

Univerzita Pardubice

Fakulta filozofická

**Kultura těla baletek: Krása a dril na špičkách**

Bc. Renáta Jezdinská

Diplomová práce

2021

Univerzita Pardubice  
Fakulta filozofická  
Akademický rok: 2018/2019

## ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE (projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Bc. Renáta Jezdinská**  
Osobní číslo: **H19363**  
Studijní program: **N6703 Sociologie**  
Studijní obor: **Sociální antropologie**  
Téma práce: **Krása a dril na špičkách: Kultura těla v baletu**  
Zadávací katedra: **Katedra sociální a kulturní antropologie**

### Zásady pro vypracování

V diplomové práci se studentka bude zabývat kulturním pojetím těla v tanci. Cílem práce je nastínit historicko-antropologickou perspektivu vnímání těla ve scénickém tanci, především baletu (Rusko, Francie, Itálie) a reflektovat současné aspekty v konstituování těla jako výrazového prostředku v baletní kultuře. Dále se bude studentka zabývat významem špiček, kostýmu a dalších doplňků pro baletky. Studentka neopomene popsat zdravotní problémy vzniklé baletem, zmíní také genderovou nevyrovnanost v baletu a feminismus. Sběr dat proběhne od března roku 2020 do února roku 2021 v tanečním studiu Ballet Prima v Pardubicích. Součástí práce bude také audiovizuální část v podobě etnografického filmu.

Rozsah pracovní zprávy:

Rozsah grafických prací:

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná/elektronická**

### Seznam doporučené literatury:

1. Ambruzová, O. 2001. *Balet a jeho repertoár*. Praha: JuDr. Vladimír Ambruz.
2. Brodská, B. 2008. *Vybrané kapitoly z dějin baletu*. Praha: Akademie múzických umění.
3. Eco, U. 2005. *Dějiny krásy*. Praha: Argo.
4. Fialová, L., F.D., Krch 2012. *Pojetí vlastního těla-zdraví, zdatnosti, azhled*. Praha: Karolinum.
5. Grogan, S. 2000. *Body image. Psychologie nespokojenosti s vlastním tělem*. Praha: Grada.
6. Houšková, J., P. Brenkus. 2005. *Cesty k tanečnímu a baletnímu mistrostoí*. Liberec: Knihy 555.
7. Lišková, K. 2009. *Hodné holky se dírají jinak: feminismus a pornografie*. Praha: SLON.
8. Matějů, P., D. Hamplová, P. Hampl, M. Loužek, S. Weidnerová, P. Anýžová, M. Smith 2017. *Moc krásy*. Praha: Karolinum.

Vedoucí diplomové práce:

**Mgr. Milan Durňak, Ph.D.**

Katedra sociální a kulturní antropologie

Datum zadání diplomové práce: **30. března 2019**

Termín odevzdání diplomové práce: **30. března 2020**

---

**doc. Mgr. Jiří Kubeš, Ph.D.**  
děkan

---

**PhDr. Adam Horálek, Ph.D.**  
vedoucí katedry

## Prohlášení

Práci s názvem *Kultura těla baletek: Krása a dril na špičkách* jsem vypracovala samostatně. Veškeré literární prameny a informace, které jsem v práci využila, jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

Byla jsem seznámena s tím, že se na moji práci vztahují práva a povinnosti vyplývající ze zákona č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon), ve znění pozdějších předpisů, zejména se skutečností, že Univerzita Pardubice má právo na uzavření licenční smlouvy o užití této práce jako školního díla podle § 60 odst. 1 autorského zákona, a s tím, že pokud dojde k užití této práce mnou nebo bude poskytnuta licence o užití jinému subjektu, je Univerzita Pardubice oprávněna ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložila, a to podle okolností až do jejich skutečné výše.

Beru na vědomí, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších předpisů, a směrnicí Univerzity Pardubice č. 7/2019 Pravidla pro odevzdávání, zveřejňování a formální úpravu závěrečných prací, ve znění pozdějších dodatků, bude práce zveřejněna prostřednictvím Digitální knihovny Univerzity Pardubice.

V Pardubicích dne

Renáta Jezdinská v roce 2021

Tato práce se skládá z textové a audiovizuální části.

## Poděkování

Velké poděkování patří Mgr. Milanu Durňakovi, Ph.D. za veškerou pomoc, jež mi poskytl. Děkuji za odborné konzultace, pomoc s filmem, především však za ochotu a trpělivost!

Děkuji Jakubu Jonášovi za pomoc, útěchu a motivaci, kterou mi přes dobu studia poskytoval. Děkuji své rodině. I přes všechny krušné chvíle, které jste se mnou zažili, jsem dnes tam, kde jsem. Děkuji Vám za to, že jste apelovali na mé vzdělání, nenechali mě na chvíli v klidu. Děkuji své sestře Elišce, která mi pomáhala nejen jako informantka, ale také jako má pravá ruka při natáčení filmu.

Poněkud netradiční poděkování patří především Dmitri Shostakovichovi a jeho skladbě Waltz nr. 2. Dále Johannu Sebastianu Bachovi nebo skupině Depeche Mode. Jejich skladby byly mým hnacím motorem při psaní.

Poděkovat bych chtěla všem dívkám, které mi poskytly rozhovor. Speciální poděkování patří Elišce Mročkové, která nejen že mi poskytla rozhovor, ale navíc účinkovala i ve filmu.

## **ANOTACE**

Diplomová práce je zaměřena na pojetí těla v tanci. Dále se věnuje také významu špiček, kostýmů a zdravotním problémům, které jsou spojovány s tancem. Do práce je zakomponován gender a feminismus, jelikož se v baletu stále vyskytuje nerovnoměrnost mezi muži a ženami. Práce se zabývá scénickým tancem v Rusku, Francii a Itálii. Provedla jsem antropologický výzkum s tanečnicemi, které se baletu věnovaly nebo stále věnují. Součástí práce je audiovizuální část v podobě etnografického filmu. Sběr dat proběhl od září roku 2020 do února roku 2021 v tanečním studiu Ballet Prima v Pardubicích.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

balet, kultura těla, krása, životní styl, trénink, zdraví, tanec

## **TITLE**

Beauty and hardwork on pointe shoes: Body culture in ballet

## **ANNOTATION**

Dissertation work is focused on body in dance. It covers significance of pointe shoes, costumes and problems with health which are caused by dancing. In work is incorporated gender and feminisms, because in ballet there are still unevenness between men and women. The work deals with scenic dance in Russia, France and Italy. I did anthropology research with dancers, which are still dancing or they used to danced. Work includes audiovisual part – ethnographical movie. Research was made since september 2020, to february 2021 in dance studio Bellet Prima in Pardubice.

## **KEYWORDS**

ballet, body culture, beauty, lifestyle, training, health, dance

# Obsah

Úvod.....	10
1. Metodologie .....	13
1.1. Autobiografická metoda .....	13
1.2. Rozhovory .....	13
1.3. Zúčastněné pozorování .....	14
1.4. Popis terénu .....	15
1.5. Karnální metoda .....	15
1.6. Terénní deník .....	16
1.7. Cíl výzkumu .....	17
1.8. Etický kodex .....	17
1.9. Vizually antropologická část.....	19
2. Osobní narativy .....	21
2.1. Renáta-můj příběh .....	21
2.2. Adéla.....	29
2.3. Lilian.....	31
2.4. Nicol .....	34
2.5. Kristýna .....	35
2.6. Eliška mladší.....	37
2.7. Eliška .....	38
3. Historické a kulturní souvislosti v tradičním baletu .....	42
4. Reprezentace těla v tradičním baletu .....	45
4.1. Genderová perspektiva v tanci .....	49



5. Tělo jako kapitál.....	52
5.1. Habitus.....	54
6. Tělesnost v antropologii.....	55
6.1. Tělesnost v baletu .....	56
7. . Závěr .....	61
8. Seznam použitých zdrojů.....	63

## Úvod

Jak řekl jeden z nejslavnějších tanečníků a choreografů Fred Astaire: „Někteří lidé si myslí, že dobrým tanečníkem se musíte narodit, ale všichni dobří tanečníci, které znám, se museli učit a tvrdě trénovat“ (Artimo 2021).

Tématem mé diplomové práce je *Krása a dril na špičkách: Kultura těla baletek*. Téma jsem si zvolila, jelikož mám k tanci velice blízký vztah, prožila jsem si v dětství pět let radostí i strastí, které s sebou tanec přináší. Vedle moderndance a showdance jsem se věnovala také modernímu baletu. Toužila jsem si proto sama na sobě vyzkoušet balet tradiční, abych lépe zhodnotila veškeré rozdíly, které mezi tradičním a moderním baletem jsou-vyjma toho, že tradiční balet se tančí na špičkách, zatímco k modernímu baletu jsou zapotřebí pouze piškoty. Moderní forma baletu nepracuje se špičkami, což má zásadní vliv na tělo-jde o volnější disciplínu, ve které jedinec dokáže daleko lépe vyjádřit své emoce a není nikterak limitován. Nedochází k tak velkým tělesným modifikacím, jako u tance na špičkách. V moderním baletu není důležité znát francouzská pojmenování jednotlivých kroků a tanečních krací.

V hledání odpovědí na výzkumné otázky jsem se zabírala baletem, v kterém se propojují sociální a kulturní významy tělesnosti s uměleckou reprezentací. Nejen z vlastní zkušenosti mohu říct, že ženské tělo neprochází fyzickými změnami pouze v adolescentním období, ale po velkou část života. Zaměřila jsem proto svou práci především na ženy a ženskou perspektivu v baletu.

Na počátku jsem nevěděla, jak téma uchopit, dokud jsem neviděla krátkometrážní snímek od Terezy Bílé a Igora Zacharova – *Život na špičkách* z roku 2018. Ve snímku jsou zachyceny baletky Národního divadla, které vypráví něco málo o svém životě. Baletky vypráví své příběhy, v nichž vysvětlují osobní vztah k baletu a snaží se tím přiblížit jeho významy. Do vyprávění tančí, uvazují si špičky, protahují se. O baletu nemluví pouze v dobrém, ale připomínají také stinné stránky tance. Nejvíce se mně líbí, že Bílá použila černobílé záběry, které daly vyniknout ladnosti těl a ukázaly balet z horšího úhlu (náročné tréninky na špičkách, velká flexibilita těl, psychický nátlak na tanečníci před vystoupením apod.).

Inspirací mi po celou dobu zpracování jsou mé vlastní zkušenosti – touto prací chci ukázat, že tanec není pouze o nacvičených krocích a zvládnání rytmu. Tanec je o

synchronizaci, drilu, odříkání, tvrdých trénincích, kapitálech, a především o čase. Práce je psaná autoetnografickou metodou na základě mých vlastních zkušeností a narativních příběhů, jež mi vyprávěly informátorky. Nechala jsem se inspirovat Wacquantovou knihou *Body and Soul* 2004 a sama na sobě jsem vyzkoušela tréninky tradičního baletu, zpracování piškotů, zaměřila jsem se na zdravější stravování a snažila jsem se pochopit své vlastní tělo. Kulturní a sociální význam baletu jsem podpořila audiovizuálním zpracováním-formou video vlogingu, při němž jsem natáčela sama sebe.

S postavou ženského těla v baletu se pojí mnoho stereotypů, mezi něž patří například špatné stravovací návyky nebo mýty o vyhublé postavě. Mými respondentkami byly Adéla, Nicol, Kristýna, Lilian, moje sestra Eliška a Eliška starší, která účinkovala v audiovizuálním zpracování.

Velká spousta lidí vnímá tanečnice, respektive baletky, pouze jako křehká stvoření, která nesou váhu vlastního těla pouze na špičkách. Málokdo si uvědomuje náročnost baletu a sílu, kterou musí baletka mít v nohách. Balet není jen tanec, je to umění. Odříkání, disciplína, grácie.

Harriet Cavalli, jež měla zásadní vliv na vývoj hudebního doprovodu v tanci, uvedla, že by klasický balet přirovnala k bytí matkou-jestliže si to člověk sám nevyzkoušel, nemá ani ponětí o jak velkou námahu jde (Dance Magazine 2020).

Jak uvádí citát výše, dokud si sami nezkusíte balet, nemáte ponětí o tom, jak těžké je vyjádřit emoce a děj bez pomoci slov. Balet není jen o tanci na špičkách – obsahuje spoustu pravidel, zákazů a příkazů, které je třeba dodržovat. Tělo je tím, které je předurčeno vyprávět příběhy, je nositelem významů a symbolů, které se odráží a mění v jeho pohybech, výrazech a estetice. Při porušování pravidel, nařízení a zákazů si poškodíte zdraví nebo nedostanete příležitost posunout se dál. Z toho důvodu jsem se nechala inspirovat knihou Michela Foucaulta *Dohlížet a trestat* z roku 2000, v níž se autor věnuje disciplinaci těla, formování, podřizování a jeho reprezentaci v komplexních sociálních vazbách a systémech. Učitelky tance učí malé tanečnický zákonitostem, jak se stát správnými tanečnicemi či tanečnicemi. Baletky musí znát pojmenování jednotlivých cviků, budují si pevné kotníky, aby se mohly postavit na špičky, formují svá těla, tráví hodiny na trénincích. Baletka musí po celou dobu vystoupení dodržovat daná pravidla, vyjadřovat emoce a děj pomocí ovládnutého těla v tanci.

Na balet je možné nahlížet z několika perspektiv. Z hlediska jeho fyzické a psychické náročnosti se zde jeví jako důležité vnímat balet rovněž v kontextu antropologie sportu. Této perspektivě jsem se však věnovala jen okrajově, zejména prostřednictvím konceptu vtělení Loica Wacquanta, který navazuje na svého učitele Pierra Bourdieuho a zařazuje tělo do systému sociálních struktur. Z vlastní zkušenosti mohu potvrdit, že jsou tanečnice často nespokojené s vlastním tělem a chtějí být dokonale hubené. Sama jsem si nespokojeností s vlastní postavou prošla a byla jsem svědkem zesměšňování a urážení otlejších dívek, když jsem chodila na hodiny tance. Na hubených a vypracovaných dívkách, dle mé učitelky tance, vypadaly kostýmy lépe. Tanec jsem milovala natolik, že jsem sama měla problém se stravováním. Nejedla jsem, když jsem musela, tak velmi málo. Nechtěla jsem, abych byla jedna z dívek, které jsou zesměšňovány před celým oddílem. Během dlouhých tréninků, kdy byla pauza na oběd, bylo dovoleno pozřít pouze něco lehkého, aby nám nebylo špatně. Byly případy, kdy dívky z oddílu jedly tak málo, že neměly během tréninku energii a omdlívaly.

Diplomová práce se skládá z textové a audiovizuální části, které tvoří kompaktní celek a vzájemně se doplňují a prolínají. Diplomová práce *Kráska a dril na špičkách: kultura těla baletek* je hledáním odpovědi na otázky spojené s významem tance v životě mladých dívek. Nacházením a odkrýváním kulturních a sociálních struktur propojujících umění tance s perspektivou ženské tělesnosti, především v adolescentním věku. Vlastní autoetnografie pak slouží jako zrcadlo, v němž se odráží nejen tělo, ale především to, jak se na to tělo díváme a co v tom obrazu vidíme.

# 1. Metodologie

## 1.1. Autobiografická metoda

Paul Rabinow ve svém příspěvku v zásadní publikaci *Writing culture* v rámci postmoderní reflexe v přístupu k interpretaci prostřednictvím textu a psaní zdůrazňuje nutnost zdefinování kategorie sebe sama v procesu jeho legitimizace, jako důležitého objektu studia, který dlouhodobě uniká pozornosti (Rabinow 1986:242-262). Deborah E. Reed – Danahay ve svém úvodu k publikaci zasvěcené autoetnografii ji vnímá jako formu vlastního narativu, který je vnímán v rámci sociálního kontextu. Je důležitá jak samotná metoda, tak způsob, jakým je napsán text (Reed-Danahay 1997: 9)

Dílo, v němž autor popisuje a sdílí svůj vlastní individuální život ve formě narativního vyprávění (Lejeune 1994: 14 in Soukupová 2012: 11). Caroline B. Brettell, jako celá řada dalších autorů, spojuje autoetnografii s feministickou perspektivou a migrací. Podle ní se tyto fenomény otisknou, jsou vtěleny do životních příběhů lidí. Problémem zůstává, do jaké míry je autor schopen příběhy reinterpretovat, když je součástí stejné kultury (Brettell 1997: 243).

Abychom je pochopili, musíme příběhy znát. V části osobní narativy jsem se rozhodla převyprávět svůj vlastní příběh i příběhy ostatních tanečnic v kompaktním provedení. Má část, věnovaná mému příběhu, je psaná v 1. osobě, příběhy dalších tanečnic v osobě 3., v případě citací využívám kurzívy.

## 1.2. Rozhovory

Se svými respondentkami Adélou, Kristýnou, Lilian, Nicol a Eliškou mladší jsem provedla polostrukturované rozhovory. Vzhledem k nepříznivé koronavirové situaci jsem poslala předem připravený seznam otázek na e-mail, respondentky měly čas si otázky projít, případně byly upozorněny na to, že nemusí odpovídat na otázku, jež by se jim zdála choulostivá. Vzhledem k tomu, že mám dvě respondentky Elišky, rozhodla jsem se je rozlišit – baletka/starší Eliška, Eliška mladší (moje sestra).

Baletku Elišku jsem požádala, aby mi poskytla biografický rozhovor. Jako jediná přijala pozvání do mého filmu, z toho důvodu jsem ji poprosila, aby mi vyprávěla svůj příběh – jak se stala baletkou, jaké je být baletkou, finanční náročnost, strava, časové podmínky. Navázala jsem s ní velice kladný a přátelský vztah.

### 1.3. Zúčastněné pozorování

V sociální antropologii se zúčastněným pozorováním rozumí pozorování sociálních úkazů nebo činností. Výzkumník tedy pouze pozoruje, neklade otázky, neovlivňuje pozorované. Zúčastněné pozorování lze použít při zkoumání menších skupin. Díky zúčastněnému pozorování je problematika prozkoumána více do hloubky (Vodáková 2017).

Mým původním záměrem bylo vybrat si nějaké pardubické baletní studio, setkat se s několika dívkami různých věkových kategorií a natočit film o tom, jak jednotlivé věkové kategorie tančí nebo jak vnímají balet, zda je to baví a jakou roli hraje balet v jejich životě.

Vybrala jsem si baletní studio Prima ballet v Pardubicích. Zkontaktovala jsem majitelku studia a domluvily jsme se, že se osobně setkáme a domluvíme se na podrobnostech.

S majitelkou jsme se na první schůzce domluvily, že natočím film, se souhlasem rodičů. Blíže o tom pojednávám v kapitole k vizuální etnografii. Ještě též návštěvu jsem se seznámila se skupinou malých dívek, které se zrovna připravovaly na trénink.

