, a tudíž jsem se prostoduše domníval, že se jedná o morální vadu, která může být omezená nebo potlačena volním rozhodnutím.*

*Až nyní se mi podařilo pochopit skutečnou povahu kokotismu. Jedná se o návyk, který je stejně zhoubný, jako alkoholismus, drogová závislost nebo závislost na skupinové protidrogové terapii .*

*Postihuje podstatnou část populace - a přitom většina kokotů ani v nejmenším netuší, že jsou kokoty! Rozhodně tomu tak bylo v mém vlastním případě - než jsem se odhodlal k osobnímu zápasu s trpkou skutečností, že jsem byl normálním kokotem. Pro nikoho není snadné, má-li zrakům všech okolo odhalit své osobní chyby a nedostatky. Proto jsem po dlouhý čas váhal s napsáním této knihy a vyhýbal se i rozhovorům o tématech, které ji inspirovaly. Nepřál jsem si, aby se celý svět dověděl, že jsem k nim patřil! Nakonec mě však moje svědomí i mí přátelé a pacienti přesvědčili, že celý svět o mém kokotství už dávno věděl, a že bych, kdybych zveřejnil svůj příběh, mohl mnoha lidem okolo sebe pomoci, pokud bych jim umožnil pochopit fenomén kokotismu a osvětlil cestu k vyléčení. Takto jsem se tedy v nejhlubší pokoře rozhodl sdělit světu příběh svého návykového kokotismu, příběh o namáhavé pouti, jež mě osvobodila z jeho spárů. Nyní již dokážu jasně a zřetelně obhlédnout dlouhá léta, kdy jsem byl kokotem. Tak, jak to dokáže jen skutečný kokot, rozumím zármutku, bolesti a námaze zakoušené při léčení. Rozhodně se nejedná o proces, který bych si přál znovu podstoupit. Jakmile se však člověk stane kokotem, nemá na vybranou. Dříve nebo později vám do cesty vkročí sám Život a znemožní vám pokračovat ve stejných kolejích. "Jseš kokot," oznámí vám. Budete zapírat, budete s ním zápasit, vynadátate mu, začnete na něj rvát, zkopete ho, začnete ho uprošovat, pokusíte se ho ignorovat, proklejete jej. Ale Život před vámi neustoupí. Buďte se před ním pokoríte, nebo pokoří on vás.*

*Proto dnes v největší kajicnosti a zármutku přiznávám: Po více než dvacet let jsem byl agresivní výbušný kokot! Moji přátelé a příbuzní trpěli mým kokotismem tolik jako já. V mnoha případech jsem je jednoduše strhl s sebou. Dokonce i pacienti museli snášet moje zaryté hulvátství a rozpínavý egoismus. Nyní si uvědomuji, že všechna ta bolest a utrpení nebyly nutné - kdybych jen dříve pochopil plnou pravdu a již v mladším věku nastoupil cestu vedoucí k vyléčení.*

*Věřte mi - nikdy není dost brzy ani příliš pozdě, abyste na sobě rozpoznali výmluvné příznaky kokotí existence. Stejně tak není nikdy dost brzy ani příliš pozdě, abyste změnili své zhoubné návyky, které od vás odpudily přátele, narušily vaše obchodní či pracovní vztahy a zraňovaly lidi kolem vás zbytečnými výpady a urážkami. Osobně jsem o tom, že jsem kokot, neměl nejmenší potuchy do svých téměř čtyřiceti let.*

*Jako většina kokotů jsem i já byl hrdý na svou silnou osobnost, díky které jsem vždy získal vše, co jsem si umanol. Už na střední škole jsem si prvně uvědomil, že umím dokonale vypnout své svědomí a neutralizovat jakékoli pocity viny. Jako vysokoškolák jsem záhy poznal, že získám, cokoli mě napadne, budu-li spolužákům na kolejích zasahovat do soukromí - tak se mi dařilo přimět lidi, aby dělali přesně to, co jsem po nich chtěl. Jakmile jsem nastoupil do zaměstnání, ještě jsem vybrousil svůj talent pro podlost a agresivitu. Musíte si uvědomit, že jsem všechny tyto vlastnosti pokládal za pozitivní stránky své osobnosti.*

*Během studia medicíny jsem absolvoval hromady psychologických a psychiatrických testů. Všechny mě bez výjimky označily za velmi silnou osobnost, disponující "velkou mírou sebedůvěry" a schopnou postarat se o sebe. Získal jsem vysoké hodnocení v síle osobnosti, byl jsem pozitivně orientovaný, samostatný, schopný sebekontroly a sebezposuzování. Jinými slovy, nikdo mě nemohl srazit na kolena, a kdyby se o to přece jen pokusil, oplatil bych mu to všemi prostředky. Byl jsem pyšný, že "to každému spočítám dřív, než se na něco zmůže."*

*Tyto charakterové vlastnosti mi dobře sloužily. Stal jsem se úspěšným a prosperujícím lékařem, specialistou v urologii. Oženil jsem se s velmi přitažlivou ženou a měl s ní dvě skvělé děti. Kolegové si mě vážili, zastával jsem významné místo v nemocnici a získal dobrou pověst v místní pobočce lékařské společnosti. Sousedé ve mně viděli skvělého odborníka disponujícího vlivem i hmotnými statky. Žil jsem si skvěle. Byl jsem spokojený se svými úspěchy a nadšený sám sebou.*