Při druhé návštěvě jsem nasbírala informace od dvou skupin dívek. První skupina byla ta, kterou jsem poznala předchozí návštěvu. Učitelka tance jim, přede mnou, sdělila můj záměr a od té doby byly dívky jako vyměněné. Všechny se moc snažily, předháněly se v tom, kdo jaký cvik udělá lépe.

S dívkami v baletní studiu jsem nevedla žádné rozhovory, nýbrž jsem prováděla pouze zúčastněné pozorování.

## 1.4. Popis terénu

V lednu roku 2020 jsem poprvé navštívila baletní studio Ballet Prima v Pardubicích. Předem jsem se domluvila s majitelkou studia na návštěvě, abych si prohlédla prostory.

Má druhá návštěva proběhla v únoru téhož roku. Přišla jsem se podívat na tréninky dvou různých věkových skupin. Plna optimismu jsem se těšila na polovinu dubna, kdy mělo probíhat natáčení. Bohužel v té době byla první vlna koronaviru a baletní studio bylo zavřeno. Nechala jsem proto natáčení na podzim. Věřila jsem, že se situace zlepší a děti budou moc do studia docházet trénovat.

Místo toho bylo baletní studio zavřené i na podzim. Nerada nechávám věci na poslední chvíli, proto jsem začala přemýšlet nad alternativou. Jelikož jsem sama tancovala, oslovila jsem nejdříve slečny, které se mnou navštěvovaly stejnou taneční skupinu a chodily na klasický balet. Na počátku jsem neměla ani ponětí, jak snadné bude sehnat respondentky s tak rozmanitými výpověďmi.

Mými respondentkami byly Adéla, Lilian, Nicol, Kristýna, Eliška starší a sestra Eliška. S Adélou, Lilian a Nicol jsem dělala rozhovor online přes sociální síť. Moje sestra Eliška i Eliška, jež mi účinkovala ve filmu, byly ochotny se účastnit natáčení a poskytnut rozhovor osobně.

Na pár týdnů se obývací pokoj u nás doma proměnil v baletní studio. Nezdálo se být zcela vyhovujícím. Chybělo základní velké zrcadlo, abych viděla své pohyby a mohla se zkoordinovat, tyč, o kterou jsem si měla opírat nohy či ruce. Největší překážkou byl zákaz pohybu osob mezi okresy a nemožnost navštívit se s baletkou Eliškou osobně. Z toho důvodu jsem trénovala podle videí na YouTube nebo dle knížky.

## 1.5. Karnální metoda

Ve své práci jsem se rozhodla použít karnální metodu. Abych byla schopna co nejpřesněji popsat každý detail, pocity, progres, bolest, rozhodla jsem se pro úplné ponoření do výzkumu, být jeho součástí. Karnální metodu popsal v knížce *Body and Soul* z roku 2004 Loic Wacquant. Autor v knize vystihuje práci lidského těla ve sportu a uvádí, že na tělo

nemůžeme nahlížet pouze jako na univerzální organismus. Do výzkumu se musí zapojit inteligence a citlivost. Pouze úplným zapojením a vyzkoušením si na vlastním těle můžeme dosáhnout lepší reflexe (Wacquant 2004: VIII). Autor knížky se sám dostal do boxerského klubu v chudé černošské čtvrti a trénoval mezi profesionálními i amatérskými boxery. Dílo je inspirující zejména proto, že Wacquant napsal knihu na základě vlastních zkušeností sebereflexe. Poznával svoje tělo, disciplinoval ho a naučil se s ním pracovat.

„[...] právě detailní etnografický popis “těla” je pro zvolenou metodu karnální sociologie nezbytný“ (Ryška 2015).

Rozhodla jsem se, právě tak, jako sám Loic Wacquant, prozkoumat terén „na vlastní kůži“. Zkusit si náročnost tréninků tradičního baletu, zvýšit flexibilitu svého těla, vybudovat si dost pevné tělo na to, abych mohla z piškotů přejít k tanci na špičkách. Z toho důvodu jsem si nechala napsat jídelníček na míru, začala jsem hodně cvičit, pracovala jsem na flexibilitě.

Zařídila jsem si osobní deník, což mi poradila hned na začátku moje kamarádka Pavla, se kterou jsem konzultovala stravování a tréninky. Stejnou metodu k záznamům užil i Wacquant. Do deníku jsme si celou dobu zapisovala především informace o své změně. Plánovala jsem si den dopředu každý trénink i stravu. Pečlivě jsem si zapisovala každé měření, recepty, tipy na lepší životní styl i zdraví. Do ledna jsem si psala také o negativních věcech – například o úbytku svalové hmoty, akné způsobené důsledkem častého pocení nebo ztrátou motivace. Od ledna jsem se víc zaměřila na vlastní emocionální a psychické prožívání karnálního procesu. Naučila rozeznávat pozitivní a negativní momenty a jejich vliv na stav mého vědomí. Deník mi sloužil jako komparativní popis rozvoje fyzického i duševního potenciálu mého těla.

## 1.6. Terénní deník

Terénní deník slouží výzkumníkovi k zapisování běžných činností, zároveň k uchování i těch nejmenších podrobností. Výzkumník může být bez obav, že by opomněl nějaký detail, který by mohl být důležitý. O této důležitosti psal Bronislaw Malinowski ve své knize *Argonauti západního pacifiku* z roku 1922. Díky terénnímu deníku je autor schopen tlumočit svým



čtenářům veškeré podrobnosti, jež by mu v daný moment nepřišly důležité (Malinowski 1922: 24-25).

Během svého výzkumu jsem si psala terénní deník. Při dvou návštěvách baletního studia jsem si zapisovala každou maličkost, na kterou bych při psaní mohla zapomenout (například fyzicky namáhavý trénink, posměch, rivalita). Malé dívky byly velice bezprostřední, proto jsem během návštěv slyšela mnoho detailů, které bych si v paměti neuchovala.

## 1.7. Cíl výzkumu

Cílem výzkumu je co nejlépe popsat kulturu těla baletek, význam špiček, kostýmů, ale také zdravotní problémy. Obsahem práce je nahlížet na balet (nebo scénický tanec) z genderové a historické perspektivy ve vztahu k ženskému tělu jeho kulturním a sociálním významům.

Výzkumu proběhl se současnými tanečnicemi, jelikož jsou všechna baletní studia zavřena. Tanečnice byly různých věkových kategorií. Jeden biografický rozhovor byl pořízen s hlavní aktérkou baletkou Eliškou, která mi poskytovala online rozhovor.

Výzkumné otázky:

- Jaký význam má balet pro tanečnice?
- Jak vnímají baletky své tělo?
- Jakým způsobem proměnil tanec baletkám jejich vnímání vlastní tělesnosti?

## 1.8. Etický kodex

Etická kritéria výzkumu jsem byla nucena v průběhu výzkumu přehodnocovat a zpřísnovat, jelikož se ukázalo, že téma týkající se těla u adolescentních dívek, může být problematické, a především významně citlivé. Tuto skutečnost jsem si uvědomila především v momentu, kdy jsem požádala dívky o účast na filmu a téměř všechny tento typ spolupráce odmítly.

Žádné z dívek nevadilo, že uvádím jejich křestní jména –žádná si nepřála, aby jméno, či jiné údaje, byly změněny, ač se jedná o choulostivější téma. Nepřály si však uvádět jejich příjmení.

V případě osobně a intimně citlivého tématu práce s dívkami jsem se nechala inspirovat Shulamit Reinharz a jejím dílem *Feminist methods*. Autorka v knize popisuje, jak moc je důležitá opatrná a pečlivá práce s dívkami. Pro získání přesnějších a podrobnějších informací je vhodné navázat s respondentkami přátelštější, důvěrnější vztah. Setkávat a korespondovat si s nimi pro navázání bližšího kontaktu (Reinharz 1992: 9-27).

Klíčová pro mě byla vlastní dlouhodobá zkušenost s tancem a moderním baletem, která mě výrazně poznamenala po stránce fyzické i psychické. I přes problémy a komplikace, jež mi tanec způsobil v mém vlastním životě, k němu stále cítím velmi kladný a pozitivní vztah. Z toho důvodu byla má vlastní participace na výzkumu a spolupráce s informantkami velmi přínosná a inspirativní.

## 1.9. Vizuálně antropologická část

Vizuální zpracování jsem natočila na základně vlastních zkušeností pomocí sebereflexe. Vzhledem k velkému rozmachu sociálních sítí jsem se před natáčením rozhodla založit Instagram, z něž jsem se nechala inspirovat k vertikálnímu natáčení. Tento styl se vyvíjí z koncepce vloggingu a selfie, jež je součástí audiovizuálního ztvárnění (auto)portrétu. Tomuto fenoménu se věnuje mimo jiné britský teoretik vizuální kultury Nicholas Mirzoeff ve své publikaci *Jak vidět svět*. „Každé selfie představuje performanci ukazující to, jak si daný člověk přeje být druhými viděn. Selfie si přisvojilo postmoderní estetiku stroje a následně ji přizpůsobilo celosvětovému internetovému publiku. [...] Selfie na jedné straně představuje nový způsob vedení převážně vizuální konverzace v digitálním prostředí. Na straně druhé se pak jedná o první formu komunikace, kterou používá většina světové populace, a v tom spočívá její skutečný význam“ (Mirzoeff 2018: 65-66).

Jedním z důvodů, proč jsem se rozhodla využít této metody byla jeho spojitost s pořizováním autobiografie v digitálním prostředí-tzv. selfie stories. Vychází z uživatelského rozhraní sociálních sítí a mobilních zařízení, které interpretují vlastní obraz. Propojením a střídáním vertikálních záběrů v širokoúhlé perspektivě jsem chtěla poukázat na jejich sdílenou a interaktivní povahu, ke které jsou záběry určeny. Estetika a využívání konkrétních prvků vycházela právě, z již zmiňovaných sociálních sítí, které se vyznačují tímto fenoménem, reprezentují krátkými video sekvencemi, vycházejícími z možnosti pořizování videí prostřednictvím mobilních zařízení.

Natáčení probíhalo od listopadu 2020 do dubna 2021. Jelikož jsem prováděla výzkum sama na sobě, rozhodla jsem se natočit část své denní rutiny v novém životním stylu baletky. Od listopadu 2020 do března jsem dokumentovala silové tréninky. Baletní tréninky jsem zaznamenávala od konce ledna do března 2021 a průběžně je doplnila o vlastní komentář. Zakomponovala jsem vyprávění o svém tanečním životě-jeho začátky, průběh i dopady. Do vyprávění jsem přidala taneční videa i fotografie z vlastního a rodinného archivu.

Do snímku jsem zahrnula, pomocí fotografií, všechny důležité lidi, kteří mě v mém životě ovlivnili a doprovázeli v mém tanečním snažení (po pár minutách filmu se objeví malá černá kovová baletka, jež jsem dostala od své prababičky, která mi ji připomíná) nebo mám.

Zařadila jsem staré baletní fotky maminky, tatínka, snímky sebe a svého bratra, když jsme byly malé děti, tetu a strýce u nichž jsem strávila část dětství nebo babičku a dědu, kteří mě podporovali po celou dobu tančení. Vizualní zpracování provází několik písniček, které jsem také vybrala záměrně. Hned první skladba od Ludwiga Van Beethovena s názvem *Pro Elišku* byla vybrána, jelikož moje sestra se jmenuje Eliška. Po dobu natáčení mi moc pomáhala a byla ochotná ve snímku vystupovat (například předvést mé staré taneční kostýmy). Upravená písnička *Enjoy the silnce* od Depeche Mode patří mému tatínkovi. Petr Iljič Čajkovskij se řadí mezi mé nejoblíbenější skladatele, vždy, když ho poslouchám si vybavím některé z baletních vystoupení, jež provází jeho skladby. Vybrala jsem píseň *Květinový valčík*, jelikož byla užita do představení *Louskáček*, který se řadí mezi mé favority. Johanna Sebastiana Bacha a jeho kompozici *C major prelude* jsem zvolila, jelikož jsem si poslouchala po dobu psaní textu diplomové práce. Využila jsem písně, které byly možné použít na základě volných licencí, jež jsem dohledala na internetu.

Mé zkušenosti s tancem byly určující pro výběr tématu, v určité fázi jsem si uvědomila, že nejde jen o práci s tělem v tanci, ale celkové chápání těla. Nastaly okamžiky, kdy bylo téma citlivé a problematické. Natáčení bylo zpočátku zvláštní, když jsem někde šla a natáčela se (nebo mě natáčela sestra Eliška), cítila jsem divné, opovrhující pohledy kolemjdoucích. Po pár dnech jsem si zvykla a natáčení si užívala. Líbila se mi práce s vlastním tělem-měla jsem možnost vidět jeho proměny a cítit změny na své psychice. Myslím si, že bez této práce a natáčení bych se neodhodlala k žádné fyzické změně, jež s sebou přinesla pozitivní změnu na stránku psychickou.

Vyjma mé sestry Elišky a Elišky mi ostatní informantky odmítly účast ve filmu. Důvody byly individuální-stud před kamerou, časová náročnost, obavy z koronaviru, zákaz styku osob. Domnívám se, že informantky odmítly účast ve filmu, z důvodu citlivosti tématu. Natočila jsem pouze online rozhovor s Eliškou starší. Vzhledem k pandemii byl zákaz cesty do jiného okresu. Eliška se natočila sama na telefon, vyprávěla mi vlastní baletní příběh biografickou metodou. Poskytla mi fotografie, videa z domácí přípravy, nácvik na *Par de Quarter* a video z reklamy na Keto diet.

## 2. Osobní narativy

### 2.1. Renáta-můj příběh

Na první hodinu tance mě přivedla babička, když mi bylo sedm let. Jelikož mě hlídala, vzala mě s sebou se podívat na vystoupení mé mladší sestřenice. Jednalo se o moderní tanec, který se mi velice zalíbil, chtěla jsem taky tančit. Být součástí skupiny dívek, které tančily všechny stejně, usmívaly se a zdálo se, že si vystoupení užívají. Babička viděla, jak se mi vystoupení líbilo a zeptala se mě, jestli bych taky chtěla tančit. Byla jsem unešená a nadšená, tak jsem souhlasila. Babička vždycky chtěla, abych se více družila a sportovala. Naopak já jsem v tom viděla více než jen sport – mou motivací byla euforie, která byla patrná z obličejů vystupujících po vystoupení, sjednocené kroky a kostýmy. Taky jsem chtěla, aby na mě byla babička pyšná za to, jak hezky tancuji.

Začala jsem navštěvovat taneční klub *Hvězdy* v Pardubicích, kam chodila méně nadaná děvčata. Bylo to z důvodu, že děvčata netančila závodně, nejezdila na žádná vystoupení. Vystupovala pouze pro rodiče a rodinné příbuzné. Mně to ovšem nevadilo. V kroužku *Hvězdy* jsem tančila jen necelé dva měsíce. Už za tak krátkou dobu jsem tančila v prvních řadách, předcvičovala jsem ostatním děvčatům, dostávala jsem extra samolepky – byla jsem na sebe pyšná.

Jednou naše učitelka onemocněla a přišla jiná vyučující. Celou dobu, co nám předcvičovala, koukala se na mě. Nevěděla jsem, zda nedělám něco špatně, ale bála jsem se zeptat. Cítila jsem z ní velkou energii – tančila úplně jinak, byla přísnější. Po skončení taneční hodiny učitelka tance došla za mou maminkou a řekla, že si mě vybrala do tanečního kroužku, kam chodí velmi nadané dívky. Podle ní jsem poslouchala hudbu, měla jsem rytmus v těle, vypadala jsem hezky. Maminka nechala rozhodnutí na mně a já souhlasila. Byla jsem moc ráda, že si mě učitelka tance vybrala sama, jiná děvčata musela projít přijímacím procesem, kdy musela předvést několik „osmiček“ jež si předem připravily doma. Tanečnice počítají od jedné do osmy své taneční kroky, díky nim si udržují rytmus.

Zpočátku jsem byla šťastná, cítila jsem se poctěná, naplňoval mě pocit štěstí. Všechno se změnilo. Na hodinách se nedostávaly samolepky, pochvalou bylo svolení ke krátké pauze na pití. Již jsem netrénovala jednou za týden, ale třikrát, když nebylo před soutěžemi. Pokud

bylo období před závody, či dokonce mistrovstvím České republiky, trénovalo se až pětkrát týdně. V období soutěží jsem chodila cvičit po škole, rodiče mě vozili na tréninky, které o víkendu začínaly v brzkých ranních hodinách a končily v podvečer.

Nastoupila jsem do skupiny se zpožděním tři měsíců. Zatímco všechna děvčata znala kroky a tanec se jen dodělával a prováděly se malé změny, pro mě bylo všechno nové. Jako jediná jsem neudělala přemet, provaz jsem uměla jen na levou nohu a při rozštěpu jsem nedosedla na sem. Pamatuji si, že mně učitelka tance řekla, ať udělám přemet dopředu, ač jsem ho nikdy předtím nedělala. Bála jsem se a chtěla jsem jít alespoň na žíněnku. To mi nebylo povoleno, jelikož na měkké podložce se rychleji ničí klouby. Několikrát jsem upadla, ale musela jsem to, jako jediná, trénovat tak dlouho, dokud jsem neudělala přemety diagonálně po celém sále.

Zpočátku jsem nebyla disciplinovaná, nechtěla jsem trávit volný čas tancem, ovšem rodiče byli nekompromisní. Při vyzvedávání z tréninků viděli, že se velmi rychle zlepšuji a posouvám. Doma mě podporovali kdykoliv jsem nacvičovala nějaké taneční kroky nebo vylepšovala gymnastické prvky. Věděli, že mám hudební sluch a byli na mě velice pyšní. Učitelka mě neustále chválila a oni věděli, že by byla škoda, kdybych skončila tak brzy. Moje maminka, která jako malá tančila balet byla velice ráda, když na mě slyšela chválu a zároveň chtěla, abych pokračovala a nedopadla jako ona, která po několika málo letech s tradičním baletem skončila. Maminka tančila tradiční balet několik málo let, začala mít ovšem menší zdravotní potíže a babička ji přihlásila na gymnastiku.

Zprvu jsem byla nešťastná, ovšem rychle jsem se zlepšovala, byla flexibilnější, učila se těžším gymnastickým kouskům. Vzpomínám, jak těžký byl proces gymnastického rozštěpu, kdy mé nohy byly vodorovně roztaženy, trupem a čelem jsem se musela dotýkat podlahy, ruce musely být nataženy. Pro dosažení skvělého výsledku mi učitelka tance klečela celou svou váhou na zádech a já se nesměla ani pohnout. Počítala jsem vteřiny, ale touha být lepší, než ostatní mi dodávala síly.

Můj progres byl rychlý a ani jednou se nestalo, že bych nejela na závody. Učitelka tance, která byla velice přísná, mě vždycky vybrala. Několik málo dívek nemohlo jet na soutěže, protože neměly, dle učitelky tance, vhodnou postavu (nebyly příliš štíhlé), jiné byly pomalé nebo do tance nedávaly veškerou energii. Nešlo jen o to, aby dívka dobře odtančila sérii, ale také o grimasy a vášeň, kterou do představení dala. Dívky, které neměly „vhodnou

postavu“ se do kurzu dostaly hlavně přes rodiče, kteří kupovali různé dárky, zajišťovali volné sály pro tréninky nebo naši skupinu propagovali ve firmě, díky čemuž jsme vystupovaly na plesech a dalších kulturních akcích.

Každý leden přišla na hodinu švadlena, která nám brala míry, učitelka tance je zapisovala a podle toho se nechávaly šít kostýmy. Předě všemi dívkami i před švadlenou, bylo vytknuto několika dívkám, že nejsou dostatečně štíhlé, proto by bylo zbytečné jim nechávat kostýmy vůbec šít. Měření doprovázely slzy a ztracené naděje. Nechtěla jsem být mezi nimi. Ostatní na ně koukaly zvláště. Nepřijaly je mezi sebe.

Kostýmy byly finančně nákladné, přitom jsme si je ještě musely dodělávat doma. Vzpomínám, jak jsme s tatínkem šily celý večer flitry k mému prvnímu kostýmu. Švadlena sice brala míry, dost často se ale stávalo, že jsem během šití zhubla nebo se mi změnily proporce. Z toho důvodu jsem si sama musela přešít například stuhy nebo úchyty za krkem. V jednom kostýmu jsme měly speciální návleky na ruce – všité gumičky byly tak těsné, že jsem necítila prsty nebo jsem měla na rukách modřiny. Nebylo možné, aby nebyla gumička našita tak pevně, jelikož se nemohlo stát, aby při představení návlek z ruky ulétl.

Kostýmy byly navrženy k tématu a disponovaly nejrůznějšími barvami. Nejčastěji jsme měly odhalená břicha a nohy. Vynikaly tím naše hubené a vypracované postavy.

Vyhrávala jsem soutěže a byla šťastná, tanec se stal mým životem. Věnovala jsem tanci všechn čas, učila se na tréninkách i sama doma. Chtěla jsem být lepší, dokonalá. Už jsem nemohla tolik jíst, abych vypadala reprezentativně v kostýmu. Nesčetněkrát se stalo, že dívky nebyly vybrány na závody, jelikož měly kila navíc. Docházelo často k umístování dívek mimo taneční prostor nebo musely stát úplně vzadu. To nejhorší, co se mohlo stát bylo, když si trenérka dívku nevybrala nebo ji postavila dozadu.

Netančila jsem jen jeden styl, ale tři – k modernímu tanci jsem přidala moderní balet a showdance. V očích učitelky jsem se zviditelnila. Bylo vidět, že si mě více všímá, dá na mé názory. Jednu taneční lekci přišla, pustila písničku Michala Davida a řekla, ať začneme všechny tančit, že bude chodit a komu poklepe na rameno, bude tančit na vystoupení zmíněného zpěváka. Ve skupině nás bylo přes třicet – i přesto jsem si řekla, že budu mezi vybranými. Tančila jsem tak, jako jsem tančila doma, když jsem si připravovala vlastní sestavy. V prvním i druhém kole si mě trenérka vybrala a já byla neskutečně šťastná. Viděla jsem ovšem závistivé pohledy a odcházela jsem z hodiny mírně rozrušená. Při samotném

vystoupení u Michala Davida jsem nedbala na názory ostatních dívek. Rodiče a celá rodina na mě byla pyšná, a to jsem brala jako největší potěšení.

Od té doby, co si mě učitelka tance vybrala na vystoupení Michala Davida, vnímala jsem, jak se dostávám ze zadních řad do předních. V průběhu roku se trenérka rozhodla zinscenovat vystoupení s názvem *Básníci*. Pozvala tři chlapce z jiné skupiny, aby tančily společně s námi. Hned první hodinu se vybírala do představení představitelka někoho, kdo bude dělat „klapku“. Chtěla jsem to zkusit, ale učitelka tance řekla, že já nebudu představitelka klapky a vybrala jinou dívku. V tu chvíli mi to bylo moc líto, ale o pár minut později jsem pochopila proč. Dostala jsem hlavní roli představitelky Borůvky. Chtělo se mi radostí brečet a byla jsem poctěna. Hodně dívek se se mnou v tu chvíli přestalo bavit. Netušila jsem, že hlavní rolí se mi tréninky ještě zintenzivní a budou častější. Trénovala jsem častěji, více hodin. Ač jsem byla nemocná nebo měla důležitý test ve škole, musela jsem trénovat dlouhé hodiny. Mně to nevadilo. Celá skupina utvořila formaci trojúhelníku při poslední scéně a učitelka tance řekla, že si výslovně přeje, abych na sobě ještě víc zapracovala, protože chce, abych stála úplně vpředu. Všechna vystoupení probíhala bez problémů a vyhrávali jsme medailová místa. Pamatuji si, že jsme vystupovali v České Lípě na mistrovství České republiky, a moje tréma bylo několikanásobně větší. Neumím ani dnes, po tolika letech, popsat tak velkou euforii, kterou jsem cítila po celý čas toho vystoupení, když při poslední scéně jsem věděla, že za sebou mám celou skupinu, celý sál nám tleská a já stojím úplně vpředu. Stála jsem vpředu a vedla jsem celý oddíl.

Pro rodiče byl tanec finančně náročný. Ovšem musela jsem si koupit vhodné tréninkové oblečení a doplňky, abych mohla pokračovat dál. Tréninky a závody vyžadovaly speciální boty s odpruženou patou. Pokud bych tančila v levných, zcela obyčejných botách, došlo by k narušení klenby a možnosti pokrivení páteře. Moderní balet vyžadoval koženkové piškoty světle růžové barvy. Ty jsem si musela opečovávat, protože byly drahé. Každý rok nám učitelka tance nechávala šít kostýmy různých barev. Na každé představení jsme měly jiný kostým. Před závody byly extra tréninky, které se musely platit zvlášť. Samotné závody se musely finančně doplácet. Byl to poplatek k tomu, abych vůbec mohla ve vystoupení tančit. V každém městě, před každými závody rodiče platili jistou částku.



Dřela jsem, tanec se stal mojí závislostí. Netrénovala jsem jen na hodinách, ale začala jsem trénovat i doma. Vzpomínám, jak jsme se musely naučit přemet pozadu, ale tak, aby první byla do vzduchu zvednuta pravá noha. Jelikož jsem perfektně ovládala přemet pozadu s výchozí levou nohou, musela jsem se to doma naučit. Bylo mi sedm let, když jsem si dala doma na zem polštář a začala s učením. Nesčetněkrát jsem spadla na hlavu, podlomily se mi ruce a já při pádu spadla na krk, na ruce. Nevztekala jsem se, ani pokus nevzdala. Zkoušela jsem to dál, až jsem byla po několika hodinách schopná udělat přemet po pravé noze se vzpřímením.

Jelikož jsem byla malá a štíhlá, byla jsem poměrně často zvedaná ostatními dívkami v nejrůznějších zvedacích kreacích. Pamatuji si, že jednou jsme nacvičovaly těžkou kreaci a já jsem spadla na hlavu. Ani jsme se nestačila rozbrečet bolestí, protože první, co učitelka tance řekla bylo: „Znovu! Ale teď už pořádně!“ Důvod byl jasný – překonat strach z pádu hned na počátku bez litování.

Vystupovala jsem ve Východočeském divadle. Byla jsem na sebe pyšná, viděla jsem, jak se dřina vyplácí a byla jsem rozhodnutá jít dál. Být dokonalejší. Rodiče, kteří mě podporovali a jezdili téměř na každé vystoupení, ze mě měli velkou radost. Celá rodina mi přála štěstí na vystoupeních, oslavovali se mnou úspěchy, byli přítomni v divadle, kdy bylo vystoupení velmi důležité. Podporovali mě ve chvílích, kdy jsem byla na pokraji sil a měla jsem chuť přestat, kdy jsem se vracela z tréninků pozdě a věděla jsem, že nazítří mě čeká to samé. Stáli při mně.

Bohužel jsem netušila, že po pěti letech budu nucena s tancem skončit. Tréninky byly velmi bolestivé v oblasti kolene. Rodičům jsem se s problémem svěřila až po několika týdnech. Ortoped diagnostikoval chybějící kost v kolenu, která se obrousila velkou zátěží. Byla jsem ochotna bolest přetpět nebo operaci podstoupit. Rodiče už nebyli tak nadšení a snažili se mi tanec vymluvit. Byla jsem velmi nerozhodná. Učitelka tance moje zdravotní problémy nijak neřešila, nenechávala mi žádné úlevy a nutila mě dělat vše na 110 %. Celá záležitost se vyřešila sama. Začalo mi období adolescence, tělo se začalo vyvíjet. V celé skupině jsem byla nejstarší a mé tělo se začalo měnit především v oblasti hrudníku. Trenérka vymýšlela pro naši skupinu velmi odhalující kostýmy a taktně mi naznačila, že není vhodné, abych ve skupině dál přetrvávala. Byla jsem učitelkou zklamaná, alespoň jsem nemusela

podstoupit operaci. S rodiči jsem svůj intimní problém neřešila, nechtěla jsem se o tom bavit, musela jsem s tím smířit sama. Styděla jsem se rozebírat tyto choulostivé věci i s maminkou, která mi byla i v té době velmi blízká.

Ač moje poslední zkušenost s tancem nebyla dobrá, rozhodla jsem se navrátit k tématu a vyzkoušet si tradiční balet. Touha vrátit se k tanci a vyzkoušet si tradiční balet mě přivedla k tomu, že jsem začala opět tančit a pracovat na svém těle. Přišlo mi zajímavé vyzkoušet si zase jiný druh tance a porovnat tradiční a moderní balet. Zpočátku jsem byla nervózní, jelikož jsem nevěděla, zda si nezpůsobím další zdravotní problémy a jestli můj návrat k tanci bude úspěšný. Vzhledem k tomu, že mám ráda vážnou hudbu a líbí se mi baletní oděv, špičky, vystoupení i tréninky, byla to pro mě velká výzva.

Z důvodu, že baletky jsou hubené a drží se zdravé stravy, či diety, rozhodla jsem se pro to samé. V říjnu roku 2020 jsem se sešla s kamarádkou Pavlou, která se věnuje volnočasově trénování a sestavování jídelníčku. Poradila mi, jak se stravovat, abych dietou nezhubla velké procento svalů, ale především tuky. Pokud bych byla pouze hubená, mohlo by se stát, že by mé tělo neuneslo nápor tréninků. Když jsem byla malá, rodiče ani babička nechtěli, abych hodně jedla. Snad z obavy, že bych se nedostala na vystoupení a byla zklamaná sama ze sebe. Vzpomínala jsem na to, když jsem si připravovala nějaký zevrubný plán, jak vlastně začít.

Na začátku jsem si koupila diář, do kterého jsem si všechno zapisovala. Poradila mi to moje kamaráda a zároveň konzultantka Pavla. Nevážila jsem se, ale změřila se. Na internetu jsem si vypočítala, kolik kalorií mám přijímat a jaké množství vody vypít. Z vlastních zkušeností mohu potvrdit, že pitný režim je především v počátcích důležitý, jelikož umí zapracovat na zrychlení metabolismu. Na základě komunikace s výživovou poradkyní mohu uvést, že úbytek hmotnosti nastává ve chvíli, kdy člověk pije neslazenou vodu, či zelený čaj.

Jídelníček jsem měla předem zpracovaný od Pavly. Strava byla založena převážně na bílkovinách, jedla jsem pouze omezené množství sacharidů a tuků. Jedla jsem pětkrát denně po dvou až třech hodinách, potraviny jsem si musela vážit nebo odměřovat.

Ke snídani jsem měla převážně ovesnou kaši z vody, ochucenou proteinem a trochu ovoce. Ovoce sice obsahuje zdravé sacharidy, ovšem ani s těmi jsem to nesměla přehánět. Pokud jsem neměla chuť na ovesnou kaši, měla jsem na výběr-bud' smažené vaječné bílky na

olivovém i kokosovém oleji nebo celá vejce bez oleje. Na pečivo z bílé mouky jsem mohla zapomenout, nezbytností bylo celozrnné pečivo z žitné mouky.

Dopolední i odpolední svačiny byly různorodé – většinou i tato potrava musela obsahovat bílkoviny. Na denním pořádku byl kefir, tvaroh, kus ovoce, zelenina, pomazánky z tvarohu, cottage nebo proteinové nápoje.

K obědu jsem měla vždy přílohu v podobě brambor, rýže nebo těstovin. Maso jsem mohla jíst pouze třikrát týdně, jinak jsem si musela vystačit rybami, sójovým „masem“ nebo tofu. Večeře musely být obzvláště snadno stravitelné a vyvážené, žaludek nesměl být přetížený, naopak jsem musela usínat s pocitem lehkosti. Pravidlem ovšem bylo, že jsem nikdy nesměla trpět pocitem hladu. Bylo to zcela jiné, než jsem čekala. Porovnávala jsem to stále se svým dětstvím a tím, jak jsem nemohla moc jíst a najednou přišel úplný obrat – musela jsem jíst, aby tělo získávalo dostatek živin k fungování a pořádnému nastartování metabolismu.

Trénovala jsem od října do ledna pouze silové tréninky a kardio, jelikož jsem se ve svém těle necítila dobře – připadala jsem si silná a nespokojená. Naopak při slově baletka se mi vybavilo jemné a ladně se pohybující stvoření, které má vypracované tělo.

Trénink jsem měla 6x týdně a trval 45 minut. Měla jsem tréninky rozdělené na určité partie, aby se nestalo, že bych, nesmyslně, trénovala jednu část těla každý tréninkový den. Zpočátku jsem byla velmi unavená, svaly mě při každém tréninku pálily, ale já věděla, že časem se to zlepší. Cvičila jsem proto, že jsem chtěla být fyzicky zdatnější kvůli mému osobnímu projektu.

V lednu jsem si ale uvědomila, že se chci hýbat a posilovat i nadále. Každý den moje tělo vyžadovalo trénink a následné zvýšení endorfinů. Začala cítit lépe nejen po fyzické, ale také po psychické stránce. Zaregistrovala jsem velký úbytek hmotnosti, především tuk zlepšila se mi flexibilita, lépe jsem spala a měla jsem lepší náladu. Mohla jsem se zaměřit na balet.

Ač jsem se cítila připravena, věděla jsem, že se svými dosavadními tréninky skončit nechci. Trénovala jsem proto tak, jak jsem byla do té doby zvyklá a přidala si k tomu ještě balet. Baletní lekce probíhaly od ledna do března pouze doma. Vzhledem k pandemii nebylo

možné sejít se s baletkou Eliškou a trénovat společně. Trénovala jsem zpočátku podle knížky *Škola baletu*, kterou jsem dostala od rodičů, když jsem byla malá a chtěla jsem být baletkou. Knížka mi dala základní průpravu (například základní baletní pozice, držení těla, ladné pohyby rukou), pro pokročilé tréninky jsem musela najít nějaká videa na YouTube.

Baletní tréninky byly velmi složité. Celý svůj „taneční život“ jsem poslouchala, ať jsou ruce co nejvíce napnuty, nohy se do vzduchu dostávají rychlým švihnutím – nyní jsem musela zapomenout pravidla, jež mi byla vštěpována. Dávala jsem si pozor na synchronizaci celého těla. Musela jsem si hlídat rovné postavení těla, pomalé, a přitom ladné pohyby. Tanec na špičkách jsem nezkoušela, jelikož jsem se bála, všechny tréninky probíhaly pouze na piškotech. Na základě vlastních zkušeností mohu potvrdit, že ač se může zdát, že je balet pomalý a nemusí se při jeho cvičení vynakládat velká námaha, je velice fyzicky náročný. Při baletních tréninkách jsem byla vděčná sama sobě, že jsem se začala připravovat už od října. Mohu ale říct, že jsem si tento typ tréninků užívala. Velice se mi líbila klasická hudba, kterou jsem poslouchala i při psaní tohoto textu. Lépe jsem se díky skladbám soustředila a nechávala se inspirovat hudbou. Sama na sobě jsem se přesvědčila, že balet je skutečně velice těžký. Když jsem se dívala zpětně na své nahrávky, viděla jsem na sobě hned několik chyb, kterých jsem se dopustila – ať už řádně nepropnutá noha, špatné držení těla nebo chybně provedená pátá pozice.

Tato pěti měsíční práce mě nesmírně obohatila. V průběhu práce jsem neměla ráda své tělo, byla jsem psychicky vypjatá, kdykoliv jsem si dala něco, co jsem neměla v jídelníčku. Při konzumaci něčeho nezdravého jsem si vybavila všechny momenty, kdy mi, především rodina, dávala důrazně najevo, že moje tělo tloustne a nebude tak hubené, jako když jsem tančila. Nesnášela jsem rodinné sešlosti, jelikož jsem na každé poslouchala stereotypní narážky na mé tělo. Rodina si byla moc dobře vědoma toho, že otylejší dívky se nedostaly na vystoupení, maminka byla baletka, strýc býval profesionálním hráčem fotbalu-v naší rodině nikdo nemohl mít kila navíc. Moje touha po dokonalém těle bez přebytečného tuku byla příliš silná. Hodně jsem se stresovala ve dny, kdy jsem nevypadala přesně dle svých představ. Svě tělo jsem považovala za nepřítel a měla jsem mylné úvahy o tom, že když ho budu trestat, naučí se mě poslouchat. Především v období mensesu bylo mé tělo úplně jiné – cítila jsem se nafouklá, mé ploché břicho vypadala, jako kdybych byla ve druhém měsíci těhotenství.

Trpěla jsem utkvělou představou, že když nebudu jíst, můj stav se zlepší. Nechtěla jsem si dát ani žvýkačku, protože obsahovala kalorie navíc. Ráno, když jsem se probudila a viděla jsem, jak je mé tělo nafouklé a zavodněné (objevovala se drobná celulitida), začala jsem mít pocit, že je celé snažení vlastně úplně zbytečné. Balet ani tanec, který jsem provozovala, nedělal ústupky měnícímu se ženskému tělu. Baletky, či jiná tanečnice, musí vypadat stále ladně, ač trpí menstruačními křečemi, nedokonalostmi pleti a dalšími obtížemi, které žena musí trpět každý měsíc.