*Přesto však v říši MUDr. X. Crementa nebylo všechno v pořádku. Občas jsem míval děsivý pocit, že se mě kolegové spíše bojí, než aby si mě vážili - řekl jsem si však, že na tom příliš nezáleží, dokud je v jejich strachu alespoň stín obdivu. Někteří kolegové z nemocnice jakoby přerušovali rozhovor a rychle kráčeli pryč, jakmile jsem se k nim přiblížil, někteří přátelé jakoby nacházeli stále více výmluv, aby se se mnou nemuseli stýkat. Když jsem hovořil na schůzích, někteří lidé otráveně zírali do stropu nebo na podlahu a dávali najevo svou nervozitu. Později se chovali, jako by z mé řeči neslyšeli jediné slovo. Já byl samozřejmě přesvědčen, že to je jejich chyba. Pravděpodobně je trápily jejich osobní problémy.*

*Jednoho dne manželka uspořádala večírek k oslavě mých narozenin. Mělo jít o překvapení, ale mě nejvíc překvapilo, že se dostavilo jen šest lidí, z nichž tři byli má choť a mé dvě děti. Usoudil jsem ale, že mi přátelé pravděpodobně závidí mé zářné úspěchy.*

*Řekl jsem si, že je mrzuté, když se ode mne odtahují kvůli čemusi tak smutnému, jako je jejich vlastní méněcennost a nedostatečnost, připisoval jsem to však lidské povaze. Jako oduševnělý a citlivý člověk - za jakého jsem se pokládal - jsem na jejich společenské lapsy a prohřešky pohlížel s pochopením, uměl jsem odpouštět.*

*Pak jsem jednoho dne začal odhalovat sebeklam, ve kterém jsem žil. Můj jediný syn mi po několikahodinové hádce oznámil, že nemíni studovat na vysoké škole; rozhodl se vstoupit k Válečnému námořnictvu. Můj jediný syn se mi vzepřel! Nechtěl jsem tomu věřit!*

*Po dvacet let se mým přáním nepostavil nikdo a poslední týpek, který se kdysi dávno odvážil, toho pak ještě dlouho litoval.*

*Přál jsem si, aby se z mého syna stal úspěšný odborník po vzoru jeho otce, ale on byl neústupný. To jenom posílilo mé rozhodnutí a já mu vstup do Válečného námořnictva zakázal. Poradil mi, abych na sobě provedl operaci, která by pro urologa nebyla až tak obtížná, ale určitě by nepatřila k nejpríjemnějším, načež doslova vystřelil z domovních dveří. Mé ženě oznámil, že se rozhodl odejít ode mě tak daleko, jak to jen bude možné a svému slovu dostál. Přihlásil se do kosmonautického výcviku. Čin mého jediného syna mě dokonale zmátl a ranil. Stísněně jsem se obrátil na manželku a dceru a ptal jsem se jich, co si o tomto náhlém zvratu událostí myslí. Doufal jsem, že mě utvrdí v mém přesvědčení, že jsem byl dobrým otcem, a že to byl můj syn, kdo se zachoval hloupě.*

*"Mám toho kluka rád," řekl jsem jim v slzách. "Co jsem mu udělal, že jsem si zasloužil takovou vzpouru?"*

*Věřte, že jsem rozhodně nečekal odpověď, které se mi dostalo. Nejprve promluvila má dcera. "Jediný člověk, kterého jsi kdy měl rád," řekla mi, "jsi ty sám."*

*To mi vyrazilo dech. Konečně jsem se obrátil na manželku, ve které jsem hledal poslední oporu.*

*"Má pravdu," potvrdila dceřina slova. "Mám-li být upřímná, naše manželství a náš společný domov se zhroutily nejméně před pěti lety. Přeji si, abys do večera vypadl z domu."*

*Tomu, co se stalo, jsem nemohl uvěřit. Během několika málo hodin se celý můj svět rozsypal.*

*Po mnoho dní jsem se nad tímto zvratem zamýšlel. V hloubi duše jsem věděl, že jsem v právu - jako jsem, navzdory vášnivým odpůrcům, byl v minulých letech tolikrát. Kdosi mi odcizil moje milované a obrátil je proti mně. Rozhodl jsem se, že jakmile ho odhalím, rozdrťím mu obličej na kaši.*

*Předtím jsem se již mnohokrát musel utkat s lidmi, které sjednocoval odpor k mým názorům a mému chování. Pouze nezlomná síla vůle mi pomáhala uchránit si osobní důstojnost a sebeúctu.*

*Nakonec jsem tedy dospěl k názoru, že se má momentální situace nijak nelišila od problémů, které jsem překonával v minulosti. Podaří-li se mi znovu si vybojovat lásku vlastní rodiny, bude to moje největší vítězství. Jenže vše, co jsem vyzkoušel, abych je znovu získal, zklamalo. Nechtěli se se mnou sejít. Odmítali se mnou mluvit. Byli jsme si čím dál cizejší. Zoufale jsem si začal uvědomovat, že potřebuji odbornou pomoc!*

*Sešel jsem se na konzultaci s kolegou - psychiatrem. Vysvětlil jsem mu, co se stalo a ptal se ho, kde se stala chyba. Co se to děje s mou rodinou? Nezbláznili se? Žádal jsem ho, aby mi řekl celou pravdu; jsem silný muž a dokážu se s ní vyrovnat, i kdyby byla jakákoli.*

*Můj přítel se odmlčel, potom se na mně zpřímá podíval.*

*"Nezbláznili se, jsou normální."*

*Chvíli mi trvalo, než jsem si uvědomil všechny souvislosti. Bylo to na mně příliš silné.*

*"Ch-ch-chceš mi snad říct, že jsem se zbláznil já?"*

*"Ne, ani ty nejsi blázen. Jsi jenom kokot."*

*Následující půlrok se peklu na zemi, či alespoň peklu v urologické ordinaci, podobal víc, než si dovedete představit. Litoval jsem sám sebe a pohlížel na sebe jako na oběť neznámých sil - byl jsem nepochopen a přehlížen těmi, které jsem miloval a krutě odmítnut člověkem, u kterého jsem hledal odbornou pomoc.*