## 2.2. Adéla

Mojí první respondentkou byla Adéla. Dvacetiletá slečna, která tancuje od svých 3 let. K baletu ji přivedli rodiče, kteří si, jako celá její rodina, zakládali na tradici. Seznámily jsme se v dětství, když Adéla navštěvovala stejné taneční studio jako já. Kromě moderního baletu a *showdance* chodila ještě na gymnastiku a balet. Byla opravdu časově i fyzicky vytížená, ovšem její rodiče byli rádi, že jejich dcera zvládá tolik kroužků. Zatímco já a ostatní tanečnice skončily, Adéla je jediná, která tančí dodnes.

Napsala jsem Adéle přes sociální sítě, když zrovna přidala fotku sebe sama s popiskem „Domácí trénink“. Byla ochotná poskytnout mi rozhovor, ovšem hned v počátku odmítla účast ve filmu. Adéliny rodiče jsou velmi blízcí přátelé s baletní učitelkou, nechtěla, aby se učitelka nějakým způsobem dozvěděla o účasti. Slova Adély by se vyučující nemusela líbit.

Adéla je dcerou velice zámožných rodičů. Pro rodinu, především matku, bylo nepřijatelné, aby se zabývala jen keramikou nebo tenisem. I podle Adéliných slov z ní matka chtěla mít něco víc. Adéla je na sebe dnes pyšná, jelikož jen málo baletek si zaslouží stát na špičkách. Ač si Adéla nemohla užít volného času jako malá, dnes je matce vděčná. Za všechny chvíle, kdy s ní jezdila na tréninky, čekala celé dny na vystoupení, připravovala zdravou stravu, financovala kostýmy a špičky.

*„Moje motivace k tanci? Ani nevím, jaká byla moje motivace. Rodiče se shodli na tom, že bude nejlepší, když začnu dělat nějaký sport. Vedle moderního baletu a showdance pro mě vybrali balet a gymnastiku. Nedá se říct, že by byla nějaká motivace. Rodičům neodmlouvám*

*a přijala jsem jejich rozhodnutí jako samozřejmost. I teď, když jsem plnoletá, tancuji, protože to ode mě vyžadují. Na druhou stranu jsem za jejich naléhání ráda, protože balet dělá málokdo.“*

Když jsem se Adély zeptala, jak náročný byl balet v porovnání s dalšími tanci a jak si dokázala najít čas na všechny aktivity, odpověděla: *„Každý sport je náročný, pokud ho nechcete dělat jen pro radost. Neznala jsem volný čas. Ráno jsem vstala a věděla, podle harmonogramu v notýsku, co mě čeká. Večer jsem usínala unavená s vědomím, že zítřek bude stejný. Je pravda, že balet byl nejnáročnější – celý proces budování silných kotníků, aby unesly váhu mého těla, byl na několik let. Tréninky byly klidně ráno před školou, o víkendech nebo svátcích. S kamarádkami ven jsem nechodila, nejezdila jsem k babičce na víkendy. Zнала jsem jen a jen tréninky“.*

Adéla musela od útlého věku dodržovat zdravé stravovací návyky. Nebylo přípustné, aby si Adéla dopřála sladkosti nebo fast food, jako ostatní děti. Měla s sebou vždy krabičky, v nichž měla převážně dietní stravu, zeleninu, ovoce. S jídlem u Adély souvisely zdravotní problémy. Adéla trpěla psychickým problémem – neustále si kontrolovala váhu, snažila se nepřibrat, aby nezklamala matku. Trpěla slabostí, točila se jí hlava, několikrát na tréninku omdlela. Vzhledem k fyzické zátěži její tělo nedostávalo dostatečný přísun živin-bílkovin a především sacharidů. Adéle se na každé noze vedle kotníku utvořil další výrůstek. Její tělo se snažilo vypořádat se zátěží těla.

*„Baletní špičky si kupuji každé čtvrtletí. Špičky opotřebuji snadno, jelikož hodně trénuji nejen v sále, ale i doma. Hned, jak si špičky přinesu domů, vím, že mě čeká jejich úprava. Nemůžu říct, že by mě jejich úprava nějak zvlášť bavila, je to spíš nutnost. Nerada vidím, jak ničím něco, tak nového, čistého a pracně vytvořeného. Nekupuji si žádné špičky z pochybných e-shopů, ale kvalitní značky. Špičky zevnitř rozstříhám, všitou kostru rozlomím na dvě části, všiji stuhy a gumičky, aby mi boty držely přes nártý. Stuhý si vybírám dlouhé, aby mi vedly od nártů až po polovinu lýtek. Mám ráda jistotu a nechci se obávat, že mi špičky sklouzne. Matka mě učila upravovat si špičky sama. Snad jen dvakrát mi pomohla a to, když jsem se po čtyřech letech tréninku mohla sama postavit na špičky. Bylo to pro mě obrovské potěšení“.*

Celé roky Adéla čekala na moment, kdy si bude moci obout špičky. Záviděla starším dívkám, které se dočkaly momentu povýšení a dočkaly se tance na špičkách. Podle Adéliných slov je tanec na špičkách odlišný od tančení na piškotech. Tanec na špičkách je daleko

náročnější a baletka si musí dávat pozor, aby si nezpůsobila nějaká zranění. U baletek je přechod na špičky rituál, který je poctou. Z malé dívky se přechodem na špičky stane slečna, která je hodna špiček.

*„Moje první vystoupení bylo na mikulášské besídce konané naším tanečním souborem. Každý rok si všechny věkové kategorie nacvičily krátké vystoupení, jež předvedly divákům. I přesto, že si to moje matka velmi přála, z mojí věkové skupiny jsem nebyla nejlepší. Na prvním vystoupení jsem stála ve třetí řadě. Matka to velmi špatně nesla a byla zklamaná. Já jsem byla zprvu šťastná, že jsem vůbec dostala narychlo ušitý lila kostým z šifonu. Byla jsem nervózní po celou dobu vystoupení. Nechtěla jsem udělat něco špatně, abych snad vystoupení nezkazila ostatním. Z radosti se stalo zklamání a smutek ze sebe sama v moment, kdy mi matka řekla, že by si nepomyslela, že moje snaha bude natolik malá, že jsem netančila v první řadě“.*

Adéla se tanci věnuje i nyní. Pracně se dostala mezi nejlepší tanečnice ze skupiny a učitelka tance ji obsadila do dvou vystoupení jako hlavní roli. I přesto, že matka nemá nad Adélou tak velkou kontrolu, jako v dětství, neodvažuje se Adéla přibrat a stále si kontroluje váhu. V jejím případě jde jen o kontrolu váhy a Adéla nemá žádné větší psychické problémy. Později se mi Adéla přiznala k jedinému závažnějšímu problému, jež ji postihl, a to přerušovaný menses. Vzhledem k faktu, že Adéla jedla od dětství nutričně nevyvážená jídla, tělo trpělo a v období adolescence a dospělosti nepracovalo tak, jak by mělo.

### 2.3. Lilian

S Lilian jsme se seznámily zcela náhodou v obchodě, když jsem si prohlížela baletní piškoty, které jsem si chtěla koupit. Byla jsem zmatená z velkého množství sortimentu a moc dobře nevěděla, které by byly nejvhodnější. Vzhledem k tomu, že nebyla nutnost kupovat boty na dlouhé tancování, nepotřebovala jsem nikterak kvalitní či značkové. Jako laik jsem stejně rozdíl nepoznala. Lilian ke mně přistoupila a ochotně mi poradila a pomohla mi s výběrem.

Při delším hovoru jsem Lilian představila téma své diplomové práce a ona souhlasila s poskytnutím rozhovoru. Vzhledem k tomu, že tancuje na konzervatoři a chce se stát členkou Národního divadla, omluvila se, že z časových důvodů není schopna znovu se setkat na domluvený čas. Místo toho jsme se spojily online a nahrály rozhovor. Z důvodu koronaviru nebylo možné se sejít osobně.

*„Když jsem byla malá, hodně jsem doma tancovala. Na každé rodinné sešlosti jsem neustále každého obtěžovala, abych mu ukázala taneční kroky, které jsem si natrénovala. Mou lásku k tanci doprovázelo zalíbení k hudbě. Neposlouchala jsem žádné dětské písničky, ale vážnou hudbu. Ráda jsem poslouchala CD, které měla doma prababička. Nejvíce se mi líbily tóny piana. Nevadí mi tancovat na žádný druh vážné hudby. Mám ovšem své oblíbence – například Tanec rytířů od Sergeje Prokofjeva, nesmím opomenout Čajkovského a jeho Labutí jezero, Tanec malých labutí, Vzduch od Johanna Sebastiana Bacha. Když mi není úplně dobře nebo mám špatnou náladu, vždy mi pomůže Erik Satie a jeho skladba Gymnopédie No. 1.“*

Jelikož je Lilian hodně trpělivá, nečinilo jí problém čekat léta na špičky. Po celou dobu tancování se snažila, aby byla ve skupině mezi dívkami vynikala. Motivovalo ji, že se řadila hned od počátku mezi nejlepší, učitelka tance ji hned první rok vybrala jako doprovod mezi dospívající dívky. Z důvodu, že se Lilian sama rozhodla, že chce být nejlepší, přišlo ji zcela normální obětovat svůj volný čas tréninkům a námaze. I přesto, jak namáhavý tento druh tance je, Lilian by si ho vybrala znovu. Absolvovala by s přehledem hodinové tréninky, budování kotníků, namáhavé cviky na zvýšení flexibility. Zatímco v případě Adély šlo převážně o splnění matčina snu, Lilian se sama chtěla stát baletkou.

*„Nebyla jsem samo sebou jediná, kdo chtěl být nejlepší. Rivalita mezi mými spolutanečnicemi byla obrovská. Byly jsme rozděleny na dvě skupiny – ty, kterým bylo jedno, jak tančí, zatímco ty druhé chtěly patřit mezi nejlepší. Nedalo by se říct, že jsem ve skupině měla kamarádky, žádná z nás neměla pořádnou kamarádku. Potichu jsme si záviděly role, předháněly se a závodily mezi sebou. Nebyla jsem oblíbená od okamžiku, co si mě učitelka vybrala do vystoupení starších dívek. Nedělaly jsme si naschvály, ale jistá šikana mezi námi byla“.*

První vystoupení Lilien byl zmiňovaný výstup mezi staršími dívkami. Ztvárnila malé medvídky a byla sama se sebou moc spokojená. Tanec byl její součástí a nebála se, že by něco pokazila.



*„Stravu jsem nikdy až tak neřešila. Rodiče, a hlavně babička, mi nutili větší porce, měli o mě strach. Věděla jsem, že mě náročné tréninky udrží v kondici a především to, že potřebuji být na tanec silná. Nechtěla jsem zkolabovat na zkoušce nebo dokonce na vystoupení. Ne, že bych si dopřávala hodně nezdravých věcí, stravu jsem si zakládala především na přísunu bílkovin. Nevím, zda to byla příčina strava, ale na špičky jsem se postavila bez následných zdravotních potíží velmi brzy“.*

Lilian druhým rokem studuje na Taneční konzervatoři v Praze. Z toho důvodu si hned na počátku školního roku musí nakoupit deset párů baletních špiček. *„Nechci, aby mi baletní nezbytnosti kupovali jen rodiče. Snažím se šetřit nebo o prázdninách chodím na brigády a vydělávám na špičky. Koupit deset párů najednou se možná nezdá, ale je to finančně náročné. A tím nekončím. Často se stává, že špičky protančím dříve, než se předpokládalo a musím kupovat nové. Cena špiček se liší podle výrobce – mě špičky stojí od 1500,- a výš. Připravit deset párů špiček mi minulý školní rok zabralo celý víkend. Špička je Vaše nejlepší kamarádka. Musí Vám být oporou a musíte vědět, že se na ni můžete spolehnout. Tento rok jsem si jich nekupovala takové množství, nevěděla jsem, jak bude škola pokračovat. Sama jsem si nachystala příslušenství, nastříhala stuhy a špičky zničila“.*

Lilian balet nevnímala jako vyšší druh sportu, ale jako součást sebe sama. Sama říkala, že pokud by ji šly lidové tance nebo latinskoamerické, zdokonalovala by se v nich. Sama vnímala, jak ji balet naplňuje, a to se stalo příčinou, proč ho provozuje dodnes. Proč byla trpělivá, pilná a ambiciózní. Dostala se mezi několik málo dívek, které pokračují na konzervatoři. Nelituje rozhodnutí, že se dala na konzervatoř. Žije okamžikem, a proto ji nikterak nevádí, že baletní život je velice krátký. Lilian čeká jen několik málo let, než bude muset odejít do důchodu a věnovat se jinému zaměstnání. Respondentka si ani nyní nepřipouští bolest nohou, oteklé prsty, namožené nártý. Přejít z piškotů na špičky má uchovaný v paměti jako jeden z nejkrásnějších momentů. Krásné chvíle na jevišti, po nich přichází odměna v podobě potlesku, získání rolí, tančení sól, příprava špiček – to vše jsou aspekty, pro něž se zapomíná na fyzickou i psychickou bolest.

## 2.4. Nicol

S Nicol se znám, stejně jako s Adélou, z dětských let, kdy jsem chodila do tanečního kroužku. Zpočátku jsem byla na pochybách, zda Nicol bude souhlasit – je velice introvertní, plachá, hůře si udržuje kontakt s ostatními lidmi a nerada mluví o svých problémech, byť jsou z dob dávno minulých. Hned v počátku jsem Nicol představila téma diplomové práce a požádala ji o poskytnutí rozhovoru. Souhlasila s podmínkou, že pokud by ji byla nějaká otázka nepříjemná, nebude mluvit příliš do detailů. Pokusila jsem se Nicol navrhnout, aby účinkovala ve snímku, byla rozhodně proti. Nepřemlouvala jsem ji a nechala věci plynout. Jednala jsem s Nicol obezřetně, do ničeho jsem ji nenutila.

*„Máma ze mě chtěla mít baletku. Mně se nápad zamlouval. Tedy do té doby, než jsem přišla na první hodinu. Mezi vyhublými dívkami mající pleť bílou jako alabastr jsem vypadala jako slon. Zatímco ony se ladně vznášely ve vzduchu a jejich ruce vypadaly půvabně, já jsem se jim nikdy nemohla vyrovnat. Moje pohyby byly těžké, při skocích jsem se nikdy necítila sebejistě, nedopadala jsem na špičky, ale těžce na celá chodidla nebo, v lepším případě, na paty. Snažila jsem se, ale bezúspěšně. Naivně jsem si myslela, že i když mi nejde tanec, mám alespoň kamarádky. Brzy se ukázalo, že ani jednu z nich nemůžu nazývat kamarádkou“.*

Nicol byla pro všechny příliš silné postavy. Ostatní děvčata se jí vysmívala a dávala najevo, že nikdy nebude patřit do jejich skupiny. Učitelka tance byla velice přísná bývalá tanečnice baletu. *Její dívky*, jak skupinu nazývala, musely všechny odpovídat určitým standardům.

*„Začalo to na tréninkách. Učitelka mě vždy postavila dozadu. Byla jsem nová a i přesto, když jsem nezatančila kroky stejně s ostatními, učitelka zastavila skladbu a začala mě přede všemi kárat. Na začátku každé hodiny jsme měly rozcvičku. Ještě jsem se ani pořádně nerozcvičila a už jsem poslouchala, že ze mě baletka stejně nikdy nebude. Uznávám, flexibilitou jsem na tom nebyla nejlépe. Učitelka mě posadila na zemi, nohy jsem měla natažené a ona mě z ničeho nic vzala za krk a hlavu, kolenem se mi opřela o záda, abych se dotýkala špičkou nosu kolen. Nebyla šance, abych se dostala z jejího sevření, a tak jsem v bolesti čekala, až povolí. Tohle protahování jsem trpěla každou hodinu. Jednoho dne mi učitelka řekla, že je absurdní, abych si myslela, že budu tancovat na vystoupení. Nechala mi sice ušít kostým, ale jen pro případ, že by některá alabastrová dívka onemocněla a já ji*

*musela nahrazovat. Stejně si myslím, že by radši předělala celou choreografii, než aby mě obsadila“.*

Nicol se mi svěřila, že ač se jí o tom moc dobře nemluví, chce pokračovat dál a dostat ze sebe bolest a emoce. Ač se Nicol snažila sebevíc, svou matku nepřesvědčila o tom, že se na hodinách necítí dobře a chce skončit. Téma matka vždycky brzy vyřešila a Nicol oznámila, ať si tolik věci nepřipouští a stále se snaží – snaha se přeci cení.

*„Před Vánoci jsme měly nacvičovat na vystoupení, které se konalo v lednu. Snažila jsem se neztrácet naději. Učitelka mi toho dne poprvé do očí a před všemi řekla, že nemůže nechat tak tlustou holku, aby vstoupila na jeviště. Mé vlasy byly na drdol moc kučeravé a nepoddajné, pleť tmavší, kostým by mi neslušel. Ostatní dívky se chtěly zalíbit učitelce, a tak jí začaly utvrzovat ve všem, co řekla. Některé, učitelkou velmi oblíbené, se přidaly a hanily mě taky. Chtělo se mi brečet, cítila jsem tlačení v krku, jak jsem zadržovala slzy. Vydržela jsem to až domů. Tam jsem nemohla přestat plakat. Matka začínala chápat, že se trápím víc, než si předtím byla ochotna připustit. Hlavou se mi honily různé myšlenky – ze začátku jsem se chtěla zařadit mezi ostatní, být součástí party. Napadlo mě, že nebudu tolik jíst. Zkusila jsem jen jeden den jíst co nejméně a vymluvila jsem se rodičům, že mi není dobře. Následující den jsem šla na trénink. Zesměšňování pokračovalo a já pochopila, že i kdybych zhubla, pro ně bych byla pořád tlustá Nicol. Balet jsem nenáviděla a neměla jsem důvod nejíst.“*

Nicol jsem ani nepokládala otázky týkající se vystoupení nebo špiček. Z respondentčina vyprávění mi bylo jasné, že se na špičky nedopracovala. Otázky ohledně stravy, zpracovávání špiček nebo vystoupení byly bezvýznamné.

*„S baletem jsem skončila po pár dalších promarněných lekcích. Až v momentu, kdy jsem si naposledy balila věci a opouštěla jsem baletní studio, jsem byla šťastná“.*

## 2.5. Kristýna

Kristýna byla ze všech nejstarší. Chodily spolu do stejného baletního souboru, Kristýna navštěvovala lekce pro starší dívky. Příběh Kristýny mi ve zdravotních případech připomínal sebe samu.

*„Balet jsem chtěla dělat sama, když jsem byla malá. Líbilo se mi, že moje teta tančila balet, chtěla jsem být jako ona. Obdivovala jsem tetiččiny fotografie, které visely na stěnách. S velkou obezřetností jsem si s dovolením zkoušela kostýmy a špičky. Vyčesávala jsem si vlasy do drdolu a teta mě učila první baletní pózy. Teta byla mou největší baletní inspirací. Měla jsem, podle slov učitelek, velký potenciál. Vnímala jsem tóny skladeb, pilně se učila jak doma, tak v tělocvičně. Chtěla jsem, aby na mě byla tetička pyšná“.*

Balet byl pro respondentku skvělým naplněním volného času, balet byl její vášní. Kristýna se až v dospělosti od rodičů dozvěděla, jak finančně náročné bylo vše platit. Kolikrát se rodiče bez přítomnosti Kristýny bavili o tom, jak to budou dále zvládat z ekonomického hlediska. Pořizování piškotů, špiček, kostýmů, placení lekcí – nic z toho nebylo pro rodiče snadné.

*„Kamarádky jsem měla převážně z baletního souboru. Měly jsme stejná témata k hovoru, vídaly jsme se dosti často. Byly to kamarádky, které mě doprovázely v přechodu z piškotů na špičky, trénovaly jsme nejen ve studiu, ale i společně doma. Na špičky jsem se poprvé postavila v jedenácti letech. Bylo to kouzelné“.*

S přípravou špiček Kristýně pomáhala teta. Ukazovala jí, jak nejlépe opracovat nepoddajnou botu tak, aby splynula s její nohou, a byla jí oporou. Postupem času si Kristýna špičky opracovávala sama.

*„První problém nastal, když mi začalo růst poprsí. Musela jsem použít obinadlo, abych upevnila prsa k tělu. Tréninky byly bolestivější především v době, kdy byla má hrud' v rozpuku. Společně se dvěma dívkami jsme byly jediné, které měly větší ňadra. Obinadlo mi dost pomohlo a já se mohla baletu věnovat i dál. Začalo se mi ukládat víc tělesného tuku v oblasti břicha a stehen, to byl důvod, proč jsem si hlídala stravování. Už jsem si nemohla dovolit konzumovat pizzu, zmrzlinu, fast food a slazené nápoje. Nahrazovala jsem potraviny, které jsem předtím konzumovala bez výčitek“.*

Přestože se Kristýna vypořádala s měnícím se tělem, prodělala zranění ramene, které ji neumožňovalo pokračovat.

*„Po operaci ramene jsem se dlouho zotavovala, chodila jsem na rehabilitace. Stále jsem doufala, že se budu moc vrátit zpátky a tančit. Vydržela jsem trénovat necelý měsíc. Při*

*každém prudším pohybu jsem cítila ostrou bolest od ramene až do lopatek. Nechtěla jsem, aby se mi zranění zhoršovalo. Z toho důvodu jsem musela přestat tančit. Následující týdny byly krušné plné výčitek a slz. Nechtěla jsem si připustit, že je konec. S ubíhajícím časem jsem si uvědomila, že být baletkou a žít se tím není nic snadného. Od tety jsem věděla, že baletky chodí brzy do důchodu. Několik desítek let se učí, trénují, zdokonalují se jen proto, aby byly ve třiceti letech poslány na odpočinek“.*

Když se Kristýna zotavila ze zdravotního zranění, její teta nechtěla, aby léta práce a dřiny přišly nazmar. U své kamarádky v baletním studiu domluvila, že Kristýna mohla učit dvě skupiny malých dívek. Jedna skupina dívek byly nejmladší holčičky, které s baletem teprve začínaly. Byly ideální skupinou pro Kristýnu, jelikož oplývala laskavostí a trpělivostí.

*„Učit děti mi dalo novou naději. Nemusela jsem tančit a namáhat se, zároveň jsem předávala svoje vědomosti a zkušenosti dál. Navázaly jsme spolu s děvčaty kamarádský vztah. I přes tento vztah ke mně měla děvčata úctu a respekt. Vnímaly mě nejen jako lektorku, ale též jako osobu se zkušenostmi. Dávala jsem jim rady ohledně tancování a vzhledem na navázání intimnějšího vztahu se mi některá děvčata i svěřovala. Děti jsou unikátní v tom, že moc nepřemýšlí-co si myslí, to řeknou. A právě tento fakt mě bavil snad nejvíce. Ač jsem měla špatnou náladu, nějakým svým výrokem mě děvčata dokázala povzbudit. Dnes je to skoro dvanáct let, co učím balet. Chodím normálně do práce, jelikož studio je malé a není moje. V podvečerních hodinách dvakrát za týden jdu trénovat dívky“. Za celých dvanáct let učení měla Kristýna ve skupině pouze dva chlapce.*

## 2.6. Eliška mladší

Předposlední respondentkou je Eliška mladší, která je moje sestra. Ač mně rodiče nedovolili tančit tradiční balet, mé sestře to dovolili. Necítila jsem křivdu, jelikož jsem byla ráda, že alespoň sestra si splní sen a vyzkouší si tradiční balet. Možná to bylo způsobeno tím, že se jednalo pouze o kroužek ve škole, a ne o náročnější tréninky a dril, které s sebou přináší.

Eliška chodila na balet do školního kroužku. Rodiče jí koupily světle růžovou můru a piškoty z jemné koženky. První věc, co se Eliška musela naučit, byly drdůlky. Její učitelka

tance si nepřála, aby dívky měly rozevláté vlasy během tréninku. Rozevláté vlasy znervózňovaly dívky při tréninku a hrozil úraz během cvičení.

*„Balet se mi moc líbil. Musela jsem ve škole chodit na nějaký kroužek a byla jsem moc ráda, když jsem se konečně dostala na balet. Každý rok tam totiž chtělo hodně holek a já jsem do té doby chodila jenom tancovat moderní tance. Chtěla jsem být jako ségra. Líbily se mi všechny Renatčiny kostýmy, diplomy a medaile. Ale věděla jsem, že já nikam se školou jezdit nebudu. Stejně mi to nevadilo a byla jsem ráda za jedno vystoupení v červnu, na konci roku“.*

Jelikož Eliška chodila na tancování jen ve škole, nepředpokládala, že by se vypracovala na špičky ani se nemusela obávat, že by jezdila na závody.

*„Každý trénink jsme se rozehřály – poskokem jsme přebíhaly přes tělocvičnu, kroužily jsme rukama, nohama, prohýbali jsme prsty na rukách i nohách. Dělalý jsme kotrmelce, otočky. Pak jsme přešly k tyči, kde jsme trénovaly, abychom udržely rovnováhu a nespadly při tom, když jsme musely stát na jedné noze nebo jsme dělaly otočky“.*

Učitelka tance Gabriela učila dívky velmi pomalým a ladným pohybům. Eliška musela trénovat i doma, aby byla lektorka spokojená.

Bohužel kvůli pandemii byly zrušeny všechny kroužky a zavřeny školy – Eliška tak cvičí a trénuje pouze doma.

## 2.7. Eliška

Mou poslední informátorkou je baletka Eliška, která jako jediná přijala nabídku vystupovat v mém filmu

S Eliškou jsme se seznámily v září na sociální síti Facebook. Sháněla jsem zrovna baletní špičky, když v tom Eliška vložila inzerát, kde prodávala nějaké baletní oblečení. Oslovila jsem Elišku s prosbou, jestli by mi poskytla rozhovor. Společně jsme si volaly v září, abychom domluvily veškeré detaily. Doufaly jsme, že se sejdeme osobně, až bude příznivější situace. Bohužel situace příznivější nebyla, z toho důvodu jsme musely vymyslet jinou alternativu a natočily jsme rozhovor online.

Elišku na baletní hodinu přivedli rodiče, když byla ve školce. Maminka ji přihlásila na balet a aerobik, na oba kroužky musela Eliška dělat přijímací zkoušky, které úspěšně složila, měla ovšem zálibu ke klasickému tanci a rozhodla se pro tradiční balet. Zvládla přijímací zkoušky na základní uměleckou školu, jelikož ji balet pohltil a chtěla se mu věnovat více.

*„Chodila jsem do ZUŠky, a už od malička jsem byla opravdu dobrá, moc mě chválily učitelky tance. Bylo nás v ročníku málo, a proto se rozhodli, že naši třídu rozdělí a já jsem jako jediná přeskočila ročník a šla jsem místo do druhé třídy rovnou do třetí. I když už nejsem studentka v ZUŠce, docházela jsem dobrovolně na tréninky ještě se třemi dalšími kamarádkami. Bohužel jsem minulý rok musela skončit, jelikož jsem už dost stará na to, abych byla pod základní školou. Trénuji proto jen doma.“*

Eliška se chtěla věnovat baletu profesionálně, vyprávěla mi, jak snila o tom, že bude sólistka v Národním divadle. Proto si chtěla podat přihlášky na Pražskou konzervatoř. Rodiče po čase souhlasili, Eliška byla nadšena pouze do doby, než se seznámila s dívkou, která na konzervatoři studovala a podala ji informace o tom, jaké to je. Eliška viděla u své kamarádky nechuť k baletu (trénovalo se každý den, někdy i včetně víkendů). To ji přimělo změnit názor a podat si přihlášku na jinou střední školu, která vůbec s baletem nesouvisí.

*„Zůstala jsem ve spojení s kamarádkami, které šly na konzervatoř a jsem tak ráda, že jsem na ni nešla – většina z nich má teď k tanci odpor a po vystudování zahodily špičky do skříně. Já chodila na tréninky s kamarádkami dobrovolně, učitelka tance nás obsazovala do vystoupení, účinkovaly jsme ve Východočeském divadle. Největším úspěchem byl Pas de Quatre z Labutího jezera, jde vlastně o tanec čtyř malých labutí. Bylo to nesmírně náročné, měly jsme tréninky několikrát týdně, ale vyplatilo se to. V baletu jde o jednu z nejtěžších kreací, kdy musí být v souladu celé tělo a všechny čtyři musí stejně hýbat hlavou, nohama, držíte se navzájem za ruce. Nikdy nezapomenu na závěrečný potlesk publika.“*

Eliška byla několikrát obsazovaná do sólových tanců, měla výborné výsledky, vzhledem k tomu, že se baletu nevěnovala profesionálně, neměla žádné zdravotní problémy. Eliška štíhlá, a brala balet jako potěšení, proto nikdy nedržela žádné diety, rodiče ji nikterak neomezovali.

*„Nesnáším ty předsudky, když někomu řeknu, že jsem baletka a každý se na mě hned dívá stylem, jestli vůbec jím. Ano, vím, jsem hubená, ale od přírody, geneticky, v žádném*

*případě proto, že bych snad nejedla. Miluju jídlo, ráda si dám donut, mekáč, brambůrky, zkrátka jím to, co chci“.*

Dokonce mi Eliška vyprávěla, že jedna z kamarádek, která chodila cvičit dobrovolně měla kila navíc, a přitom měla úžasný baletní rozsah. Učitelky tance plnoštíhlou kamarádku nikdy neshazovaly, nezesměšňovaly a obsazovaly ji do vystoupení bez problémů. Rivalita ve skupině byla malá, dívky se viděly každý den ve škole, a ještě na trénincích, nechtěly se proto nijak hádat nebo si dělat naschvály, naopak spolu trávily tak moc času, že se snažily si ho zpříjemnit.

Eliška nevnímá, že by musela ona, nebo její rodiče, platit nějak vysoké částky na špičky, piškoty, můry či jiná vybavení. Jedny špičky vydržely Elišce jeden školní rok, to samé piškoty. Na začátku roku zainvestovala, něco dostala od rodičů, k narozeninám nebo od babiček k Vánocům předem a měla výbavu na celý rok – když přestala růst a vyvíjet se, vydržely jí věci dodnes. Neplatila si vůbec žádné kostýmy, nemusela se nechat měřit a nečekala na moment, kdy švadlena přinese kostým speciálně pro každého. Základní umělecká škola kostýmy financovala kostýmy a nechala na každý rok ušít několik různých velikostí, ne pro jednotlivce, ale pro všechny.

*„Pokud bylo potřeba, třída si sama sehnala sponzory a nechala si ušít kostýmy na nějaké konkrétní představení. Takhle jsme to udělaly s kamarádkami, když jsme měly tančit Pas de Quater. Kostýmy na Labutí jezero byly v příšerném stavu a my chtěly vypadat krásně, když jsme vložily tolik dřiny a úsilí do tréninku. Měly jsme na vybranou – buď si vše financovat samy, nebo si najít sponzora. Tak jsme si našly sponzora a měly jsme nádherné nové taneční kostýmy pro nejlepší představení, které jsme mohly nacvičit!“*

Společnost Keto diet, zabývající se zdravou stravou, oslovila Elišku, aby tančila balet v jejich reklamě. Eliška pozvání přijala a tančila balet ve skladu, kde firma uchovává produkty.

Eliška se věnuje tréninkům volnočasově doma, od učitelky tance dostávala v době pandemie domácí úkoly. Musela se točit na video a vymýšlet taneční „osmičky“ nebo dostala přesně zadáno, jaké kroky má tančit. Eliška musela minulý rok v létě opustit Základní uměleckou školu, pod níž se baletu věnovala, jelikož byla příliš stará. Nyní Eliška tančí balet jen doma pro zábavu.



Navázaly jsme s Eliškou velice přátelský vztah – i nyní, když je po dokončení natáčení si píšeme nebo zavoláme.

### 3. Historické a kulturní souvislosti v tradičním baletu

Baletem člověk vyjadřuje své pocity, emoce, interpretuje děj příběhu beze slov pomocí ladných, synchronizovaných kroků a pohybů těla. V doprovodu hudby dokáže baletka říct divákovi, jak se má v dané chvíli cítit.

Naia Brayová-Moffatová v knize *Škola baletu* uvedla, že tradiční balet se řadí mezi nejnáročnější fyzickou aktivitu. Většina tanců je charakteristická různými prvky, mezi které se řadí synchronizace, soulad, smysl pro vnímání rytmu, disciplína, ladné kroky, flexibilita, a především hodiny tvrdé práce. Žádný tanec ovšem nevyžaduje tolik disciplinovanosti, jako právě balet (Brayová-Moffatová 2003: 39-42).

Dívky i chlapci, kteří začnou chodit na balet, začínají tančit nejdříve na piškotech a trvá dlouhé roky, než si vybudují dost pevné a silné kotníky na to, aby mohli přejít na špičky. Zpočátku se trénuje u tyče před zrcadlem, malé dívky i chlapci se musí naučit držet rovnováhu a správné držení těla. Důraz je kladen na flexibilitu těla, bez níž by nebylo možné provádět mnoho baletních kreací. Před každým tréninkem se procvičí hlavně prsty u nohou, kotníky, poté celé tělo.

„Balet je výraz pro scénické taneční představení doprovázené zpravidla hudbou, pro příslušnou sféru umělecké dramatické produkce, pro hudební kompozice sloužící baletní kreaci, dále i pro soubor zajišťující baletní představení a v souvislosti s tím i pro příslušné provozní prostředí (budova divadla baletu). Z hlediska tanečního umění se balet jeví jako druhově i žánrově specifická oblast, v rámci divadla či scénických umění vůbec vystupuje baletní produkce jako hudebně divadelní druh, který ve své automatizované podobě znamená svébytnou syntézu tance, pantomimy a hudby, avšak zároveň vytváří četné interakce s ostatní divadelně hudební tvorbou, jako jsou například muzikály, opery a operety“ (Macek 1997: 59 in Souchová 2015: 10).

Přední taneční slovenská pedagožka Helena Žitňanová uvedla v knize *Dějiny tance pro taneční obor základních a uměleckých škol*, že v období renesance se v Itálii konala řada slavností, která byla spojena s tancem, hudbou, zpěvem a poezií. Slovo balet pochází z italského slova „*ballato*“. Balet se překládá jako tančit. Kateřina Medicejská se díky

provdáním za francouzského vládce Jindřicha II. v 16. století zasloužila o průnik baletu do Francie. Za její vlády vzniklo první dvorní baletní vystoupení (Žitňanová 1992: 38-40). Choreograf a skladatel Belgioiso Baltazarini zrežiroval ve Francii baletní vystoupení *Balet de Comique de la Reine*, který je považován za zcela první vystoupení. Do tance a hudby se přidala poezie a malířství. Vznikly tak první kulisy k baletnímu vystoupení. Po tomto vystoupení vzniklo označení *ballet de cour* – dvorský balet (Brodská 2008: 11). To se právě zmíněným prvním vystoupením změnilo a balet byl brán jako vznešenější tanec. Ač si dnes mnoho lidí spojuje balet s idealizovaným obrazem ženského těla, hrají v něm velkou roli i muži. V Itálii a Francii byl balet pouze mužskou výsadou, jelikož žena byla považována za příliš slabou, než aby unesla váhu těžkých kostýmů a tančila u toho na botách s vysokými podpatky. Jak uvádí Martina Lustigová, šéfredaktorka Tanečního magazínu, tvůrci a účinkující využívají pestré a barevné kostýmy, bohaté rekvizity a další technické vymoženosti (osvětlení), aby upoutali diváka. Tanec si vydobyl dominantní postavení ve společnosti, protože kromě běžných tanečních kroků se do baletu přidaly skoky, gymnastické prvky apod. (Lustigová 2009). Francie se zasloužila o vznik baletu, jako samostatného specifického tance.

V 17. století Ludvík XIV. účinkoval v baletních vystoupeních, organizoval je a podporoval. V baletním vystoupení od Jeana Baptisty Lully ztvárnil slunce, proto mu byla dána přezdívka král Slunce (Žitňanová 1992: 45-47). Ludvík XIV., jež byl velmi náročný ve výběru tanečnicků do baletních představení, nechal založit Královskou akademii tance v Paříži. Amatéři dle jeho názoru nemohli vyhovět uměleckým požadavkům, které se stále stupňovaly. Královská akademie tance měla vychovávat profesionální tanečnice a umělce, jež budou vystupovat u dvora (Markovičová 1985: 30). Přední královský choreograf Pierre Beauchamp a skladatel Jean Baptiste Lully, kteří učili v Královské akademii tance, pečovali o čistotu baletních kroků, inovovali provedení tanečních kreací a vymysleli pět základních baletních pozic (Brodská 2008: 24).

Až dvacet let po vzniku francouzské taneční akademie, v roce 1681, si v baletu zatančila první žena (Lustigová 2009). Žena mohla tančit balet, jelikož kostýmy již nebyly dlouhé až na zem, ale pouze po kotníky a boty již nebyly na vysokém podpatku (Žitňanová 1992: 49).

Jak uvedla Brodská v knize *Vybrané kapitoly z dějin baletu*, do Ruska se balet dostal v 18. století za vlády Anny Ivanovny. Francouzští a italští umělci směli v Rusku vyučovat

tanečnický novým technikám, které měly předvést u dvora (Brodská 2008: 40). Žitňanová doplňuje, že centrem baletu byl zpočátku Petrohrad, kde byla založena Taneční škola. Jean Baptiste Landé otevřel třídu určenou pro nadané baletní tanečnický vystupovali u carského dvora. Od roku 1773 se balet vyučoval i v Moskvě, kde v roce 1806 vzniklo první Moskevské baletní učiliště (Žitňanová 1992: 54). Nejznámějším ruským skladatelem, který se zasloužil svými díly o vznik baletních představení byl Petr Iljič Čajkovskij. Díky jeho kompozicím byly uvedena představení jako Šípková Růženka, vánoční Louskáček nebo nejznámější balet Labutí jezero.