*Jeden den jsem zuřil, druhý den trpěl zármutkem - nikdy jsem však nebyl šťastný či spokojený. Nedokázal jsem pořádně spát. Celý ten čas jsem prožíval strašlivé vypětí. V každém vyrušení,*

*zdržení nebo komplikaci jsem viděl součást záhadné vendetty proti mé osobě. Nechápu, jak se mnou tenkrát sestřičky z mé ordinace - a, přiznejme si to, i moji pacienti - dokázali vydržet. Stala se ze mě zrůda.*

*Konečně jsem si jednoho večera - sám, všemi opuštěn - uvědomil, že jsem ztratil vládu nad svým životem. Také mi došlo, že jsem svůj život vlastně nikdy zcela nezvládal - pouze jsem si to arogantně namlouval. Toto prozření mě jakýmsi způsobem uklidnilo, dokonce jsem usnul klidnějším spánkem než kdykoli v předchozích šesti měsících. Druhý den, zatímco jsem prováděl urologické vyšetření, do sebe náhle zapadly chybějící články řetězce. Koukal jsem na ústí pacientovy močové trubice a v tu chvíli mi došlo, že pohlížím do tváře holé pravdě o sobě samém.*

*Byl jsem kokot!*

*Kolega psychiatr mě tedy přece jen neurážel; vlastně se mi snažil pomoci! Okamžitě jsem mu zatelefonoval, omluvil jsem se za své nevyvázané chování a požádal ho, zda bychom se nemohli ještě jednou sejít.*

*Protože jeden jeho pacient právě zrušil návštěvu, mohl jsem se s ním sejít ještě to odpoledne.*

*"Máš pravdu," řekl jsem mu s bušícím srdcem, jakmile jsme se usadili. "Já opravdu jsem kokot."*

*"Abych řekl pravdu, všichni to už dávno ví," zívá.*

*"Jakým způsobem to budeš léčit?"*

*"A co mám jako léčit?"*

*"Moji kokotskou povahu."*

*"To není nemoc," řekl můj kolega. "Spíše typ osobnosti. Takže to je neléčitelné."*

*"Jak to myslíš, že to je neléčitelné?"*

*"Podívej se na to takhle. Spousta lidí jsou kokoti. Kokot buď jseš, nebo nejses. S kokotem to je jako s levákem. Prostě ho nepředěláš."*

*Byl jsem šokován. "K čemu je celá psychiatrie, když nemůže vyléčit člověka, který je kokot?"*

*"Musíš se na to dívat jinak. Nejedná se o chorobu, ale o mluvnický obrat. Urologie nemůže léčit lidi, kteří mají místo mozku přirození a psychiatrie nemůže léčit lidi, kteří jsou kokoti. Kdyby mohla, myslíš, že by existovalo tolik kokotů mezi psychiatry?" V tom okamžiku jsem si uvědomil, že si se svým trápením musím poradit sám. Kdesi hluboko v mé mysli jsem tušil, že můj kolega nemá pravdu. Kokotismus není porucha charakteru. Je to choroba - zhoubná závislost na hrubém a hulvátském chování, kvůli které nedokážeme rozpoznat, že si sami před sebou nepřipouštíme naši hluboko zakořeněnou aroganci, bigotnost a agresivitu.*

*Následně jsem zahájil intenzivní program introspekce, samoléčení a osobního růstu, u kterého jsem setrval po několik let. Podařilo se mi dokázat cosi, co všichni kolegové pokládali za*

*nemožné - kokoti mohou být vyléčeni! Ačkoli se to dosud nezachráněným může zdát neuvěřitelné, k vyléčení kokota stačí, nalezne-li v sobě základní smysl pro lidskost.*

*Kéž bych jen postoupil léčebný proces dříve, ještě než jsem tolik ublížil lidem okolo sebe. Přesto se mi mnohé z napáchaných škod podařilo napravit. Manželka se ke mně vrátila a nyní se radujeme z druhých libánek. Dcerka mi odpustila a studuje třetí ročník vysoké školy. Můj syn se stal námořním pilotem a nyní mě učí létat. Vzdal jsem se své urologické praxe, ale s kokoty se stále setkávám. Stal jsem se psychiatrem specializovaným na práci s kokoty, kterým pomáhám identifikovat jejich problém a nastoupit cestu k vyléčení. Tradiční obory psychiatrické vědy mému úsilí zpočátku příliš nepřály, postupně jsem však dosáhl obrovského uznání svého oboru, neboť se po celé zemi začalo šířit mé poselství: "Kokoti, konečně vám svítá hvězda naděje." Stal jsem se oblíbeným hostem přednáškových sálů a spolupracuji s řadou dalších terapeutů, kteří se zabývají léčením zhoubných závislostí.*

*Knihou Dost bylo kokotů není pouze svědectvím o mé osobní cestě k vyléčení. Je jiskřičkou naděje pro každého návykového kokota. Je vyhlášením nezávislosti. Nikdo se za svůj kokotismus do budoucna nemusí stydět. Kokotismus je plnohodnotná nemoc, kterou lze léčit legitimními medicínskými prostředky. Na světě není kokota, který by nemohl vykročit po téže cestě obnovy, po jaké jsem krácel já - po cestě, která od té doby pomohla tisícům mých úspěšných následovníků. Potřebujete pouze jediné - odvalu přestat být kokotem. Jedná se však o nejobtížněji uchopitelnou součást celého receptu. Jeden můj přítel, který vede psychiatrickou kliniku, jistý Kalvín Stobbs, rád vypráví příběh, který tuto skutečnost jasně osvětlí. Jednou se setkal s ženou, která chtěla najít smysl života v horách Himaláje. Po letech hledání narazila na muže, který obýval horskou jeskyni. "Hleďme," pomyslela si. "Guru medituující ve své jeskyni." Potom ho oslovila: "Ukážete mi cestu k osvícení?" Muž jí neodpověděl.*