Své místo si balet získal i ve Spojených státech amerických. „20. století s sebou přineslo úsilí o reformy baletu ve dvou odlišných směrech. Jeden proud reformem se snažil vytvořit zcela nový samostatný styl moderního tance, zatímco zastánci klasického baletu druhého směru chtěli reformovat v té době již přežitou podobu baletních představení“ (Lustigová 2009). Z vlastní zkušenosti mohu potvrdit, že je velký rozdíl mezi tradičním a moderním baletem. Když jsem byla menší, tančila jsem balet moderní, v této práci jsem reflektovala balet tradiční. Rozdílů je mnoho-tradiční balet vyžaduje špičky, názvosloví, má přísně ustálená pravidla. Zatímco moderní balet užívá k tanci pouze piškoty nebo se může tančit zcela naboso, kostýmy i pohyby jsou daleko volnější, neuvžívá se francouzská názvosloví.

## 4. Reprezentace těla v tradičním baletu

Americká antropoložka Adrienne Lois Kaeppler se v článku *Dance Ethnology and the Anthropology of Dance* se pokouší definovat tanec z antropologického hlediska. Tanec je, podle ní, kulturní forma, jež je výsledkem kreativního využívání lidských těl v prostoru a čase. Tanec je založen na základním „neviditelném“<sup>1</sup> procesu, který na vytváří na jedné straně systém a produkt a na straně druhé sociálně-politický kontext. Tyto systémy jsou sociálně a kulturně podmíněné, vytvořené, sdílené a akceptované konkrétní sociální skupinou (Kaeppler 2000: 117).

Brenda Farnell britsko-americká antropoložka v článku *Moving Bodies, Acting Selve* pojednává o dlouhodobém přehlížení těla a tělesna v etnografii. Lidé si podle ní osvojují celou řadu různých praktik na základě věku, etnicity, genderu atd. Tyhle aktivity jsou do značné míry vtěleny do jejich každodenního chování. Tato zkušenost potvrzuje důležitost zaměřit se na dynamické projevy těla a kultury, které jsou ovlivňovány a proměňovány nejen v sociokulturním prostředí, ale rovněž podmiňovány historickým vývojem (Farnell 1999: 343).

Kostým je výrazový prostředek v tanci, který doplňuje rovinu těla. Kostýmy i fyzický ideál baletky se měnily po celá staletí. Balet byl zpočátku v Itálii i Francii výsadou mužů, jelikož kostým byl dlouhý, těžký, bohatě zdobený (obsahoval hodně výšivek a kamínků) a byl vyráběn ze drahých materiálů. Nehledě na pohlaví, nosili muži sukně. Netančilo se na špičkách, nýbrž na botách s vysokými podpatky. Žena byla považována za příliš slabou, než aby se vypořádala s těmito obtížemi. Tradiční balet, jak ho známe dnes, by se dal jen těžko přirovnat k tomu, který se vyvíjel v Itálii a Francii. Vzhledem k tomu, že byly kostýmy těžké a podpatky vysoké, nebylo dost dobře možné pohybovat se ladně. Od 17. století mohly balet provádět i ženy. Šaty byly sice stále dlouhé po kotníky a bohatě zdobené, vyráběly se ovšem z lehčích, vzdušnějších látek, které dávaly vyniknout ženské postavě. Boty již nebyly na klínku či podpatku, tančilo se v botách, které by se daly přirovnat k předchůdcům špiček-byly z jemných materiálů, neumožňovaly však baletce stát zcela na špičce. V Rusku nebyli taneční

---

<sup>1</sup> Původní uvozovky

mistři spokojeni s kostýmy, které byly sice velkolepé, ovšem dlouhé a těžké. Nevynikal tak půvab a ladnost tanečnicků. Kolem roku 1720 se u kostýmů začala používat obruč a spodnička, zvedající sukni nad zem. Šaty byly zdobeny květinami, ozdobami, stužkami a krajkami. Ženy zaujímaly místo mužů a tančily jejich role (Žitňanová 1992: 46-57).

Tento moment byl revoluční v baletním odívání. Ženské tělo už nebylo celé zakryté, naopak mohlo se pohybovat volněji, bylo snazší provádět těžší baletní prvky. Od období romantismu do rokoka byl jednoznačný ideál ženské krásy: postava byla zaoblená, s plnými tvary, vůbec nevadilo, že měla žena větší množství podkožního tuku, naopak. Žena byla pro muže symbolem plodnosti-čím plnější tvary, tím lepší (Bok 1974: 79-91 in Marciszová 2006: 33-34). Umberto Eco ve své knize *Dějiny krásy popisuje* ženské tělo jako svatyni, která dává náměty pro umělecká díla. Tělo musí být plnoštíhlé, aby neztratilo na smyslnosti (Eco 2005: 153). Všechny obrázky soch, obrazů a ilustrací žen z období 17. století jsou kyprých tvarů. V období romantismu byla móda sice uvolněnější, sukně již nebyly tak dlouhé, nosily se ovšem živůtky<sup>2</sup>. Živůtky, korzety a přiléhavé oděvy zdůrazňovaly ženské křivky. Jak uvádí Olga Markovičová v díle *Dějiny tance a baletu*, romantické myšlení se v baletu projevuje především zájmem o nadpřirozené bytosti a mýtickou tematiku. Na jevištích se objevují víly a další nadpřirozené bytosti. Na scéně se objevil mušelínový oděv, jež byl pro baletku typický. Uctívání ženských baletních hvězd vedlo k tomu, že mužské role přebíraly ženy (Markovičová 1984:40-44). Romantické pojetí baletu potvrzuje i dramaturg Jaroslav Someš v publikaci *Giselle*. Motivem byla také nešťastná láska, tragický konec ženské hrdinky, balet se odehrával v prostředí venkova (Someš 2012: 6).

Odlehčený oděv byl pro tanečnice opět inovativní. Baletky měly více odhalené nohy (délka sukně či šatů byla pod kolena), díky čemuž vynikla více ladnost pohybů. Bylo obtížné tančit v korzetu či živůtku, tak to ovšem vyžadovala aktuální situace-žena, ať už byla nebo nebyla baletkou, musela reflektovat správný ideál krásy (Markovičová 1985: 41-44).

V 18. století se v Paříži jako průkopnice tance na špičkách zapsala do historie představitelka Sylfidy v baletu *La Sylphide*, Marie Taglioni. Ta, nejenže udala směr v tanci na špičkách, také stanovila trend krátkých sukní a šatů v tanci. Délka spodniček, sukní a šatů

---

<sup>2</sup> „Korzetové živůtky mají jiný střih než korzety a nemají žádné kostice nebo jsou vyztužené jen tenčími kosticemi jako prádlové korzety“ (Klingel 2020).

byla do poloviny stehem, někdy ani to ne. Vyšší společnost tuto změnu považovala za nevkusnou (Brodská 2008:5-10 in Stibor 2019). Marie Taglioni ovšem nepřestala tančit a získávala si své přívržence, nakonec byl nový baletní kostým zcela přirozený. Tento druh kostýmu je běžný pro dnešní tanečnice i diváky. Díky téměř průhledné sukni má divák možnost vidět každý baletčin pohyb nohou, může pozorovat precizní práci špiček. Lehká sukně a jednoduchý korzet dávají baletce jemné a křehké vzezření. Od té doby baletka nosila upnutý vršek, často s úzkými ramínky nebo kratším rukávem, opět z důvodu, aby si divák mohl lépe užít pohled na baletčiny ladné paže. Tanec se stal pro baletku daleko snazší, nemusela provádět obtížné kroky s dlouhým a těžkým kostýmem (Brodská 2008: 60).

Lidé byli v 19. století fascinováni orientem. Lákala je exotická místa, teplo, moře, jídlo i móda, pořádali se zájezdy do koloniálních zemí. Z tohoto důvodu se orientální móda začala nosit i na divadelních prknech. Tanečníci nosili turbany, čelenky, peří na hlavách, oblíbené byly volné tuniky a harémové kalhoty. Kostýmy nebyly šity z látek pastelových a jemných barev, ale naopak z pestrých. V kurzu byla žlutá, oranžová, červená. Kostýmy byly zdobeny divokými, exotickými vzory, které divákovi dávaly pocit, že se ocitl v orientální zemi (Tutu Étoile 2018). Stalo se tak poprvé v historii baletu, aby žena na představení oblékla kalhoty. Ač Marie Taglioni udala návrh pro první špičky, byla to právě Anna Pavlova, která přinesla baletnímu světu tuto obuv. Jak se píše v článku *Přehled baletních bot* na webových stránkách Beyond the barre, jedna z nejslavnějších baletek Anna Pavlova, pocházející z Ruska, měla potíže s tancem, jelikož si poranila nohu. Z toho důvodu si do bot nasadila tvrzené kožené podrážky, s nimiž se plocha špičky ještě více zploštila. Díky tomuto vynálezu se z tance stal, téměř, bezbolestný úkol (Beyond the barre 2020). Anna Pavlova byla hubená, pohybovala se velmi ladně, udávala trendy. Od té doby utkvěla v myslí lidí ideální baletka. Většina lidí považuje baletky za hubené, křehké stvoření, jež nemohou mít kila navíc. Musí být hubené, aby vypadaly podle ideálu krásy (Brodská 2008: 56-57).

Na základě návštěvy baletních představení vím, že dnešní baletní kostýmy jsou velice různorodé. Nejčastěji se nosí lehké topy, které dávají vyniknout ladnosti rukou a zvýrazňují hubenou postavu baletky, sukně jsou krátké, vztyčené, nohy zahalují silonové kalhoty a nutností jsou špičky. Pokud se jedná o tématické baletní představení, kostýmy se šijí podle toho. Například Labutí jezero – hlavní představitelka hrající dvě labutě má jak bílé, tak černé šaty. Představitelka Giselle nosí lehčí, rozevláté šaty, v případě vesnické části tance mají všichni stejnokroje. Tanečníci vánočního Louskáčka nosí výraznější, často červené, třpytivé

kostýmy, které dají vyniknout krásné vánoční atmosféře. O návrhy kostýmů v Národním divadle se stará Roman Šulc, jenž profesionálně tančil balet. „Jeho kostýmy jsou nápadité, do každého detailu provedené, s citem pro potřeby tanečního umění, znalostí titulu, doby, prostředí, atmosféry“ (Národní divadlo 2021).

V současnosti se pohled na tělo v oblasti baletu mírně změnil. Baletkami jsou i ženy různé barvy pleti. Speciálně se tedy vyrábí špičky různých barev, aby nejlépe seděly k tónu kůže. Eliška ve své biografii uvedla, že její kamarádka je otylejší, přesto mohla chodit do ZUŠ a byla obsazovaná do vystoupení.



#### 4.1. Genderová perspektiva v tanci

V životě ženy přichází několik zásadních momentů, jež výrazně ovlivňují život po fyzické i psychické stránce. Ač by baletka ráda rozvíjela svůj fyzický kapitál, jsou chvíle, kdy se zdá, že veškerá snaha přichází vniveč. „Vztah genderových identit a lidského těla je klíčovou relací, která vymezuje schopnost jedinců vztahovat se vůči vnějšímu světu, zakotvit v jeho hodnotovém a normativním systému, socializovat se a nalézat vlastní místo ve společnosti [...] tělo jako flexibilní objekt sociální reality se proměňuje a vyvíjí v souvislosti se vztahem jedince a společnosti“ (Soukup, Balcerová 2011: 34).

Pro ženu je zásadní především období adolescence, kdy tělo prochází změnami, jež nejsou ovlivnitelné a zásadní. Právě v tomto období končí mnoho dívek s baletem vzhledem k tomu, že změny jejich těla jim neumožňují pokračovat. Jak v mém případě, tak i u respondentky Kristýny došlo v dospívání k většímu zvětšení v oblasti hrudníku. Kristýna uvedla, že „[...] problém nastal, když začalo růst poprsí. Musela jsem použít obinadlo, abych upevnila prsa k tělu. Tréninky byly bolestivější především v době, kdy byla má hrud' v rozpuku“. V období adolescence dochází u dívek k většímu ukládání tuku. Stejný problém měla i Kristýna, té se ukládal tuk především do oblasti břicha, boků a stehen. V době, kdy Kristýna chodila na balet, nebyla ještě taková tolerance k otylejším dívkám, o které mi vyprávěla respondentka Eliška, kdy s ní do ZUŠ chodila otylejší kamarádka. Jak píše Judith Butler ve své eseji *Performatives Acts and Gender Constitution: An Essay in Phenomenology and Feminist Theory*, tělo je vyjádřením kultury a historie. Být ženou znamená přizpůsobit tělo historické představě a přimět tělo, aby neslo určitá kulturní znamení. To, co bylo považováno za tabu se stává součástí našich životů (Butler 1988: 521-524). Například se v dnešní době více mluví o dámských problémech, začínají se ukazovat i nedokonalosti těla na sociálních sítích, balet mohou tančit i silnější dívky. Představa o těle baletky byla ještě před několika lety jednoznačná-hubené tělo, jež ladně tančí pomocí špiček. Dnes se balet stává dostupnější pro všechny. Rozličný problém proti Kristýně měla Adéla, kterou matka od malička nutila jíst velmi střídavě a, dle jejího pohledu, zdravě. Matka Adély měla utkvělou představu o ideálu baletky a nutila svou dceru tak vypadat. Strava výrazně ovlivňuje fungování lidského těla.

S nástupem puberty je zásadním fyzickým i psychologickým milníkem v životě ženy menstruační cyklus, který je spojen s řadou dalších důležitých okamžiků, které v mnoha kulturách a společnostech mají rituální povahu. Proměňující se ženské tělo získává atributy plodnosti. Jak potvrzují autoři Ňadřová, Simořková a Javorka v knize *Metody sledovania plodnosti: Prirodzená cesta k potomstvu*, během menstruačního cyklu přichází mnoho psychických, fyziologických i morfologických změn – žena je citlivější, kolísá bazální teplota, přichází křeče v oblasti podbřišku, zduřují se Ňadra, objevuje se více nedokonalostí na pleti (Ňadřová, Simořková, Javorka 2021: 25-28). O první menstruaci se zmiňuje i Bronislaw Malinowski v knize *Sex a represe v divořské společnosti*, když prováděl výzkum na Trobriandských ostrovech: „*Dívka ze vzdělaných tříd prochází krizí v době své první menstruace, která sice zasahuje do její osobní svobody a komplikuje jí život, ale zároveň ji tajemně přitahuje a je toužebně očekávána*“ (Malinowski 2007: 21). Dospívání u žen se věnovala i Marjorie Shostaková v knize *Nisa, dcera Kungů*, jež v knize nahlížela na ženskou perspektivu. V životě ženy bylo mnoho důležitých okamžiků, všechny souvisely s menstruací. Když dívka dostala první menstruaci konal se obřad. Dívka byla uzavřena do chatrče, kde o ni bylo pečováno. Poté se dívka, díky menstruaci, mohla vdát, porodit muži děti (Shostak 1993: 127-131).

Menstruační cyklus je rozdělen do čtyř částí. Každá část cyklu je pro ženu zásadní a ovlivňuje ji především po stránce psychické. Dnes se více zdůrazňuje vliv i na jiné osobnosti stránky ženy, které mnoho oblastí dříve nereflektovalo. Miranda Gray, spisovatelka a lektorka, která na svých workshopech zdůrazňuje zkoumání menstruačního cyklu, v knížce *Cyklická žena* píše, že každé období v ženském cyklu zesiluje emoční a duševní schopnosti. První je *dynamická* fáze-přichází po ukončení menstruace, je optimální pro soustředění, učení, fyzickou vytrvalost. Druhá fáze je *expresivní*-žena je empatická, komunikativní, ráda pracuje v týmu, je společenská. Třetí fázi nazývá Gray *kreativní*-je vhodné tvořit, žena má originální myšlení, řeší problémy, komunikuje asertivně. Poslední čtvrtou fázi je *reflektivní*-nazývá tak období menses. V toto období je nejlepší odpočívat, plánovat věci nebo řešit staré záležitosti (Gray 2013: 19,20). Zapisovala jsme si průběžné fyzické i psychické změny do osobního deníku a ještě předtím, než jsem přečetla knížku od Grayové jsem si sama na sobě všimla jistých týdenních rozličností. V období menses jsem byla unavená, pomalá, cvičila jsem hodně pilates, chtěla jsem mít čas jen sama pro sebe, nerada jsem se vyskytovala ve

větším počtu lidí. Ve druhé fázi jsem byla energičtější, cítila jsem se lépe, začala jsem cvičit kardio, třetí fáze mě vždy motivovala, jelikož jsem cítila velkou spoustu pozitivní energie, posilovala jsem hodně s přidanými váhami. V poslední fázi jsem cítila únavu, tělo se začalo připravovat na příchod menses. Pokud ženské tělo nepřijímá dostatek živin a prochází psychicky náročnějším obdobím, může dojít k vynechání nebo dočasné ztrátě menstruačního cyklu jako tomu bylo u respondentky Adély. I když baletka prochází menstruačním cyklem, musí stále trénovat nebo, v případě profesionální baletky, vystupovat. Tanečnice na sobě nesmí nechat znát jakýkoliv fyzický či psychický problém, který ji souží. Musí stále vypadat krásně a provést profesionální výkon.

Soukup a Balcerová v eseji *Antropologie těla* potvrzují výrok Mirandy Gray a to, že ženské tělo bylo odjakživa považováno za nedokonalé, vzhledem k fyzickým změnám, které s sebou přináší menstruace. Žena je biologickým vězněm svého těla (Soukup, Balcerová 2011: 35-38). Stejný názor měla i antropoložka Sherry Beth Ortnerová, jež ve své knize *Konstrukce genderu: Politika a erotika kultury* poukazuje na fakt, že žena je v kulturách univerzálně považována za méněcennou pro svůj měnící se fyzický vzhled (Ortner 1996: 171). Byly dny, kdy jsem se ve svém těle cítila velice dobře, výjimečně, naopak v jiné dny jsem se cítila špatně po psychické stránce pro svůj fyzický vzhled.

Pokud se baletka rozhodne věnovat se profesionálnímu baletu, musí se potýkat s faktem, že se od ženy očekává splnění mateřských povinností. Těhotenství ženské tělo zcela změní (zvýšení tělesné hmotnosti, vypadávání vlasů, svaly ani orgány nejsou během těhotenství a nějaký čas po porodu na svém místě), o to těžší je návrat k profesionálnímu baletu. Sherry Ortner v eseji *Má se žena k muži jako příroda ke kultuře?* uvádí, že ženské tělo je odsouzeno k reprodukci života. Tato domněnka ústí z fyziologických rozdílů mezi muži a ženami. Jedná se o mylnou kulturní univerzálii, se kterou se musí ženy vypořádat (Ortner 1974: 96). Baletka tak musí po porodu své tělo ještě více disciplinovat, aby se mohla vrátit na divadelní jeviště. S mateřstvím je spojen problém, kdy baletky odchází do důchodu ve velice brzkém věku-tanečnice si musí vybrat, zda chce nějaký čas zůstat doma a připravit se tak o možnost tančit.

## 5. Tělo jako kapitál

Pro pochopení vnímání těla v baletu je nezbytné nahlížet na samotné aktérky jako na komplexní systém vlastností a atributů, které jim umožňují stát se baletkou. V případě jejich absence nebo nedostatečné kapacity nedochází k naplnění jejich cíle a snu. Není to jen míra talentu a dostatečná motivace, které ovlivňují jejich cestu k získání prestižního statusu tanečnice baletu, ale především jejich sociální prostor, jež má zásadní vliv na rozvoj fyzického potenciálu těla.

Pierre Bourdieu stanovil kulturní, ekonomický a sociální kapitál. Kulturním kapitálem se rozumí jedincovo vzdělání, zájmy, které ovlivňuje kapitál sociální, do nějž se zahrnují kontakty a známosti. Kulturní a sociální kapitály jsou důležité pro kapitál ekonomický, kterým se rozumí materiální zajištění. Jejich vzájemný poměr se odráží v systému sociálních a kulturních preferencí (Bourdieu 1998: 27-33). Vzhledem k otázkám, jež byly respondentkám položeny, jsem považovala za nezbytné kapitály uvést. Kapitál je pro baletky velice důležitý určuje jejich status ve společnosti baletu. Loic Wacquant, žák Bourdieuho, v díle *Body and Soul* z roku 2004 uvedl kapitál tělesný neboli fyzický. Fyzický, někdy označovaný jako tělesný kapitál, je klíčový pro pochopení kultury těla nejen v baletu. Wacquant popisuje tělesný kapitál jako dispozice, jež jsou oceňované v sociálním poli. Získat a zlepšovat tělesný kapitál lze za pomoci fyzické aktivity, kvalitního spánku, dodržování zdravého životního stylu, případně doplňků stravy (Wacquant 2004: 65-68). Chce-li být baletka opravdu dobrá, musí disponovat všemi druhy kapitálu. Při ztrátě jednoho z nich se její prestiž snižuje. V baletu je sociální status a prestiž velice propojená. Vytváří sociální prostor, který se podle Bourdieuho objektivně zakládá na struktuře diferencí. Jedná se o princip odrážející rozdělení „[...] forem moci a druhů kapitálu pro dotyčný sociální svět rozhodujících-podle místa a doby proměnlivých. Tato struktura není nehybná a na topologickém popisu stavu sociálních pozic je možné založit analýzu pohybu, jímž se struktura rozdělení rozhodujících vlastněných kapitálů, a tím i sociální prostor, uchovává a mění“ (Bourdieu 1998: 38).

Baletka by měla disponovat všemi druhy kapitálu, aby si získala a udržela sociální status. Respondentka Adéla vyrostla v rodině, která disponuje ekonomickým, kulturním i sociálním kapitálem, Adéla sama disponuje fyzickým vzhledem. Chodí s rodiči pravidelně do divadla, na výstavy, její matka nechtěla, aby se zabývala „druhořadým kroužkem“, ale tančila

balet, jelikož je v rodině považován za vyšší druh tance. Pro Adélu nebyl problém, aby si vybrala drahé špičky nebo tréninkové můry, naopak, její matka na tom trvala. Jelikož mají Aděliny rodiče vyšší status, vykazují tudíž vyšší sociální kapitál. Adélina baletní učitelka je velmi dobrá přítelkyně jejich rodičů, byla dost obsazovaná do sóla, tančila v prvních řadách. Matka Adély se od jejího dětství snažila o budování fyzického kapitálu. Adéla měla mnoho fyzicky náročných kroužků, směla jíst jen určitá jídla v danou dobu. Trénovala několikrát týdně, aby dosáhla nejlepších výsledků. Podobným příkladem je respondentka Lilian, která se věnuje baletu profesionálně. Lilian má velice dobrý fyzický kapitál, jak uvedla, nedělalo jí problém trénovat tvrdě, aby vynikla mezi dívkami ve skupině. Lilian ovšem neměla tak vysoký sociální kapitál, jelikož se musela dostat mezi nejlepší pilným trénováním. Kulturní kapitál Lilian je ovšem vyšší-ráda poslouchá vážnou hudbu, do baletu ji nikdo nenutil, na rozdíl od Adély, kterou k tanci nutila matka. Aby si Lilian mohla dovolit baletní vybavení, musí chodit na brigádu a přispívat si: „*Nechci, aby mi baletní nezbytnosti kupovali jen rodiče. Snažím se šetřit nebo o prázdninách chodím na brigády a vydělávám na špičky*“. Pro Kristýniny rodiče byl balet finančně náročný-neměli dostatek ekonomického kapitálu k pořízení piškotů, kostýmů, špiček a lekcí. Kristýna měla velký vzor ve své tetě, která byla baletka předávala své neteři kulturní kapitál. S příchodem adolescence Kristýně začal ubývat fyzický kapitál s příchodem adolescence, jak informantka uvedla, začalo jí růst poprsí, musela používat obinadlo, aby tréninky nebyly bolestivé. Navíc k tomu se Kristýně začalo usazovat více tuku na některých partiích, byla odhodlaná se se změnami vypořádat, měla ale nehodu, po které musela prodělat operaci-tím svůj fyzický kapitál ještě více snížila. Nebylo možné pokračovat v baletu. Na základě vlastních zkušeností mohu potvrdit, že jsem také ztratila v období adolescence fyzický kapitál. Upnuté a odhalující kostýmy nevypadaly na mém těle dobře. Z náročných tréninků jsem přišla o kost v kolenu, proto jsem musela zcela přestat tančit. S ostatními druhy kapitálu jsem neměla tak velký problém. Pro rodiče bylo mnohdy neskutčné platit za speciální boty, bez nichž bych nemohla provádět tanec, hrozily mi by větší zdravotní problémy, tréninky navíc, kostýmy apod. Naše taneční skupina byla sociálně rozdělená na menší skupinky, jež se třídily podle výše kapitálů. Nedostatek kapitálů vytvářel nerovnosti. Skupina dívek s nejvyšším sociálním statusem opovrhovala ostatními skupinami. Děvčata byla obsazovaná do prvních řad, na rozdíl od kategorie dívek, jež byla děvčaty i učitelkou tance klasifikovaná jako nejhorší. Učitelka tance vyvíjela na dívky z nejhorší

skupinky velký psychický nátlak. Každý rok přišla švadlena, která brala míry na kostýmy, zesměšňován byl fyzický kapitál tanečnic. Pokud byly dívky silné, učitelka tance rozhodla o tom, zda budou nadále součástí sociální skupiny či nikoliv. Je tedy nezbytné disponovat všemi uvedenými kapitály, aby mohla být dívka dobrou baletkou.

## 5.1. Habitus

Habitus vypovídá o životním stylu jedince. Habitus každého z nás se liší podle toho, s jakým typem lidí se stýkáme, jaké máme vzdělání, jaké máme záliby a zájmy. Podle Bourdieuho je habitus: „*soubor trvalých, přenosných dispozic, strukturovaných struktur, majících sklon fungovat jako strukturující struktury*“ (Bourdieu 1980: 53).

Podle Michala Růžičky a Petra Vašáta, kteří analyzovali základní koncepty Pieraa Bourdieuho, je habitus důležité vnímat jako soubor individuálních a individualizovaných dispozic, nikoliv kolektivních, které ovlivňují a konkretizují určitý způsob, vnímání, myšlení a jednání aktéra. Podle autorů jsou dispozice výsledkem působení objektivních struktur, pod vlivem, kterých existují (Vašát, Růžička 2011: 131).

Habitus baletu modifikuje jednání baletky a pomáhá k formování těla. Baletka může mít mnoho společného s tanečnicí odlišného druhu tance, příkladem jsem tomu já, když jsem ještě tančila moderní balet a moderndance, v porovnání s baletkou Eliškou starší. Jak já, tak Eliška jsme chodily několikrát týdně na tréninky, naše stravování bylo vcelku podobné, pokud byla potřeba, trénovaly jsme doma a zlepšovaly naše schopnosti. Měly jsme kostýmy na vystoupení, objížděly jsme Českou republiku, vyhrávaly jsme na soutěžích, vystupovaly jsme ve Východočeském divadle. Na rozdíl od Elišky jsem si nemusela opracovávat špičky, učit se baletní názvosloví. Eliška na rozdíl ode mě tančila jen tradiční balet, nic rychlého a moderního, proto nemusela trénovat například dynamické pohyby.

Přes dílčí rozdíly v systémech jednání tanečnic baletu je zde patrné, jak zásadní roli hraje habitualizace tance v jejich osobním životě. Ovlivňuje, podmiňuje a rozvíjí symbolický potenciál kapitálů včetně tělesného kapitálu.

## 6. Tělesnost v antropologii

Antropologové se věnují zkoumání lidského těla v sociální, kulturní a historické perspektivě. Jak potvrzují Soukup a Balcerová v *Antropologii těla*, lidské tělo je nejbližší a nejzákladnější jednotka, jež provází člověka při veškerých aktivitách. Antropologové musí zkoumat lidské tělo v čase a prostoru s ohledem na sociální a kulturní vlivy. Antropologie těla zkoumá, jak kultura s tělem zachází, jaké mu dává symboly a hodnoty, jelikož každá kultura univerzální lidské tělo přetváří do své podoby (Soukup, Balcerová 2011: 31). Ač bylo tělesno v kulturní a sociální antropologii opomíjeno, dostává se mu v poslední době více pozornosti. Petra Šanderová, jež je autorkou knihy *Tělesnost jako významný faktor procesu adopce: kulturně antropologický problém* uvádí, že dochází k poznání, kdy tělesnost a tělo nestojí mimo kulturu, ale nese značnou část významů a plní různé sociální funkce. Skrze lidské tělo vnímáme, poznáváme a jednáme ve světě (Šanderová 2011: 16-18).

Lidskému tělu se věnoval například Bronislaw Malinowski v díle *Sex a represe v divošské společnosti*. Autor zde zdůrazňuje sexualitu těla a jeho sociokulturní význam v odlišných příbuzenských a společenských systémech. Malinowski zdůrazňuje zásadní psychosociální změny především u chlapců v období puberty, přičemž dívčí perspektiva zůstává do značené míry opomíjena (srov. Malinowski [1927] 2007).

Na vývoj a zkoumání ženského těla se zaměřila v tomto období především Margaret Meadová v díle *Dospívání dívek na Samoi*, která zaznamenala hlavně ženskou perspektivu. Navázala přátelský vztah s dívkami a reflektovala jejich každodennost, postavení ve společnosti, sexuální život, porod nebo pohled na znásilnění.

O složitosti ženského bytí z pohledu fyzického vzhledu se zabýval Pierre Bourdieu v knize *Nadvláda mužů*. Bourdieu říká, že ženské tělo je, na rozdíl od těla mužského, neustále vystaveno objektivní kritice skrze pohledy ostatních lidí. Každý člověk má svůj vlastní pohled na lidské tělo a dle toho soudí ostatní – co znamená, že je někdo malý, velký, štíhlý nebo obézní. Ženy tak mohou mít, kvůli, hodnocení jejich těla od maskulinního pohlaví, předpojatý vztah nejen k mužům, ale také k ženám. Člověk sám na sebe začne pohlížet podle toho, jaká objektivní hodnocení slýchá od ostatních. Prostřednictvím hodnocení a vnímání těl se člověk

zapojuje do sociálních struktur (Bourdieu 2000: 11-63). Claude Lévi Strauss zkoumal lidské tělo z hlediska rasy, rasismu, rozmanitosti kultur a etnocentrismu v díle *Rasa a dějiny* z roku 1999. Claude Lévi Strauss se zabýval poměrem rozmanitosti a nerovnosti u ras, které souvisí s vnímáním těla (Lévi Strauss 1999: 9).

V českém vědeckém kontextu je celá řada autorů, kteří se tělesnosti věnují z různých sociálně-kulturních perspektiv.

Český etnolog Martin Rychlík, který zkoumá kulturní a symbolické rozmanitosti těla, napsal například knihu *Tetování, skarifikace a jiné zdobení těla* (2005), ve které se věnuje zkrášlování lidského těla v různých dobách a kulturách. Tetování je velice oblíbená možnost zdobení, jež se v některých kulturách považuje za módní doplněk, v dalších kulturách se jedná o naprosté tabu. Tetování považuje mnoho lidí, za symbolický projev násilnictví a vězeňství. Tímto tématem se zabývá etnoložka Alena Lochmannová, jež je autorkou knihy *Tělo za katrem* (2020). Lochmannová popisuje náměty a symboliku tetování nebo jejich provedení ve vězeňském prostředí. Další publikací Od Martina Rychlíka je kniha *Dějiny vlasů: účesy, vousy, chlupy a péče o ně* (2018), jež poukazuje na úpravu vzhledem k sociálnímu statusu, věku nebo pohlaví. Martin Soukup a Michaela Balcerová (2011) se v článku *Antropologie těla* rovněž věnují vnímání, disciplinaci, sémiotizaci a zkrášlování lidského těla v různých kulturách.

Antropolog Václav Soukup v článku *Mužství a ženství v perspektivě feministické antropologie* (2012) se zaměřuje na vývoj a komparaci feministické perspektivy a poukazuje na znevýhodnění ženy z ekonomického hlediska. Pojednává o problému, kdy se žena po porodu stává automaticky druhořadým pohlavím a v patriarchální společnosti, které dominují muži.

Žena je pouze nástrojem k plnění svých ženských povinností, jež jsou od ní očekávány.

## 6.1. Tělesnost v baletu

Baletky si, ve většině případů, hlídají stravu, volný čas tráví na tréninkách, musí si umět upravit špičky, jejich příprava nekončí ani když jsou doma. Jak mi řekla baletka Eliška, pokud



měla před sebou nějaké důležité vystoupení, tančila sólo nebo v době karantény musela posílat domácí úkoly, trénovala i sama doma. Ze své zkušenosti mohu říct, že když jsem chtěla být obsazena do vystoupení, musela jsem se sama doma naučit přemet pozadu. Pamatuji si, jak jsem si dala na zem polštář a cvičila jsem tak dlouho, dokud jsem ze stoje neudělala most. Několikrát jsem spadla na hlavu, přilehla jsem si ruku nebo měla modřiny po celém těle. Touha po obsazení byla silnější, a nakonec jsem udělala svůj první přemet. Velmi důležité je využití volného času u baletek – jak mi řekla respondentka Eliška, baletky podepisují při studiu na konzervatoři či účinkování v divadle prohlášení, že se vzdávají rizikových volnočasových aktivit. Pokud dívka chce být baletkou, musí dodržovat pravidla a disciplinovat se. Na základě toho, že Michele Foucault zkoumal trest a disciplínu těla v knize *Dohlížet a trestat (2000)*, lze říct, že život tanečnice je podobný jako život vojáka. Foucault popisuje vojáka jako neforemný stroj, jež se musí seřadit. Výcvik vojáka učí správnému držení těla se vztyčenou hlavou, rovnými zády, zataženým břichem. Jejich paže, lýtka musí být vypracována, paže se drží těsně u těla, oči netěkají všude kolem, jsou upřeny do jednoho bodu (Foucault 2000:197-202). Baletka se musí naučit ovládat své tělo, dovést ho k dokonalosti, s čímž jí pomáhá učitelka tance. Jak vypověděla moje informantka Nicol, učitelka tance byla velice přísná, všechny dívky musely odpovídat určitým standardům. Moje první učitelka tance v oddílu *Hvězd* dávala mně a ostatním děvčatům samolepky do notýsku, aby nás motivovala k lepším výkonům-k větší disciplinovanosti. Naproti tomu lektorka, již jsem měla v závodním oddílu nás disciplinovala křikem a neustálými tréninky. Naše supina se rozdělila podle toho, jak bylo které děvče disciplinováno. Dle Foucaulta míra disciplíny rozděluje jednotlivce v prostoru (Foucault 2000: 207). Když jsem se vrátila k tanci věděla jsem, že musím znovu disciplinovat své tělo i mysl, abych mohla podávat určité výkony. Zpočátku jsem byla rozmrzelá, když jsem pozorovala nežádoucí fyzické změny, které negativně působily na mou psychiku. Jak jsem uvedla, když jsem se ráno v období menses probudila a viděla jsem své nafouklé břicho, celulitidu na nohách, měla jsem pocit, že je snažení zbytečné. Své tělo jsem považovala za nepřítele a měla jsem mylné úvahy o tom, že když ho budu trestat, naučí se mě poslouchat. Protože dle Foucaulta je poslušné tělo takové, které může být využito, podřízeno, transformováno a tím měněno (Foucault 2000: 201).

Trenérka, která měla velkou autoritu, disciplinovala naše těla například tím, že klečela na dívkách, aby dosáhly nejlepších výsledků. Pamatuji si, ten pocit bolesti, který jsem zažívala

kdykoliv jsem cítila tlak jejich kolenou na svých zádech. K lepšímu výsledku mě motivovala výhružkami, že se nedostanu na závody, jestliže nezlepším svou flexibilitu.

Fyzické změny, s nimiž žena se žena neumí vypořádat, nebo je v daném okamžiku ovlivnit, ji mohou narušovat psychickou stránku. Tělo baletky, či ženy obecně, nepracuje tak, jak je od něj očekáváno. Jako v případě Kristýny a mě, když jsme vstoupily do období adolescence. Začala se nám měnit hrud', tím pádem jsme nevypadaly tak, jak by se očekávalo. Sociální skupina nás neuznávala tak, jako předtím, bylo na nás nahlíženo jinak. Kromě toho, že jsme ztratily část fyzického kapitálu, který byl potřebný k tanci, jsme ztratili i kus sebe sama. Nemohly jsme pokračovat v tanci, jež byl do té doby naším životem. Podobný případ popsal sebereflexí Robert F. Murphy v knize *Umlčené tělo*. Murphymu byl diagnostikován nádor v oblasti páteře a přišel o schopnost chodit., Cítil se duševně neúplný, jelikož na něj okolí začalo nahlížet jako na člověka s handicapem. „Ztratil jsem mnohem víc než schopnost plně ovládat nohy. Přišel jsem také o část svého já. Nešlo jen o to, že se ke mně lidé chovali jinak [...] hlavně jsem se jinak cítil ve vztahu k sobě samému“ (Murphy 2001: 75).