*Žena se posadila vedle něho a začala se koncentrovat na své nejniternější já. Na sklonku dne se vztyčila k odchodu. "Udělal jsem nějaký pokrok?" ptala se ho. Muž jí neodpověděl.*

*Druhého dne se vrátila za samého rozbřesku a začala meditovat znovu. Když slunce zapadalo, opět se zvedala k odchodu. A opět se ho ptala: "Udělal jsem nějaký pokrok?" Zase se nedočkala odpovědi.*

*Tak to šlo celé týdny a měsíce. Konečně ji další vyčkávání otrávil. Při západu slunce toho dne se vztyčila a začala na starého muže křičet:*

*"Jste podvodník! Seděla jsem tady tolik dní, čekala na osvícení, ale nic se nestalo. Ztratila jsem šest měsíců života a nezískala nic, co by za něco stálo! Jak si jen dovolujete říkat si guru!"*

*Pak na toho starce, který seděl v koutě jeskyně, hodila svoji skoro dvacetikilovou krosnu. Rána toho muže poněkud omráčila, přesto se však dokázal postavit na nohy. Stál před ní a konečně promluvil: "Nejsem žádný guru a nezasloužím si vaše výčitky. Jestliže jste si myslěla, že jsem guru, je to vaše chyba, ne moje."*

*To naši ženu neuklidnilo. "Jestli tedy nejste guru," řekla mu, "pak kdo sakra jste a kdo vám dovolil sedět v téhle jeskyni?"*

*Ten muž se hrdě napřímil. "Jsem malomocný," řekl. "A jako malomocný musím žít v jeskyni, abych nenakazil svou vesnici."*

*A o tom je tato kniha: naučí vás hrdě se vztyčit a uvědomit si, že jste kokot. Mně se podařilo dojít k osvícení. Doufám, že k němu dojdete i vy.*

---

*Kokotismus postihuje rovným dílem bohaté i chudé, muže i ženy, starce i mladé lidi. Neochrání vás před ním inteligence, ale neochrání vás ani blbost. Kokotismus je choroba, která vás může postihnout kdekoli, kdykoli a bez varování.*

*Jistý rabín, který za svůj život spatřil víc kokotů, než by obyčejný smrtelník dokázal unést, k tomu poznamenal: "Za určitých podmínek se každý člověk zachová jako hulvát. Jakmile však daná situace pomine, obyčejný člověk se zastydí a kajícně skryje, zatímco kokot hledá novou příležitost."*

*Žádný případ kokotismu nelze pokládat za typický. Lidé jsou složití tvorové, kokotismus je komplikovaná nemoc. I cesta k vyléčení kokota je složitá a plná zákrutů.*

*Pouze ve Spojených státech žije nejméně 100 milionů kokotů. A každý případ je unikátní. Mohl bych popsat celé stohy knih, a pořád bych měl dost nového materiálu, nemyslíte?*

*Přesto lze vytyčit několik charakteristických rysů, které jsou společné všem běžným typům kokotů:*

- Slepá sebeláska.*
- Vlezlost, která se nezastaví před ničím.*
- Arogantní přesvědčení o vlastní dokonalosti.*
- Azbestově nehořlavé svědomí (nebude je pálit ani v pekle).*
- Pohrdání jakoukoli autoritou.*
- Absolutní odmítání základní mezilidské slušnosti.*
- Nemilosrdné zneužívání nevinných a bezbranných.*

### **Definice kokotismu**

*Motto: Největším tajemstvím světa není, proč Bůh stvořil život, ale proč pojmenoval mužské přirození podle tak hnusných a protivných lidí. (Nápis objevený na zdi záchodku v jednom starém kostele v Bostonu).*

*Až dosud jsem používal výrazy kokot a kokotismus, aniž bych je jasně definoval. Musíme si proto uvědomit, že se jedná o pojmy poněkud mlhavé, unikající vyčerpávající definici. Jednání, které v jedné situaci nelze vysvětlit jinak než kokotismem, může být za jiné situace společensky plně přijatelné. Sám bych kupříkladu nikdy nepřipustil, aby mě před soudem*

*obhajoval jiný právník než kokot. Proto lze jen stěží najít prostou definici, která by celou širokou problematiku kokotismu dokázala vyčerpávajícím způsobem zastřešit.*

*Přesto se nejedná o nepřekonatelný problém. Většina lidí by souhlasila s následujícím tvrzením: "Možná nedokážu definovat kokota jako takového, ale když se s nějakým setkám, určitě ho poznám." A budou mít pravdu. Téměř každý čtenář bude souhlasit, že kokot je člověk, který je protivný a hrubý z vlastní vůle, vyžívá se ve zmatcích, které jeho chování vyvolá a raduje se ze starostí, které způsobil druhým lidem. Vždy se najdou hnidopichové, kteří se začnou ohrazovat, že podobná definice je příliš povrchně a volně pojatá, než aby ji používal profesionální psychoterapeut. Mohu jim doporučit jediné: věnujte se svým hnidám!*

*Jiní nedůvěřivci namítnou, že slovo kokot je primitivní slangový výraz, který byl vždy používán jen jako výsměch a nadávka. Nelze jej tedy používat v řádně vedené klinické praxi, neboť bychom své pacienty - kokoty - mohli hluboce ranit v jejich citech. Lidé, kteří vznášejí tuto námitku, toho o kokotismu mnoho neví - zapomínají na skutečnost, že kokoti žádné city nemají. Kokotovy city nelze ranit, dokud nenastoupí na cestu k nápravě. Někteří oponenti tvrdí, že slovo kokotismus je příliš subjektivní - že kokoti existují pouze v očích pozorovatele. Jako bývalý urolog jsem osobně přesvědčen, že ve svých pochybnostech zacházejí příliš daleko.*

*Cítím, že nyní je na místě otevřené prohlášení. Termínu kokot se přidržuji, neboť jsem přesvědčen o jeho obrovském terapeutickém významu. Pojí se s ním totiž celá řada asociací, které nenajdeme u běžných klinických termínů, jako je paranoia, deviantní chování a podobně. Ano, kokot je slovo, které vyvolává řadu předsudků. Jenže kokotismus není přecitlivělá a zženštilá choroba. Je pravda, že normálního člověka urazí, když ho nazvete kokotem. Jenže kokoti nejsou normální lidé. Kokoti jsou hrubí, otravní a ubližují ostatním - a jsou na to hrdí. Potřebujeme pro ně název, za který by se jim všichni smáli. Mnoho lidí pije, ale nikdo si nepřeje být označen za alkoholika. Proto první bod Dvanáctibodového programu Anonymních alkoholiků požaduje, aby si pacient svůj alkoholismus přiznal. Z téhož důvodu spočívá nejdůležitější krok na kokotově cestě k uzdravení v jeho přiznání: "Jsem kokot." Slova "Jsem nevychovaný a hrubý" prostě nemají tu sílu.*

*Všichni pochybovači a kritikové si totiž neuvědomují, že kokotismus skutečně je choroba. Nejedná se o pouhou nezdvořilost.*

*Nejde ani o návykový sklon k buřičství. To vše jsou pouhé vady charakteru. Zato kokotismus je chorobný návyk na moc, neúctu k autoritám, nikdy neutuchající žízeň po slávě a ničující vášně dokonale manipulovat ostatní. Dokáže vydrancovat niternou stabilitu svých obětí a znemožní jim chovat se jako slušní lidé - do doby, než si přiznají:*

*"Jsem kokot."*

*Toto mé přesvědčení mi potvrzují příklady pacientů z celého světa.*

*"Netvrďte mi, že ve světě neexistují žádní kokoti," řekla mi rozzuřená žena v domácnosti po jedné z mých přednášek. "Sama musím žít hned se čtyřmi - s manželem a třemi dětmi. Každý, kdo si myslí, že kokoti neexistují, musí být taky kokot."*

*"Kokota poznám na míle," tvrdí servírka z McDonalda v Sacramentu.*

*"Jsou to takoví ti chytráci, kteří si myslí, že vegetariánský miniburger má antikoncepční účinky."*

*"Dokud jsem se sám nezačal léčit, netušil jsem, kolik lidí kolem mě jsou stejní kokoti jako já," řekl mi jeden z pacientů během terapie. "Konečně jsem pochopil, že i všichni moji přátelé jsou kokoti. Když jsem jim ale poradil, aby na psychoterapii chodili se mnou, začali se smát kokotským smíchem."*

*"Protože jsem byl kokot, přišel jsem o práci i o rodinu," řekl při léčení jiný kokot. "Snažil jsem se sekýrovat celý svět a přitom jsem neuměl ani poručit sám sobě. Byl jsem fanatik zfetovaný mocí. Bylo to šílené."*

*Někteří psychoterapeuti dokonce tvrdí, že každý člověk je kokot, jakmile ho jen trochu poznáte. V jejich případech to pravděpodobně platí. Jinak se však tato teorie vztahuje jen na kazatele a právníky.*

### **RIZIKOVÉ SKUPINY KOKOTŮ:**

1. Zaměstnanci Finančních úřadů.
2. Dopravní policisté.
3. Státní byrokracie.
4. Právníci.
5. Každý, kdo bojuje za záchranu velryb.
6. Lidé, kteří by nedokázali přežít mimo hlavní město.
7. Likvidátoři pojišťoven.
8. Řidiči, kteří jezdí, jako by na cestách byli sami.
9. Lidé, kteří říkají, "No to je skvělé, že tě vidím."
10. Kazatelé.
11. Kongresmani.
12. Psychiatři a psychologové.
13. Kulturní kritici z novin a časopisů.
14. Lidé, kteří se předbíhají ve frontě.
15. Revizoři.
16. Každý, koho uráží nesprávný slovosled.
17. Marxističtí profesoři na vysokých školách.
18. Iránská vláda.
19. Prodavačky.
20. Každý, kdo žije pro svou "pravdu."
21. Lidé, kteří píšou knihy o kokotech.
22. Lidé, kteří si pouštějí stereo na plné pecky.
23. Odboroví předáci.
24. Ženy, které si odmítají holit nohy.
25. Každý, kdo se vám něco snaží prodat po telefonu.
26. Členové komisí pro územní plánování.
27. Lidé, kteří se pohádají při večeři v restauraci.
28. Rodiče dětí, které se neumí chovat na veřejnosti.
29. Diktátoři, kteří se křestním jménem jmenují "Sadám."
30. Všichni, kdo tuto knihu berou vážně.

### **Stručná historie kokotismu**



*Kokoti existují od nepaměti. V současné době jich je víc než dříve. Více o historii kokotismu netřeba znát.*

*Z dosavadních epidemiologických studií kokotismu vyplývá, že existuje řada "rizikových skupin" kokotů (viz přehled na předcházející straně). Najdeme je zvláště v postaveních, která svým držitelům zajišťují určitou moc a přitom nevyžadují žádné nadání - mezi subalterními úředníky, kazateli, sociálními pracovníky a podobnými typky, kteří jsou přesvědčeni, že mají spasit svět, i kdyby se to světu vůbec nelíbilo. Lidé, kteří nosí placky "Děkuji, že nekouříš" a organizují ve svých čtvrtích lokální recyklovací programy, budou téměř jistě kokoti.*

*Neuvěřitelně vysoké procento kokotů produkuje povolání spjatá s dohledem nad zákony. Nejvíce jich však najdete mezi zaměstnanci finančních úřadů, kteří se chovají, jako by žili podle hesla:*

*"Kokot je moje křestní jméno."*

*Statistické zpracování těchto prvních studií nepochybně umožní získat doktorát celým generacím studentů psychologie, kteří jsou úplní kokoti. Úplnější informace o vztahu kokotů k různým profesím nalezne čtenář v práci Prof. MUDr. H. M. Roida, DrSc. Doktor Roid skvělými argumenty dokazuje svou tezi, že kokoti jsou lidé, které přitahuje postavení, v němž získají moc nad ostatními. Nepodařilo se mu dokázat, že by některý kazatel, politik nebo psychiatr byl kokotem od narození - naopak jejich kokotismus je dohnal k volbě zaměstnání, které umožňuje ovládat ostatní a dát jim pocítit jejich nepatrnou, leč umně zneužívanou převahu.*

*Podobně jako řada jiných chorob může být kokotismus dědičný. Mnoho dnešních kokotů jsou vlastně dospělí potomci kokotských rodičů. Některé děti kokotských rodičů si vypěstují takový odpor k rodičovskému příkladu, že během dospívání odhodí všechny své kokotské vlastnosti. Většinu z nich však virus kokotismu nakazí, takže z nich vyrostou křivácké výhonky křivě rostlého stromu.*

*Jedním z nejsnadnějších způsobů, jak popsat kokotismus, je studium jeho charakteristických projevů. Většinu kokotů lze rozpoznat podle agresivního chování a bezohledného manýrismu. Jestliže nedosáhnou svého odstrkováním a zatlačováním ostatních lidí do pozadí, pak začnou lhát - nebo pozmění pravidla hry tak, aby vyhovovala jejich cílům. Ve chvílích nouze se dokonce mohou uchýlit k nářkům, křiku, kopancům a zadržování dechu. Když Nikita Chruščov mlátil v OSN botou do řečnického pultu a vyhrožoval, že pohřbí Západ, ukázal nám kokotismus světového formátu v akci.*

*Jakmile kokoty přistihneme při kokotském chování, budou se snažit vše zapřít a co nejrychleji obrátí kartu. Obviní člověka, který na ně poukázal a vytknou mu bezcitné hulvátsví, bez kterého by neprohlédl jejich špinavou hru. Kokot zahnaný do kouta kalí vodu, mlží a stěžuje si, že se proti němu všichni spikli. Tvrdí, že byl falešně obviněn, a že mu nezbyvá, než žádat omluvu.*

*Jako v případě všech zhoubných návyků, i pacienti trpící kokotismem si neradi připouštějí svůj problém. Kokoti odmítají uznat svou odpovědnost - ba dokonce i příčetnost. Tvrdí, že za nic nemohou a nic je netrápí. Dokonce, což je nejhorší, odmítají připustit, že by se měli chovat jako slušní lidé.*

*To v žádném případě neznamená, že by se u nich neprojevoval společný modus operandi. Existuje soubor "nepsaných pravidel," kterými se každý kokot řídí. Patří k nim například:*

*- Všechny problémy zavinił někdo jiný.*

*- Problémy není nutno řešit; stačí, když se najde někdo, na koho je lze svěřt.*

*- Všechny chyby a nedostatky lze skrýt pod maskou hrubosti. Čím více chyb napáchám, tím hulvátštěji se musím chovat.*

*- Všechna pravidla mohou být porušena, pokud je porušuji já. Jestliže pravidla poruší někdo jiný, je na něj nutno okamžitě žalovat.*

*- Jestliže někdy dojdou použitelná pravidla, není nic snažšího, než vymyslet nová, která vyhovují mým záměrům - a porušit je, jakmile jim přestanou vyhovovat.*

*- Nikdy nesmím zapochybovat o své schopnosti získat vše, co se mi zamane - stačí všechny ukecat.*

*Má vlastní definice kokota a kokotismu vychází z předchozích pozorování. Kokoti jsou lidé, kteří si myslí, že jsou zákonem sami o sobě - nový lidský druh, který je přesvědčen, že si může dělat, co se mu zachce. Kokotismus je choroba, která napadá hodnotový systém těchto lidí a umožňuje jim, aby ve světě fungovali bez svědomí a bez schopnosti pocítit vinu, stud či kajícnost.*

*Je kokotismus skutečně choroba? Jsem si nyní jist, že můžeme s konečnou platností prohlásit: "Ano!" Je to chorobná závislost na hrubém a bezohledném zneužívání ostatních. Jakmile jí průměrný kokot podlehne, je své závislosti vydán napospas. Kokot prostě nedokáže nechat ostatní lidi na pokoji. Cítí se puzen k tomu, aby prudil, otravoval život a ubližoval všem kolem.*

*Dalším důkazem pro tvrzení, že kokotismus je nemoc a jako nemoc musí být léčen, je jeho progresivní povaha. Problémy neléčeného kokota se prohlubují. Například ve světě byznysu se kokoti ze středních stupňů vedení snaží stát kokoty na viceprezidentských postech. Vzniká tak gigantický sociální problém. Jestliže totiž kokot dosáhne svého cíle a je povýšen, pak místo aby každý den v týdnu otrávil život stovce lidí, otráví ho, při stejné délce pracovní doby, celé tisícovce zaměstnanců.*

*Problém s léčením kokotů pochopitelně spočívá ve skutečnosti, že typický kokot odmítá uznat, že se stal kokotem. I kdyby si přece jen začal uvědomovat, že se jako kokot chová, začne své chování svádět na někoho jiného. Proto nestačí, budeme-li léčit pouze vnější symptomy hrubosti a agresivity. Tím bychom totiž jen vyšlechtili rafinovanější a schopnější generaci kokotů, kokoty imunní vůči veškeré kritice a zábránám. Musíme naopak léčit jejich hlubinný hodnotový systém; musíme kokoty znovu spojit s jejich dávno odhozeným svědomím. Musíme v nich znovu oživit obyčejnou lidskou slušnost. Bude to dlouhý a vysilující zápas.*

*Temnou stránkou léčení kokotů je vysoce nakažlivá povaha kokotismu. Dokonce i terapeut se silnou osobností oddanou pozitivním hodnotám může být nakažen vytáčkami a obrannými argumenty kokota - a sám se začne chovat jako kokot!*

*Proto je bezpodmínečně nutné, abychom problém kokotismu odtabuizovali, abychom jej vyzvedli z temného stínu mlčení na denní světlo. Nesmíme ustoupit od pojmenovávání kokota kokotem, protože právě tato profesionální ohleduplnost umožňuje kokotům prosperovat.*

*Příliš dlouho byl kokotismus chorobou, kterou jsme se báli třeba jen pojmenovat!*

*Konečně nastal čas, kdy se nebojíme nazvat nemoc jejím pravým jménem a začít s její účinnou léčbou.*

*A kdyby se nám nechtělo začít v zájmu nás samých, pak musíme začít v zájmu příštích generací. Dost bylo kokotů!*

### **Život mezi kokoty**

*Nejste-li nezaměstnaný, důchodce nebo boháč, který si může dovolit bezpracný život, pravděpodobně musíte pracovat mezi kokoty. Přesto jen velmi málo lidí ví, jak s kokoty vycházet.*

*Nikdo nás této velevýznamné dovednosti neučí. Všeobecně se předpokládá, že si dokážeme poradit sami.*

*Vím, že mnoho lidí si klade otázku, zda je vůbec možné pracovat s kokoty a podržet si byť jen jedinou unci sebevědomí. Není to vůbec jednoduché, ale já vás s radostí ubezpečuji, že je to možné.*

*Začít však musíte sami u sebe. Má-li člověk úspěšně vycházet s kokoty, neobejde se bez silné motivace a sebekázně. Položte si proto sérii nelehkých otázek:*

*- Nakolik mám rád svoji práci?*

*- Nakolik mi záleží na mém příjmu?*

*- Stojí mi má práce za útrapy, které vedle toho kokota prožívám?*

*Dostanete nejspíš chuť na všechno se vykašlat a jednoduše změnit štaci. Jenže k tomu mé dotazy nemíří. Pamatujte si, že i kdyby se vám podařilo sehnat stejně dobrou práci, jakou máte nyní, s největší pravděpodobností i tam narazíte na kokoty. Mé dotazy vás mají utvrdit v odhodlání naučit se, jak s kokoty vycházet na pracovišti. V dalším kroku si probereme vaše možnosti. Je jich několik:*

*- S kokotem, se kterým pracujete, se můžete pokusit soupeřit. Což nelze doporučit, protože pak byste se i vy musel stát kokotem. Navíc byste byl nezkušený kokot, který by byl vydán na milost a nemilost mnohem zkušenějším kokotům, kteří již dosáhli dokonalosti ve lhaní, podvodech, zastrahování, svádění viny na druhé a vyhýbání se odpovědnosti. Kdybyste se je snažil porazit jejich vlastními prostředky, slupli by vás jako malinu, přežvýkali a vyplivli. Ať vás to proto ani nenapadne.*

*- Můžete se kokoty pokusit napravit. Jako terapeut, který už pracoval s tisíci kokoty, vás musím ujistit, že náprava zatvrzelého a nespolupracujícího kokota je téměř nemožná. Ale i kdyby se kokot o nápravu snažil, byl by to pro vás velmi obtížný úkol. Přenechte proto léčení*

*kokotů profesionálům. V opačném případě se stanete dalším z neustále se rozšiřujících řad vyčerpaných, vnitřně opotřebovaných trosek s vyhaslým pohledem v očích, které padly za obět' heroickému, leč marnému úsilí napravit nějakého kokota.*

*- Konečně se můžete naučit přežít po kokotově boku. Můžete dokonce přežít, aniž by tím utrpěla vaše lidskost, sebevědomí, smysl pro humor a důstojnost. Musíte však zmobilizovat veškerý váš šarm, schopnosti a vynalézavost! Jestliže to však dokážete, budete v práci ještě dlouho poté, co z ní všichni kokoti odejdou.*

*První pravidlo týkající se práce mezi kokoty říká, že vnější dojem je pro ně prvořadý. Předstíraný zájem, spolupráce, soucit, úcta nebo dokonce strach obvykle stačí, abyste je uspokojil, a aby ve vás viděli skvělého člověka. Zájem o ně a úctu k nim však musíte předstírat věrohodně. Kokoti jsou falešní celým svým životem, takže je nikdo nepřekoná v odhalování falešné falše.*

*Za druhé, musíte se snažit o průzračnou komunikaci. Kokot očekává, že si ho budete všímat, budete ho zdravít, neodmítnete ho vyslechnout, vyslovíte souhlas s jeho myšlenkami, zalichotíte mu, ujistíte ho o jeho dokonalosti a poblahopřejete mu. Nikdy se nevzpěčujete říkat věty typu:*

*"Děkuji pěkně."*

*"Máte pravdu."*

*"Páni, to jste vymyslel skvěle."*

*"Promiňte, moc se omlouvám."*

*Ať vás však ani nenapadne očekávat, že by podobné zdvořilosti říkal kokot vám. Komunikace s kokotem je jako jízda po jednosměrce.*

*Třetím krokem při stanovení strategie, která vám pomůže vycházet s kokotem, je určení vašich vzájemných vztahů. Je to váš šéf, váš kolega nebo váš podřízený? Každý z těchto případů musíte zvládat jinak.*

*- Kokot je váš šéf. Kokoti si nikdy nejsou jistí svou autoritou, proto velmi citlivě reagují na každé její skutečné i imaginární ohrožení. Nikdy nepodnikněte nic, co by mohlo ohrozit autoritu vašeho šéfa! Místo toho se k němu chovejte, jako by byl malým božstvem nebo monarchou na státní návštěvě. Projevujte nadšený zájem o jeho program a cíle. Denně ho zdravte tak radostně, jak to jen bude možné. Nemusíte zvlášť přehánět - jako mít na stole jeho zarámovanou fotografii a pálit před ní kadidlo - ale občasná diskrétní úklona nebo kompliment neuškodí. Co nejčastěji ho oslovujte "vážený pane" nebo "madam," ale na veřejnosti ho neuvádějte do rozpaků titulováním "vaše lordstvo" nebo "vážená lady."*

*Budete-li svému šéfovi takto prokazovat loajalitu, začne vás pokládat za skvělého podřízeného a udělí vám zvláštní výsady - třeba vás v běžných pracovních dnech pustí domů před osmou večer a dvakrát nebo třikrát týdně vám umožní odskočit si na oběd do kantýny. Možná vás dokonce pověří servírováním předkrmů a nápojů při podnikovém vánočním večírku.*

- Kokoti jsou vaši podřízení. Zacházejte s nimi přesně opačně. Pohlízejte na ně jako na malé, ufnukané, přecitlivělé a bázlivé děti v dospělých tělech. Občas na chvíli potlačte své nutkání rvát po nich a škrtit je. To je ještě víc vyděsí a usnadní vám jejich zotročení.

Kokoti na podřízených místech často kňourají kvůli údajně nezvládnutelné pracovní zátěži. Připomeňte jim, že dokud jste byl na jejich místě, musel jste dělat totéž co oni. Jednoho dne budou mít i oni asistenta, který převezme jejich povinnosti. Do té doby mají jednoduše smůlu. Pokud si nepřestanou stěžovat, zakažte jim používání kávovaru a kopírky, to by je mělo uklidnit.

Mohou také sabotovat vaše úsilí a neplnit své úkoly. Odved'te si je stranou a proneste k nim dlouhé kázání o tom, jak na jejich práci závisí celá kancelář. Zalichotíte tak jejich egu. Jestliže to nezabere, potrestejte je nařízením, že musí ráno docházet o patnáct minut dřív, aby vám uvařili kávu, a pohrozte jim, že místo vánočních odměn dostanou od podniku pytel uhlí.

Jakmile se pak doslechnete o prvním volném místě v oddělení, kterému šéfuje váš kolega - kokot, doporučte mu svého nenapravitelného podřízeného. Takto můžete pojednat oba kokoty najednou.

- Kokoti jsou vašimi kolegy. Takové situace jsou nejobtížnější. Kdybyste se k nim choval jako k božstvům, mysleli by si, že jim dovolujete být kokoty. Kdybyste k nim přistupoval jako k dětem, jenom byste je vyprovokoval. Podobně jako všichni kokoti, se i tito lidé snaží vystupovat jako vaši šéfové a přitom se chovat jako malá dítko, která potřebují naplácat na zadek. Odolejte takovému pokušení!

Lepší je pohlížet na ně jako na nevídané hosty v domě - řekněme jako na tchýni. Jednejte s nimi diplomaticky a současně si stůjte za svým. Zde uplatníte veškerý svůj šarm a schopnosti. Musíte jasně vytýčit vzájemné hranice a dohodnout se s tím kokotem na sdílení odpovědnosti. Neobejdete se samozřejmě bez určitého porozumění jejich kokotismu.

Například na schůzích můžete získat podporu kolegů - kokotů, jestliže je v pravou chvíli podpoříte sám. Vhodná doba bývá na samotném začátku nového projektu, dříve, než kokot stačí přijít s nějakou konkrétní myšlenkou. Řekněte něco jako: "Na základě Joeových dosavadních výsledků bezvýhradně podpořím jeho názor. Mohl bys nám ale přece jen objasnit, jak bychom měli postupovat?" Joe samozřejmě nic objasnit nemůže, protože všechny své nápady ukradl někomu jinému. Bude ale tak rád, že jste ho podpořil, že si nevšimne skryté narážky ve vašich slovech.

Nejobtížnějším problémem při práci s kokoty bude neodvratitelná invaze do vašeho teritoria. Co si počnete, když vás připraví o některé klienty nebo naznačí společnému šéfovi, že možná berete drogy? Nejhorší by bylo předstírat, že se nic neděje. Naopak, neváhejte svého kolegu vyhledat a pográtulujte mu k jeho skvělému smyslu pro humor. Řekněte mu, jakou máte radost, neboť jste konečně potkal spolupracovníka, který si libuje v praktických fórech. A poproste ho, aby se vám nezapomněl svěřit, jak si užil těch drobných povyražení, která chystáte vy pro něj. Taky se ho zeptejte, zda by dal přednost vůni kobylince nebo kravského hnoje. Nic dalšího nepodnikejte. Jeho vlastní děs z vašich plánů ho přivede do spousty vážných průšvihů, aniž byste vy sám musel pohnout prstem.

(MUDr. Xavier Crement – Dost bylo kokotů. Překlad Martin Konvička. Olomouc: Votobia 1998. ISBN 80-7198-275-X)