Začínající baletky musí trénovat několik let na baletních piškotech, které nedeformují nohu. Kvůli fyzicky namáhavým tréninkům se kotníky tanečnice musí zpevnit natolik, aby časem unesly celou váhu těla. Baletka ovládne po několika letech tvrdého tréninku své tělo a může stopnout na špičky. Jedná se o rituál, který dělá z tanečnice opravdovou baletku. Špičkami dochází k naplnění potenciálu a budují se jednotlivé kapitály. Jak uvedla baletka Eliška, trénovala opravdu hodně a dlouho, aby se jí splnil sen a mohla tančit na špičkách. Jen málo děvčat dosáhne takového úspěchu, aby smělo přejít z piškotů na špičky. Ač jsou nové baletní špičky velice krásné, každá baletka si je musí zdeformovat těsně předtím, než je začne používat. Jedná se o habitus, který provádí každá baletka, i když trochu jinačím způsobem. Dle popisu od Elišky vím, že špičky se musí našít stuhy nebo gummy, které se váží kolem nohy. Podrážky se zdrsňují nejčastěji pomocí nůžek, aby bota při tanci neklouzala po parketu. Kostra špičky se musí zlomit, aby byla poddanější a lépe se přizpůsobila noze. Některé tanečnice si do špičky boty vkládají různé silikonové polštářky pro větší pohodlnost nebo si ji vylívají speciálním lepidlem. Příprava baletních špiček se liší v závislosti na potřebách baletky. Je velkým rozdílem, zda baletka tancuje profesionálně a očekává od špiček větší oporu nebo si jde jednou za týden zatančit do kroužku. Vzhledem k tomu, že jsem tančila pouze moderní balet, nepotřebovala jsem nikdy špičky, ale jen piškoty. S přípravou špiček osobní zkušenost

prozatím nemám. Přípravovat se nemusí jen baletní špičky, ale také piškoty. Malé děti se tak na piškotech učí provádět drobnější úpravy, které jsem si vyzkoušela sama. Rozhodla jsem se, po konzultaci s baletkou Eliškou, že nebude třeba, abych si kupovala své vlastní baletní špičky, na kterých bych si vyzkoušela práci. Z baletních piškotů jsem odstříhla úzké růžové gumičky, které jsem si měla uvazovat kolem kotníků, jelikož nevyhovovaly tvarům mých lýtek. Našila jsem si vlastní pevnější, silnější, bílé gumy, a nůžkami zdrsnila podešev.

Dětské tělo prochází fyzickými i psychickými deformacemi, které se provádí z důvodu, aby tělo vypadalo v jednotlivých baletních pozicích co nejladněji. Sama jsem byla svědkem zvyšování flexibility u dívek v tradičním baletu, když jsem se byla dívat na jeden baletní trénink. Učitelka tance jim beze slova šlapala po nohách, při záklonech dívky nepřírozeně ohýbala a očekávala ty nejlepší výsledky.

Dívky i chlapci, kteří nemají dost silnou vůli a trpělivost, končí s baletem po několika málo letech. Neuvědomují si, jak riskantní by pro jejich zdraví bylo přejít ihned na špičky.

Velký vliv na spokojenost s fyzickým vzhledem má především psychika. Na baletky je, v mnoha případech, kladen velký psychický nátlak, kvůli postavě. Velké množství lidí vnímá baletky jako jemná a křehká stvoření. Je mnoho mýtů a stereotypů o tom, že baletky nejedí – příkladem je toho snímek *Černá labuť* od režiséra Darrena Aronofskyho, kdy hlavní hrdinka má ke snídani pouze grapefruit a nic víc. Respondentka Adéla tento stereotyp potvrdila, její matka ji nedopřála nutričně bohaté jídlo v dětství, ona sama si ho nedá ani nyní. Opakem je respondentka Eliška, která se ideálem postavy netrápila a jedla cokoliv chtěla. Z vlastní zkušenosti mohou říct, že dívky, které nebyly, dle mé učitelky tance hubené, netancovaly na vystoupení moderní balet vůbec. Některé z nich nebyly vybrány ani jako náhradnice. Naopak – v předních řadách tančily dívky, které byly velmi štíhlé. Moje respondentka Eliška, která se věnuje baletu od malička naopak řekla, že s ní hodiny baletu navštěvuje plnoštíhlá dívka, která má velice dobré rozsahy. Záleží určitě i na samotném vyučujícím.

„Lidské tělo je nejen rozmanitým způsobem opravováno a deformováno v souladu se sociokulturními normami a idejemi a stává se z něj tak artefakt, ale rovněž je disciplinováno [...] disciplinace těla a jeho přetváření na spolehlivý sociální a kulturní stroj přináší rozhodující důsledky pro psychický rozvoj jedince“ (Soukup, Balcerová 2011: 34).

Z důvodu velkého nátlaku na deformaci těla končí tanečnice brzy ze zdravotních důvodů. Tanec na špičkách deformuje nejen prsty na nohou, ale také celou klenbu, v případě, že baletka tančí na špičkách příliš brzy a její kotníky nejsou ještě zcela vyvinuty, může dojít i k úplné deformaci kostí nebo celé páteře.

Jen hrstka baletek se dostane na konzervatoř nebo se rozhodnou pro povolání profesionální baletky. Je všeobecně známo, že velká fyzická zátěž neumožňuje baletce kariéru delší než několik málo let. Profesionálním baletkám, které jdou do důchodu je jen něco málo přes třicet, ve výjimečných případech přes třicet pět let.

Baletka musí dbát na svou postavu a pečovat o ni. Jak mi řekla respondentka Eliška, profesionální baletky v divadlech, dokonce některé konzervatoře, nechávají tanečnický a tanečnice podepsat formulář, ve kterých se zříkají veškerých jiných sportů a rizikových aktivit-jako je například jízda na koni nebo na bruslích. Krásným příkladem je tomu snímek *Jak vytrhnout velrybě stoličku* od Marie Poledňákové, kde Jana Preissová, představitelka baletky Anny, říká svému synovi: „Já lyžovat nesmím, co kdybych si zlomila nohu?“

Mladé dívky se vyvíjejí, a proto i ty, které usilovně pracovaly na tom, aby byly dobrými tanečnicemi, musí skončit, jelikož se jim v adolescentním věku začne měnit postava. Stejně, jako to bylo v mém případě. Baletky, které chtějí mít děti, musí dopředu myslet na svou postavu a jaká rizika by jim těhotenství přinesla. Tanec, balet nevyjímaje, klade na ženy vysoké nároky a opomíjí jejich ženství.

Balet přináší nespočet strastí, které musí všechny dívky i chlapci přijmout. Bez toho nemůžou být tanečnický.

## 7. Závěr

Na začátku jsem si stanovila tři základní výzkumné otázky: jaký význam má balet pro tanečnice, jak baletky vnímají svá těla a jakým způsobem proměnil tanec baletkám jejich vnímání vlastní tělesnosti. Na základě svého výzkumu jsem dospěla k tomu, že tradiční balet prošel za celá staletí nesčítnými změnami. Zpočátku byl balet výsadou zcela mužskou, postupem času se změnila genderová perspektiva a balet mohly tančit i ženy. Ovlivněno to bylo vývojem baletních kostýmů a bot, které byly zpočátku velké, dlouhé a těžké. Docházelo k postupnému odlehčení kostýmů, obuv neměla tak vysoké podpatky, až nakonec mohly balet tančit i dívky. Díky změně kostýmů se mohla baletka pohybovat s větší lehkostí a nechala vyniknout ladnosti svých pohybů. Divák si tak mohl daleko více užít inscenaci, jelikož více viděl baletčinu práci s tělem. V rámci historicko-kulturní perspektivy je ženské tělo v baletu vnímáno diferenciovaně. Posouvají se hranice ideálu krásy, mluví se více o ženskosti a problémech, které s sebou bytí ženou přináší. Ve svém výzkumu jsem přišla na to, že tréninkový cyklus absolutně vůbec nereflektuje ženské tělo, nejen v období adolescence, ale ani v dospělosti. Ženské tělo prochází celý život fyzickými změnami, jež je nutné akceptovat.

Mými informantkami pro výzkum byly Adéla, Kristýna, Lilian, sestra Eliška, Nicol, Eliška starší. Balet má pro ženy různý význam-Adéla tančí, jelikož je to přání matky, Lilian se vlastní pílí vypracovala na konzervatoř, Eliška tančí pro zábavu. Baletky vnímají svá těla velmi rozdílně-zatímco Adéla si udržuje štíhlou postavu, Eliška starší nedodrhuje žádné diety ani zdravý životní styl. Velmi záleží na tom, zda se baletka tanci věnuje profesionálně, jako v případě Lilian nebo tančí pouze ve volném čase jako Eliška starší. Ideál baletky se po staletí měnil, od kypré postavy ke křehké hubené dívce. Vnímání těla se tedy velmi proměnil. Informantkám Kristýně i Nicol balet změnil jejich vnímání tělesnosti. Nicol do tance nutila matka, ač se jí v baletní třídě posmívaly vzhledem k její silnější postavě. Kristýna podstoupila operaci ramene a v období adolescence se jí změnilo tělo natolik, že musela s tancem skončit, stejně jako já.

Zaměřila jsem se na kapitály Pierra Bourdieho (kulturní, ekonomický a sociální) a kapitál Loica Wacquanta (fyzický). Předpokladem pro to, aby se dívka stala baletkou je nezbytné propojení všech kapitálů. Při ztrátě, či poklesu, jednoho z nich ubývá baletce prestiž.

Provedením rozhovorů má participace ve výzkumu neskončila, užitím karnální metody jsem se rozhodla reflektovat tradiční balet sama na sobě a vtělit se opět do role tanečnice. Nyní můžu reflektovat posun ve svém životním stylu-změnila jsem životosprávu a zkoušela jsem na sobě nejen baletní tréninky, ale také silové. Práce ve mně zanechala velký poznatek a já se rozhodla pro udržení zdravého životního stylu i cvičení. Jelikož jsem několik let tančila jako dítě, mohu na základě vlastních zkušeností v komparaci s výpověďmi informantek potvrdit, že se dnes nahlíží na tanec z odlišnější, shovívavější, perspektivy. Díky téhle práci jsem přijala své tělo a začala jsem mít ráda sama sebe!

## 8. Seznam použitých zdrojů

- 1) Aronofsky, D. 2010. *Černá labuť*. Kalifornie: Fox Searchlight Pictures.
- 2) Artimo 2021. *Artimo citát Fred Astaire*. Dostupné z: <https://www.artimo.cz/> [29.4.2021]
- 3) Beyond the barre 2020. *History of ballet shoes*. Dostupné z: <https://beyondthebarreusa.com/pages/history-of-ballet-shoes> [15.3.2021]
- 4) Bílá, T., I. Zacharov. *Život na špičkách*. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=dXVJ-QxFfVI> [29.4.2021]
- 5) Brettell, C. B. 1997. Leaving Home: Schooling Stories and the Ethnography of Autoethnography in Rural France, in D. Reed-Danahay, *Auto/ethnography Rewriting the Self and the Social*, 123-143. Londýn: Routledge.
- 6) Bok, V. 1974. *Srovnání vybraných ukázek výtvarných děl z hlediska konstituční typologie*. Praha: Acta Universitatis Carolinae Gymnica.
- 7) Bourdieu, P. 2000. *Nadvláda mužů*. Praha: Karolinum.
- 8) Bourdieu, P. 1998. *Teorie jednání*. Praha: Karolinum.
- 9) Bourdieu, P. 1998. *The Logic of Practice*. Stanford: Stanford University Press.
- 10) Brayová-Moffatová, N. 2004. *Škola baletu*. Praha: Slovart.
- 11) Brodská, B. 2008. *Vybrané kapitoly z dějin baletu*. Praha: AMU.
- 12) Butler, J. 1988. *Performatives Acts and Gender Constitution: An Essay in Phenomenology and Feminist Theory*. Theatre Journal. Hopkins University.
- 13) Dance magazine. 2020. *Dance Accompanist and Author Harriet Cavalli, 82, Has Died*. Dostupné z: <https://www.dancemagazine.com/harriet-cavalli--2649042556.html> [28.4.2021]
- 14) Eco, U. 2005. *Dějiny krásy*. Praha: Argo.
- 15) Farnell, B. *Moving acting selves*. Dostupné z: <https://www.jstor.org/stable/223398?seq=1> [29.4.2021]

- 16) Foucault, M. 2000. *Dohlížet a trestat*. Slavonice: Dauphin.
- 16) Gray, M. 2013. *Cyklická žena*. České Budějovice: Osule.
- 17) Kaeppler, A. L. 2000. *Dance Ethnology and the Anthropology of Dance*. Dostupné z: <https://www.jstor.org/stable/1478285?seq=1> [29.4.2021]
- 18) Klingel 2020. *Dámské živůtky*. Dostupné z: <https://www.klingel.cz/zivutky/> [5.8.2020]
- 19) Lejeune, P. 1994. *Der autobiographische Pakt. In: Der autobiographische Pakt*. Berlín: Suhrkamp.
- 20) Lévi-Strauss, C. 1999. *Rasa a dějiny*. Brno: Atlantis.
- 21) Lochmannová, A. 2020. *Tělo za katrem*. Praha: Academia.
- 22) Lustigová, M. 2009. *Historie baletu*. Dostupné z: <https://www.tanecnimagazin.cz/2009/02/27/historie-baletu/> [7.8.2020]
- 23) Macek, P. 1997. *Slovník české hudební kultury*. Praha: Editio supraphon.
- 24) Malinowski, B. 1922. *Argonauti západního pacifiku*. London: George Routledge & Sons.
- 25) Malinowski, B. 2007. *Sex a represe v divošské společnosti*. Praha: SLON.
- 26) Marciszová, A. 2006. *Pojetí ideálu ženy a muže v naší společnosti*. Praha: Univerzita Karlova.
- 27) Markovičová, O. 1984. *Dějiny tance a baletu*. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladatelství.
- 28) Meadová, M. 2001. *Dospívání na Samoi*. New York: Harper Collins Published.
- 29) Mirzoeff, N. 2018. *Jak vidět svět*. Praha: ArtMap
- 30) Murphy, R.F. 2001. *Umlčené tělo*. Praha: Slon.
- 31) Národní divadlo 2021. *Roman Šolc*. Dostupné z: <https://www.narodnidivadlo.cz/cs/profil/roman-solc-1594804> [26.3.2021]
- 32) Ňadřová, M., V. Simočková, L. Javorka 2012. *Metódy sledovania plodnosti: Prirodzená cesta k potomstvu*. Martin: Osveta.



- 33) Ortner, S. 1996. *Konstrukce genderu: Politika a erotika kultury*. Boston: Beacon Press.
- 34) Ortner, S. 1974. *Má se žena k muži jako příroda ke kultuře?*, in L. Oates-Indruch, *Dívčí válka s ideologií*, 89-114. Praha: Slon.
- 35) Poledňáková, M. 1977. *Jak vytrhnout velrybě stoličku*. Praha: Československá televize Praha.
- 36) Rabinow, P. 1986. Representations Are Social Facts: Modernity and Post-Modernity in Anthropology, in J. Clifford, G. E. Marcus, M. Fortun, K. Fortun, *Writing Cultures*, 234-262. California: University of California Press.
- 37) Reed-Danahay, D. 1997. *Předmluva* in *Auto/ethnography Rewriting the Self and the Social*. Londýn: Routledge.
- 38) Reinhartz, S. 1994. *Feminist methods in social research*. New York: Oxford University Press.
- 39) Rychlík, M. 2018. *Dějiny vlasů – Účesy, vousy, chlupy a péče o ně*. Praha: Academia.
- 40) Rychlík, M. 2005. *Tetování, skarifikace a jiné zdobení těla*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny.
- 41) Ryška, T. 2015. *Cesty jógy*. Dostupné z: [https://dk.upce.cz/bitstream/handle/10195/61377/RyskaT\\_Cestyjogy\\_SP.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://dk.upce.cz/bitstream/handle/10195/61377/RyskaT_Cestyjogy_SP.pdf?sequence=3&isAllowed=y) [6.8.2020]
- 42) Shostak, M. 1993. *Nisa, dcera Kungů*. Praha: Mladá fronta.
- 43) Someš, J. 2012. *Giselle*. Praha: Národní divadlo.
- 44) Souchová, M. 2015. *Ovlivnění držení těla klasickou baletní technikou*. Univerzita Karlova. Praha [26.3.2021]
- 45) Soukup, M. 2012. *Mužství a ženství v perspektivě feministické antropologie*. Dostupné z: [https://journals.muni.cz/anthropologia\\_integra/article/view/2371/1944](https://journals.muni.cz/anthropologia_integra/article/view/2371/1944) [29.4.2021]
- 46) Soukup, M., M. Balcerová 2011. *Antropologie těla*. Dostupné z: [https://www.researchgate.net/publication/300373780\\_Antropologie\\_tela](https://www.researchgate.net/publication/300373780_Antropologie_tela) [7.8.2020]

- 47) Soukupová, K. 2012. *(Re)Konstrukce subjektivity a času v žánru autobiografie*.  
Dostupné z:  
[https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/39953/DPTX\\_2010\\_1\\_0\\_1338\\_11\\_0\\_94932.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/39953/DPTX_2010_1_0_1338_11_0_94932.pdf?sequence=1&isAllowed=y) [26.10.2020]
- 48) Stibor, E. 2019. *Vliv vertikálního zatížení nohy v baletní obuvi (tzv. špičkách) na formování svalstva dolních končetin a kloubních spojení nohy*. Univerzita Karlova. Praha.
- 49) Šanderová, P. 2011. *Tělesnost jako významný faktor procesu adopce*. Praha: SLON.
- 50) Tutu Étolile 2018. *Historie kostýmů baletu*. Dostupné z:  
<http://tutuetoile.com/balletcostume-history/> [7.8.2020]
- 51) Vašát, P., M. Růžička 2011. *Základní koncepty Pierra Bourdieu: pole – kapitál – habitus*. Dostupné z: <http://www.antropoweb.cz/cs/zakladni-koncepty-pierrabourdieu-pole-kapital-habitus> [25.10.2020]
- 52) Vodáková, A. 2017. *Pozorování přímé*. Dostupné z:  
[https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Pozorov%C3%A1n%C3%AD\\_p%C5%99%C3%ADm%C3%A9](https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Pozorov%C3%A1n%C3%AD_p%C5%99%C3%ADm%C3%A9) [5.8.2020]
- 53) Wacquant, L. 2004. *Body & Soul. Notebooks of an apprentice boxer*. New York: Oxford University Press.
- 54) Žitňanová, H. 1992. *Dějiny baletu pro taneční obor základních a uměleckých škol*. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladatelství.