

Vlastimil Marek

Porodit buddhu

Provokativní, ale také inspirativní
fejetony o tom, že ženy mohou změnit svět

Vlastimil Marek
© 2013

Doporučení na úvod:

Všechny to znáte z pohádek: rovné a všeobecně oblíbené cesty vedou do pastí, zatímco ty správné jsou klikaté a někdy i trnité. Skutečné lidské hodnoty jsou pracné a často i bolestivě získávané. A jak o tom svědčí i historie, dlouhodobě (a jak jinak dokáží žít ženy, matky, než, na rozdíl od politiků a poslanců, protože to mají nejméně na dvacet let, ne jen na volební období) se vyplatí nebýt „ovčankou“ a aspoň vyslechnout i ty, kteří nesouhlasí s většinovým názorem. Nestálo by to za to zvláště vám, ženám, které skutečně můžete, třeba jen tím, že si vychutnáte těhotenství a nenecháte vzít porod, změnit svět?

Tahle kniha je opět plná fejetonů, které nehladí po srsti a nelakují na růžovo, a zároveň nabízí odvážné a nádherné vize. Ne každý článek (čtete pomalu a opětovně) vám ihned „sedne“, některý vás dokonce lehce nadzvedne ze židle... ale takové jsou nejlepší: dotkly se něčeho, o čem jste doposud nechtěla ani slyšet, abyste si nenatrhlila iluzorní závoj názorů všech konjunkturálních „odborníků“ na to, jak má současná žena vypadat, jednat, rodit, kojit, vychovávat a vzdělávat své děti a stárnout.

Znám několik žen, které třeba tím, že porodily hned několik dětí samy doma, získaly tolik životní síly, vytrvalosti a každodenního umění radovat se ze života a být šťastné, že tím už dnes začaly měnit a někde již změnily nejen sebe a své rodiny, ale i společnost kolem sebe. Za třicet let se nebude psát a číst o současných politicích či hvězdičkách druhořadých seriálů, ale právě o těchto ženách, které změnily svět. Přitom s odhodláním změnit sebe (i svět) je to jako s láskou a moudrostí: čím víc jí vydáte, tím víc jí nakonec máte...

Bonding – porodní radost?

Nová stejnojmenná kniha pro ženy rodičky vyšla v nakladatelství DharmaGaia s podtitulem *Podpora rodiny jako cesta k ozdravení porodnictví a společnosti?* Otazník v titulku jsem přidal já, zatímco nad otazníkem v podtitulku se podivuji. Ostatně zmatený jsem z celé knihy, přestože vím, kolik práce si vyžádala. V této velmi ženské knize (většinu tvoří zápisy rozhovorů tří žen – lékařky a dvou matek) převažují spíše negativní zážitky z vlastních porodů. Je to kniha smutná a výstižnější titul by měl znít Bonding – porodní smutek.

Problém je totiž už se samotným a vlastně zbytečným překladem slova bonding, o který jde v knize především (podobně nesrozumitelně se přeložil název jiné velmi důležité knihy *Koncept kontinua*, daleko lidštěji by zněl *Koncept přirozenosti*). **Bonding** není, jak uvádějí autorky, *lepení, připoutání* či *opatrovatelská připravenost*, což jsou z angličtiny příliš doslovně a tedy nešťastně přeložené termíny, výstižnější je spíše **utváření vztahu** (vzájemného pouta).

V 70. letech minulého století si američtí pediatři Klaus a Kennel, hezkých pár tisíc let po všímavých ženách-rodičkách, všimli, že existuje biologicky naprogramované období tzv. „opatrovatelské připravenosti“, které začíná ihned po porodu a trvá asi 12 hodin. Během něho se utváří základy emočních vazeb mezi matkami a novorozenci. Řeceno lidsky a maminkovsky: v prvních minutách a hodinách se vytváří to, čemu říkáme mateřská láska a co se při medikalizovaném porodu plném rutinních zásahů, kdy navíc děťátko někam odnesou, „aby si rodička odpočinula“, nevytvoří. K tomu je zapotřebí mimo jiné právě neoddělovat děti od matek a nevnucovat rodičkám nemocniční systém. Těhotenství, a to si současné porodnictví stále nedokáže připustit, natož akceptovat, totiž není nemoc a porod není jeho operativní léčbou.

Přednáška Michaely Mrowetz o bondingu, kterou jsem měl možnost vyslechnout (a její prezentaci shlédnout), je výmluvná, pádně instruktivní a srozumitelná, stejně dobře jsou zformulované i články Gaurí Chrastilové. V knize *Bonding – porodní radost* ale i ta největší moudra poněkud zapadnou v balastu nedůležitých podrobností. Kniha, doplněná navíc desítkami fotografií a stran dalších rad, adres a příloh, je ale roztržštěná, hlavní téma jen zamlžuje. Slovníkem pokleslého žurnalisty bych nejradiji napsal, že se jedná o nepovedený dort, který není ani vědeckou studií, ani reportáží, ani sborníkem stížností rodiček, ani osvětou: je spíše o tom, co bonding není. Škoda, velká škoda.

Je zřejmé, že ženy nějaký podrobný a praktický návod třeba na použití odsávačky mléka, zacházení se skládacím kočárkem nebo uvázání šátku na nošení miminka potřebují víc než abstraktní, byť výbornou přednášku o roli matky ve společnosti. Nad touto knihou se ale při vši úctě k autorkám nemohu ubránit zklamání. Dlouhé popisy pocitů bezmoci rodiček v soukolí nemocničních procedur jsou často k neučení, většina fotografií ilustruje spíše porodní bolesti než radosti. Množství řečí o tom, co u nás v souvislosti s porody nefunguje a co všechno se může pokazit, včetně čtyřiceti stran příběhů a odborných kazuistik, ukrylo samotné evangelium *bondingu* jako jehlu v pořádné kupce sena. Musím smutně konstatovat, že z téhle knihy přes veškerou snahu radost nemám. Naopak, připadá mi jako další zbytečně promarněná příležitost

Je to tedy na dalších, dnes přirozeně rodičích mladých ženách, aby za pár let sepsaly méně rozsáhlou, ale o to výstižnější knížku o orgasmickém porodu nebo o bondingu jako o něčem samozřejmém, stále běžnějším a nanejvýš přirozeném, s množstvím fotografií usměvavých a šťastných maminek i miminek.

Co jim neřekli o kouření

Každá generace měla a má svůj kříž a musí se s ním nějak vyrovnat. Zatímco ta má čelila ideologickým a mocenským tlakům na svobodu, ta současná by měla odolat komerci a konzumu. Při sledování muzikálu *Across the Universe* jsem si připomněl, jak už koncem 60. let minulého století bylo více než zjevné, že establishment toho v každé době spoustu neříká: tak jako se lhalo klukům v USA o válce ve Vietnamu, tak porodníci lhali a stále lžou rodičím ženám třeba o negativních aspektech císařského řezu. Stejně jako naivním Čechům lhali veksláci a makroekonomové o kupónové privatizaci a obsahu svých igelitek, právě tak výrobci a politici lžou pijákům alkoholu a hlavně kuřákům.

Mnohý tatínek, který si právě přivezl miminko z porodnice, protože tam maminka třeba musela ještě zůstat, „kojí“, jinými slovy každé tři hodiny dává dítěti pít z kojenecké lahve. Jenže je kuřák a nedochází mu, jak zbytečně své dceři, ze které nevědomky vyrábí kuřačku cigaret, už na začátku jejího života škodil. Neví nic o pasivním kouření se všemi jeho důsledky. Netuší, že i když kouřil jen v práci nebo venku, z jeho kůže se během noci, kdy ležel vedle své těhotné ženy, uvolňoval nikotin, který se dostal přes pupeční šňůru až k jeho ještě nenarozené dceři.

Výzkumy ukázaly, že stačí, pokud kouřila babička, matka maminky, i když ta je nekuřačka. Negativní vlivy kouření (mimo jiné třeba to, že dcera bude mít zkrácené a stažené psoasové svaly, což působí porodní bolesti a komplikace) se na vnučku přenáší už během jejího prenatálního života. Pokud kouřil dědeček, vnuk může mít např. sklon k obezitě nebo potíže s potencí. Zjistilo se také, že když těhotná žena jen pomyslí na cigaretu, dítě se v děloze dusí.

Jakmile nenarozené dítě cítí nebezpečí, například když těhotná žena bere léky, snaží se krve naplněné cizími látkami co nejrychleji zbavit a pumpuje ji zpět, do končetin. Pomocí ultrazvuku je často možné u dětí v děloze pozorovat nateklé prsty. Embryologové si dříve mysleli, že je to normální, dnes víme, že je to patologický jev. Když je dítě ve stresu, odpovídá na něj zvýšením srdeční frekvence, což má vliv nejen na už zmíněné otoky, ale v dospělosti i na změny daktyloskopických rýh na prstech. „*Miminka uvolněná, s tepem 120/min., mají vlnový otisk, u dětí s tepem nad 130/min. smyčka rýhy směřuje ven a zrychlený srdeční tep nad 140/min, typický pro stresové dítě, má za následek kruhy v otisku,*“ přednášel před lety v Brně porodník a psycholog Terence Dowling.

Kouření je zlovyk, kterého se tabakisté po čase snaží zbavit, ale to už není tak jednoduché. Jako jiné návykové látky i nikotin dokáže ovládnout naše mozkové centrum odměny a to se k nám pak chová jako diktátor. Po vdechnutí kouře trvá jen okolo 20 sekund, než si mozek přijde na své. Nikotin se naváže na cholinergní receptory, spustí se vyplavování dopaminu, kterému se ne nadarmo přezdívá vnitřní droga pohody. Zvýší se i vyplavování serotoninu, ten má zase účinek antidepresiva. Proto mají kuřáci velké nutkání „dát si svůj kouř“ právě ve stresových situacích. Jenže mají smůlu. U chronických kuřáků se serotonin přestává syntetizovat a nikotin nepomáhá. To je pak činí úzkostnějšími.

Kuřáci si zadělávají také na časnější nástup aterosklerózy a ischemické choroby srdeční. Mají vyšší riziko infarktu, častější výskyt mozkových, plicních a vředových chorob. Jako bonus se může dostavit impotence a neplodnost, o nádorových onemocněních plic a bronchů, úst, močového měchýře a dalších překvapeních ani nemluvě (počkejte si na obrázky nádorů na krabičkách cigaret).

Statistiky dokládají, že odolat žádostivosti na drogu jednou navyklého mozku je většinou nad lidské síly. Jen pěti procentům se to na různě dlouhou dobu podaří. Jinými slovy, přestat kouřit (jen omezit kouření nefunguje) vyžaduje notnou dávku vůle a velmi silnou motivaci: jaká jiná a silnější může být, těhotné ženy a čerství tatínci, než třeba právě narozené miminko?

A na závěr ještě jeden postřeh: *„Veřejné kuřáctví je přetrvávající formou diskriminace a sociálního vyloučení ve veřejné sféře, která komplikuje procesy sociální integrace i posilování společenské soudržnosti,“* napsal politolog Karel Miller v LN 6. 5. 2012. Ať se tedy kuřáci snaží sebevíc, je jejich snaha být oblíbenými a úspěšnými organizátory jakkoliv „zelených“ a ekologických aktivit kontraproduktivní: netuší to a „necítí“, protože mají poškozené nejen mozkové, ale i čichové buňky, a jsou, při vší úctě ke všemu, co umějí a dělají, na dálku poznat (cítit): stávají se necitlivými a necitelnými bytostmi. Kuřák totiž podvědomě a prioritně vždy myslí především na uspokojení své potřeby, respektive na sebe, a teprve pak na druhé.

P. S.: Podle britských vědců mají dnešní kuřačky 25x větší šanci, že zemřou na rakovinu plic než jejich předchůdkyně v 60. a 70. letech min. stol. Hlavně proto, že současné ženy začínají kouřit daleko dříve, a dnešní cigarety jsou přecpány aditivami, chemikáliemi, které dřív nebyly známy. Tzv. light, mezi ženami preferované lehké cigarety, mají totiž úplně stejně zhoubný účinek jako ty nelehké.

Co se (ženám) také nabízí

Nepíše se mi to lehce, ale nemohu jinak. Nikdy jsem neváhal pojmenovat věci pravým jménem a tak i dnes musím konstatovat, že císař (rychloukurzů štěstí pro české ženy) je nahý. „*Láskyplný dotek je nejstarším lékem lidstva. V kombinaci s vonnými oleji je jedinečným léčebným nástrojem. Setkáním provází žena, která se aromaterapií a doteky zabývá již 14 let a 10 let vede ženské skupiny osobního rozvoje. Její láskou jsou ženské přechodové rituály, ke kterým vůně a doteky nedílně patří. Absolvovala kurzy těhotenských masáží, masáží dětí a kojenců, mnoha dalších dotekových technik a četné mezinárodní aromaterapeutické konference a semináře.*“

Tento text propaguje kurzy a semináře v jednom pražském domě duchovního a osobnostního růstu. Nestáčím se divit. Tuhle ženu totiž znám a vím, že by učit neměla: nemá (a její tělo nechce mít) děti, a přesto radí ženám jak být matkami. Víím o ní, že si večer před seminářem stáhne z internetu nějaké informace o tom kterém rituálu, a druhý den to vše předává zájemkyním. Ty samozřejmě netuší, že jejich lektorka je jen o jednu lekci před nimi a že od ní podvědomě dostávají i všechny její zmatky a nezvládnuté deprese. Víím o řadě žen, kterým bylo po víkendů s touto lektorkou hodně špatně. Víím také, že coby čerstvá dula „pomáhala“ u tří porodů, které skončily, jak jinak, císařským řezem.

Jiná lektorka, která o sobě uvádí (přepisují i s chybami), že je *politoložka, historik, poradkyně Aura Somy, Mistryně několika druhů Reiki, Avalonská sestra zasvěcená v Chrámu Bohyně v Glastonbury - v Avalonu*, a tvrdí, že ukazuje ženám *prastarou rituální cestu jak najít sebe sama. Jak navázat spojení se svým vnitřním rytmem a s rytmem přírody, s Bohyní. Když žena začne sama sebe milovat, přijme své tělo a přijme zpátky svoji sílu, Bohyni v sobě - stane se zázrak. Snažím se naučit ženy, aby dělaly*

to, co je pro ně pravdivé... Aby žily své sny. Naplno. Není to jen záležitost duchovní. Naopak. Politika, historie, psychologie, náboženské rituály, Aura Soma - to jsou jen různé přístupy, různé projevy. Podstata zůstává uvnitř."

A aby to vše bylo moderní a současné, nabízí tento dům i workshopy spirituální inteligence následující upoutávkou: *„Tyto workshopy nabízí orientaci v každodenním životě a přijetí role tvůrce a vůdce svého života. Nabízíme možnost prakticky a přitom hravou formou prožít objevování návodu „jak na to) a kvantové psychologie.“ Že netušíte, o co jde? Já také ne. Ale možná je to snadné: „Pojmy spirituální inteligence a kvantová psychologie mohou působit příliš vědecky, my tímto podporujeme zviditelnění propojení vědy a spirituality, což přináší i propojování kulturních i duchovních tradic. Účastníci, kteří absolvují nejméně osm z deseti workshopů, obdrží Certifikát Základy spirituální inteligence.“ No nekupte to, že? Dostanete i papír, že jste spirituálně inteligentní.*

Kdo by odolal možnosti užít si i s nějakou tou pohanskou bohyní: *„V pondělí večer se měsíc znovu narodí, tentokrát jako symbol lunární Ostary - prastarého pohanského svátku, kdy oslavujeme Slunce, Oheň, Život, Jaro. Bohyně jarní rovnodennosti je Artha, taky známá jako Eostre, bohyně po které jsme pojmenovali svátky Velikonoce (angl. Easter). S tímto svátkem souvisí i další ohnivé bohyně, zejména Ostara (norská bohyně plodnosti), Astarte (starořecká bohyně), Sunna, staro-Izraelská Ashtoreth, Demetra, Egypťská Hathor, Assyriiská Ishtar a další. Artha vtančí do našich životů na začátku jara, kdy panuje všeobecná pohoda, a dny se prodlužují. Ohně stvoření jsou všude, manifestující se skrze vzkvétající květiny. Sejdeme se, abychom oslavily světlo, oheň a slunce které začínají převládat nad tmou.“*

Potom prý *„bude čas na hlučné, veselé oslavy, na víno (červené - jako symbol krve a života) a čerstvý chleba, a na oslavu všeho co pro nás představuje naplněný a radostný život! Jen si*

nezapomeňte vzít alespoň jedno vejce, a symbol Vaší osobní síly (obrázek, kámen, vítězná cena, šperk, cokoliv co Vám dává pocit sebejistoty a vnitřní síly).“

Uff. Zděšením se mi rosí čelo, nechápu. Copak pouhá účast na kurzu aromaterapie nebo pobyt na semináři v Glastonbury zaručuje i pedagogický talent a zvládnutí umění života? Co je to za „průmysl“ iluzí, nabízející štěstí a zdraví za víkend?

Vzpomněl jsem si na vtip s komunistickým prezidentem Novotným, který se vrátil z Egypta nadšen tamní formou zemědělství (ano, právě tak to vyslovoval): *Ptal jsem se feláha, jak se na té poušti může uživit, a on mi řekl, že snadno: Já se žívím trusem ptáka ibise, a pták ibis se žíví trusem mým.* Tyhle relativně laciné rychlokurzy pro ženy jsou totiž už také soběstačné: absolventky konstelací zaplní semináře bohyně sexu a ty zase semináře tanců a kvantové psychologie.

Zatímco skutečně zkušené lektorky duchovnosti živoří a není o ně zájem, protože Cesta je pracná, tyhle semináře jsou plné dychtivých zájemkyň o zvládnutí umění být bohyně sexu za víkend a spirituální mistryni za týden. Jenomže už naše babičky přece věděly, že nejsou tak bohaté, aby si mohly dovolit kupovat laciné věci (a rychlokurzy).

Obává, se, že to, co jsem doposud naznačoval varovně, prognosticky, je nyní, alespoň v nabídce tohoto pražského domu *růstu*, skutečností: stále víc žen ulétává na iluzorních a nic neřešících kurzech a seminářích duchovního materialismu.

České ženy rády drží

...svá teritoria, láká čtenáře a čtenářky rozhovor s Kateřinou Janouchovou, švédskou spisovatelkou písíci i česky, ze které prý *vyzařuje síla a věcnost, s níž hovoří i na veřejnosti o choulostivých věcech bez studu* (Literární noviny, 3. 3. 2011). Zmíněná švédská řádně emancipovaná Kateřina překvapivě kriticky píše (a mluví mi z duše):

„Problém je v tom, že v Čechách ženy moc velkou emancipační změnu nechtějí. Drží se svých teritorií, domova, kuchyně a jídla, protože všude tam mají pocit generálů a nechtějí, aby se jim do toho výsostného prostoru někdo míchal. Otázka tedy je, zda změnu chtějí, nebo ne. I některé švédské matky nechtějí pustit manžela k dítěti, chtějí si to dělat po svém. To je ale ten problém. Není to jednoduché, i ženy se musejí vzdát něčeho, co je tradičně jen jejich. Když už si muž umí udělat všechno sám, tak ženu nepotřebuje a ta nad ním ztrácí svou moc. Takovou situaci může prožívat i muž se ženou, která chce zvládat všechno sama. Obecně tedy nejde jen o to, aby se muži dělili o práci a povinnosti se ženou, ale i o to, že jim to žena musí umožnit... problém s muži ovšem začíná okamžikem, kdy poprvé uklidíme po svém chlapečkovi hračky. Později se divíme, kde má ta typicky mužská strategie vlastně kořeny. No přece u nás, žen...“

Jiná pravidelně (na www.osud.cz) písíci žena Mája také míří do vlastních řad: *„Svět změníme jenom tím, když k sobě samotné budeme jemné, milé, promíjející... Pak se totiž naše srdce doopravdy otevře životu a naše láska už nebude obchodem, bude řekou, možná i mořem. Jak samy se sebou mluvíme? Ty káčo líná, ty jsi neschopná... Ale ne, ať se nají ostatní, ty hezky vydržíš dva dny o hladu, no jsi přece chlap, ne? Zdá se nám to normální, zcela běžné. Ba dokonce se cítíme jako hrdinky, kolik jsme si toho v životě odepřely! A tak dál. Šílená představa, že? No a nejhorší*

na tom je, že takhle to skutečně nějak je. Všechna rozhodnutí, která děláme, se otiskují do buněk a DNA a předáváme je dalším pokolením. Když nelásku, tak nelásku, když hladovění, tak hladovění, když přísnost, tak přísnost k sobě samému. Ženy mohou zachránit svou láskou svět. Protože bezpodmínečná láska matky k dítěti, to je přece hybná síla vesmíru. Můžeme se učit milovat samy sebe z lásky k dalším pokolení, když už je nám cizí sobeckost. Bezpodmínečná láska je stejně šíleně mocný virus a je jedno, kde se nakazíme, důležité je, aby nákaza byla konečná a celoplošná... (můžeme pak nakazit celý svět). Když začneme milovat samy sebe jako ženy, i náš pohled na muže se změní. Čirá nenávisť za to, že jsou nezodpovědní a neschopní milovat, se změní v pochopení toho, jak to je doopravdy. Možná... je to jen taková hypotéza. Jen taková nabídka do budoucnosti. Že ženy zachrání svět tím, že si zajdou na kafičko a dortík, pak si odpustí tisíc zbytečností, hodí nohy na stůl, usmějí se a šup... Celý svět se promění pod dotykem té nejjemnější síly. Té, která všechno přijímá, všechno odpouští... Aby se svět mohl vznést na křídlech andělů a aby každý tvor poznal náruč a objetí mateřské všeobjímající lásky, aby se to mohlo stát, potřebujeme my ženy jen to jediné. Tak směšně lehké a tak nekonečně obtížné. Obejmout samu sebe svými pažemi.“

Flagelantky i vegetariánské masochistky si mohou přečíst podrobněji, co jsem o tom a jiném psal nedávno i dávno. Pro líné zestručním: začít můžete tím, že začnete své muže a syny chválit, a své děti rodit přirozeně a orgasmicky.

Desatero porodní síly

Preamble: Samozřejmě je ještě příliš brzy na to, myslet uprostřed krize celého porodnictví, projevující se, doufejme, posledními záškuby systému, například pokusy ministerstva omezit služby porodních asistentek, nebo dokonce kriminalizovat ty statečnější rodičky i asistentky za porody doma, na nějakou vizi. Na nějakou skutečnou změnu myšlení, protože ta je nejdůležitější a nejtěžší, je ale ten pravý čas už nyní. A tak, jakkoliv vypadá metaforicky a nerealizovatelně, toto *Desatero porodní síly* je vzkazem do dalšího století. Pečlivým čtenářům doporučuji vždy po každém bodu a po každé inspirativní větě zavřít oči a zkoušet si to vše do detailů představit.

I. Všechno, co chtějí, taky mají. Roste počet žen, které se rozpomínají na své instinkty a rodí v klidu a radosti a stále častěji doma nebo jinak „na seně“ vyrovnané lidi blízké budoucnosti. A protože je to jedna z mála skutečných a navíc smysluplných možností, jak uchránit lidstvo před uskutečněním některého z katastrofických scénářů, je čas odhalit zatím skryté tajemství porodní síly.

II. Jak na počátku, tak na konci. Zatím se naprostá většina z nás narodila jako „nechtěné“ děti, už početí bylo náhodné, nevědomé, a hned nás vzali mamince, se všemi dalšími důsledky (viz *objevy* dr. Matějčka, Vernyho a dalších). Indka medituje na pozitivní duchovní vlastnosti svého budoucího syna ne v 3. měsíci těhotenství, nebo když se miluje, ale ještě daleko dřív: než z vaječníků sestoupí vajíčko, které pak bude oplodněno.

III. Babylon. To, co se děje u nemocničních porodů, je jen vnějším neporozuměním velmi silným procesům, na které jsme postmoderně zapomněli – ale lidské bytosti v nás, dostanou-li

příležitost, se rázem rozpomenou. Porod, proces zrodu nového života, je stejně tak fyziologická, jako duchovní záležitost. Není-li přerušován, žena se rodí v duchovní bytost nadanou silou, kterou jí může závidět i Luke Skywalker. A každá rodička by měla být uctěna a zdravena pozdravem *Necht' tě porodní síla provází*.

IV. Respektujte, budete respektováni. Jistě ne náhodou muži mnohých kultur s hlubokým respektem uctívali ženský princip a někdy i pomáhali ženám rodit (*kuvade*). Jistě ne náhodou je orgasmus při početí tak podobný porodnímu orgasmu. Jistě ne náhodou značná část indických i tibetských tantriků a tantriček dosahuje nirvány právě pomocí dlouhodobě trénovaných sexuálních, tedy i porodních orgánů. A jistě ne náhodou mají průměrný současný člověk i celá společnost takové problémy, když bývá ona mytická porodní síla pravidelně tak lehkomyšlně přerušena a zablokována.

V. Chrámů Zrození. Nastal čas začít si představovat, že porodnice se stanou potenciálními chrámy budoucí energie duchovnosti. Porodníci tam budou z povzdálí nasávat a přiživovat se třeskutou a v rámci porodu tak intenzivně nabízenou energií a blažeností nasycenou porodní duchovností. A kolem těchto chrámů Zrození pak vyrostou celé čtvrti budov s malými meditačními *celami*, ve kterých se budou adeпти duchovna „otevírat“ téhle božsky tvořivé a duchovní (rozuměj porodní) síle.

VI. Porodník jako velmi prestižní povolání. Titul získají jen ti, kteří kromě příslušného vzdělání projeví i největší schopnost empatie, trpělivosti a duchovního potenciálu. Po několika letech praxe budou automaticky kooptováni do všech možných poradních sborů na všech úrovních a ve všech oborech lidské společnosti. A protože největší empatií se vyznačují ženy a největší „dávky“ porodní síly získají rodičky, moudré dámy pak přirozeně postupně naplní nejméně polovinu zákonodárných a správních institucí a sborů.

VII. **Po Cestě.** Právě tak budou pozitivní energii přirozeně porozených dětí nasávat i stále lépe honorované učitelky v mateřských školách a v prvních třídách základních škol.

VIII. **K porodnímu nebi směřujme své pozitivní vize!** Právě to, že o porodech mluvíme jako o bolestivé a krvavé operaci (těhotenské nemoci), je sebevyplňující se proroctví. A my pak máme, co jsme podvědomě chtěli/y/! Naopak to, že začneme pozitivně snít o existenci a využití porodní síly, která je nejsilnějším pudem přírody, pomůže změnit myšlení i budoucí realitu. Imagine... představ si...

IX. **Čím víc jí dáš, tím víc jí máš.** Protože i porodní „síla“ se chová dle zákonů vesmíru a její intenzita klesá se čtvercem vzdálenosti, budou cely, resp. meditační pokojíčky umístěné nejbližší porodnici také nejžádanější. A tak jako český statistický úřad uznal „církve“ rytířů Jedi, a tím umožnil jejím stoupencům se k ní oficiálně přihlásit, jistě uzná i příští HPS (Hnutí Porodní Síly).

X. **Koncept přirozenosti:** Nakonec, až nastane Nová doba porodní, si takto přirozeně porozené, super inteligentní, hravé, zvědavě šťastné a samozřejmě přirozeně vychované děti budou „hrát“ celý další život na porodníky a přirozené porody ... a chlapečci budou přirozeně chtít být porodníky přirozených porodů. Všichni pak budou vědět, že ta nejdůležitější, až božsky tvořivá lidská síla je přirozeně k nalezení nejen v chrámech Zrození.

Závěr: Necht' nás všechny přirozená porodní síla provází... na věky věkův.

Emancipovat se (v kině)

Reaguji na *podářenou* recenzi jednoho filmového kritika v anglických novinách *The Guardian*, který musel přetrpět nejnovější filmový a cajdákový hit *Jíst, medítovat, milovat*. Julia Roberts v hlavní roli jistě přiláká i u nás davy ochotné zaplatit nekřesťanské peníze za vstup a popcorn, poplakat si a ztotožnit se. Doporučuji číst pomalu a vychutnávat recenzentovo utrpení:

„Sedět, sledovat, vzdychat. Zívát, vrtět se, protahovat se. Jíst snickers, modlit se, aby zoufalý film o emocionálním růstu Julie Robertsové skončil, těšit se z toho, že nemůže trvat věčně. Škubat sebou, oddávat se dennímu snění, mračit se... Skřípat zuby, zatínat pěsti, soustředit se na děj... Vzdychat, mrkat, funět. Koukat na hodinky, sténat, válet se v sedačce... Jíst vlastní pěst, toužit umřít. Křičet, přepadnout dopředu, nechat se vynést z kina. Být v krizi, dát si předsevzetí, požádat šéfa o roční placené volno na cestování. Šéf vstává, vrtí hlavou, bezhlesně řekne „ne“. Přikývnout, otočit se, pokračovat v práci.“

I česká recenzentka má na film svůj názor. *Návod na prima život, s.r.o.*, tak se jmenuje článek kritičky Dariny Křivánkové v *Reflexu* (41/10). I její postoj je rozumný a poodhaluje mimo jiné i zásadní problém, který s sebou současná módní emancipace přináší:

„Začne tím, že se rozvede. Její muž vlastně nedělá nic špatně, jen nezapadá do hrdinčiny vize ideálního života. Prostě jí dojde, že si to celé představovala jinak, a chudáka manžela pošle k vodě.“

Podobně jako v životě i ve filmu naše hrdinka ve vztahu s dalším mužem konečně pochopí, že chyba není v jejich partnerech, ale v ní samotné. *„Přijímáme jen ty informace, které potvrzují naše hodnoty, a odmítáme ty, které jsou s nimi v rozporu,“* vědí již současní psychologové. Jenže, ptám se, kdo mnohým ženám ty hodnoty vnutil? Ziskem motivovaná, klamavá a podvádějící reklama spolu s módními ženskými časopisy, které nepřiznávají

žádnou zodpovědnost za to, co způsobují. Odolat reklamám, které své oběti lákají ke konzumaci masa, sýrů, alkoholu a nelepivých těstovin, vzápětí nabízejí vložky s křídélky, parfémy a živou vodu z novohradských hor a pak i léky na nadýmání, průjemy a bolesti hlavy, to vše v jediném pětiminutovém přerušení nějakého hollywoodského trháku, lze asi jen těžko.

„Se svými hodnotami se nerodíme, jsou utvářeny společenským prostředím,“ tvrdí dále psychologové a sociologové. A mě napadá: není současná smutná situace v porodnictví jen důsledkem pasivního nezájmu většiny žen (a jejich neschopnosti a neochotě čelit mediálním a komerčním tlakům)? Je totiž stále běžnější, že ženy „si přejí“ porod císařským řezem a s epidurální anestezií, aby to bylo bezbolestné, a nepřejí si kojit, aby měly stále vlnadná prsa, bez ohledu na následné zdravotní a psychické potíže jak jich samých, tak jejich dětí.

V tomtéž duchu jsem našel v příloze HN článku o tom, jak si filmové hvězdy užívají melancholii a poporodní blues: *„Angelina Jolie po porodu dvojčat nespala a padala vysílením, Brooke Shieldsová o své poporodní psychóze napsala knihu Jak přišlo: má cesta poporodní depresí, a když tenhle smutek přepadl Courteney Coxovou půl roku po porodu, chtěla autem sjet ze skály.“* Nádhera, že? Ženy mají hned možnost ztotožnit se, a to, co je spíš výjimkou či nehodou, je rázem běžné a normální. Poporodní melancholie ale přímo souvisí s traumatickým porodem. Porodníci v praxi často ignorují fakt, že když dítě nenechají okamžitě přisát se k prsu, v těle rodičky se nespustí produkce hormonů zajišťujících, aby žena nekrvácela, placenta se snadno oddělila a poporodní blues či laktační psychóza se nedostavily.

Naznačuji, že vše se jako bumerang nakonec vrátí k ženám, které svou odpovědnost za vlastní zdraví, vývoj a růst delegují módním trendům, časopisům, ezo- a bio- seminářům. Výsledkem je to, že

bývají často nešťastné, neschopné najít si trvalejší vztah a litující samy sebe. Důsledky jsou pak jako v bludném kruhu i celospolečenské: energie naivně vynaložená buď na kritizování manželů nebo na nakupování či „seminářování“ pak chybí například pro soustředěný tlak na politiky, porodníky a jiné (ne)zodpovědné, aby se otevřel prostor pro pozitivní změny. Emancipace bez přijetí vlastní zodpovědnosti totiž nefunguje, ani ta filmová.

Nemám radost z toho, že na má varovná slova o rychlokvašené a kontraproduktivní emancipaci českých žen došlo: „Projekt osvobození žen vlastně skončil osvobozením mužů“, píše dnes sociolog Ivo Možný pod článkem o krizi české rodiny a stále se zhoršujících čísel o nejen české rozvodovosti a klesající porodnosti, a dodává: „Sociální stát a rétorika svobody z mužů sejmula společenský tlak na břemeno odpovědnosti.“

Epidurální trip

Ano, čtete správně. *Tripem* se v článku Judy Slome Cohainové v časopise porodních asistentek USA *Midwifery Today* číslo 95 skutečně myslí *drogový úlet*. Číslo v článku se týká USA, ale jev sám, epidurální anestézie, je rozšířený i v našich porodnicích. I u nás se rodičkám vnucuje názor, že medikalizované porodnictví léčí a uklidňuje.

„Kolem dvou milionů amerických rodiček si každý rok nechá aplikovat epidurální anestézii. Jinými slovy, nechá si ji šlehnout. Ve většině případů jsou informovány o vedlejších příznacích spíše jiných přípravků proti bolesti. Ve většině případů je právě EA drogovým tripem současné generace. Právě tak jako drogoví dealeri, i anesteziologové se snaží nedívat se rodičkám do očí, a pokud necítí absolutní poslušnost a souhlas, raději odchází z porodního sálu. Rodičky si EA navíc nechávají aplikovat ze stejného důvodu jako drogami posedlá mládež v 70. letech minulého století – protože to tak dělaly jejich kamarádky.

V západních zemích použilo EA kolem 50 – 70% rodiček, protože se bojí bolesti. Když se ale doví o možných vedlejších účincích a rizicích, požádá o ni jen polovina z původního počtu žen. Jiným slovy, starší a informovanější rodičky, které chtějí kontrolovat svůj porod a být při něm bdělé, více důvěřují vlastní schopnosti bolest snést.

Typická dávka epidurální anestézie je kombinací dvou silných opiátů: fentanylu a bupivakainu. Fentanyl je 80x silnější (a také má víc vedlejších následků) než morfiu. Bupivakain může způsobit cukání úst, motání hlavy, rozostřené vidění, depresi, ztrátu vědomí, dýchací potíže atd. Způsobil také několik úmrtí na srdeční zástavu, protože se anesteziolog místo do příslušné oblasti u páteře trefil do žíly.

Lékaři dnes považují EA za nejbezpečnější a nejefektivnější lék proti porodním bolestem. Jsme si vědomi, že si necháváme (někým docela cizím) do těla píchnout drogu, o které také víme, že se nedá srovnávat s možnostmi těla, hypnózy nebo psychické síly podpory ostatních, což jsou tři možnosti, jak bojovat s bolestí bez nebezpečí.“

Tolik část článku. Bolest je velmi individuální a zdravé ženy, které důvěřují svému tělu a prožily psychicky obohacující šťastné těhotenství, se jí vůbec nemusejí bát. Porodní bolest, nebo lépe řečeno námaha, může být totiž slastná (asi tak jako milování). Není-li tělo rodičky stresováno lékaři a prostředím, vyprodukuje obrovské množství hormonů, které vedou až k orgasmickým zážitkům. Ty rodičku přirozeně energeticky, ale i lidsky a duchovně velmi posílí, takže se pár hodin po porodu může zvednout a odejít po takovémto *ambulantním* porodu domů

I některé české ženy z vlastní zkušenosti vědí, že epidurální anestézie brání dostatečnému otevření porodních cest, což až 3x zvyšuje pravděpodobnost císařského řezu. Navíc rodička těsně před podáním epidurálu podepisuje formulář s podrobným výpisem možných rizik, za která nemocnice neponese zodpovědnost, což ji ještě více vystresuje.

Je to zdánlivě bludný kruh: čím víc porodníci těhotnou většinou zbytečnými vyšetřeními vystraší, takže ji přesvědčí, že její tělo není dost silné a schopné porodit bez jejich pomoci, tím větší je riziko, že stažené tělo rodičky a porod prostě budou bolet. Co kdyby se ale porodníci soustředili na prevenci a osvětu, aby rodičky rodily uvolněně, v intimitě, šťastně, a (na)učili ženy několika jednoduchým cvikům a trikům, aby k bolestem vůbec nedocházelo?

Vystresovaná rodička má stažené psoasové svaly, které spojují stehenní svaly se svaly břišní dutiny a procházejí za dělohou. Tím

se stahuje i pánevní svalstvo, děťátko přicházející na svět pak v děloze nemá moc místa, nenasměruje se správně a při průchodu porodními cestami tlačí na psoasové svaly. A protože v této oblasti je řada nervových spojení, porod bolí. V této souvislosti připomínám Dr. Terence Dowlinga, který nechá rodičku projít se, a pokud podle chůze zjistí, že psoasové svaly jsou staženy, položí ji na postel, několikrát jí pomůže skrčit nohy, příslušné svaly tak snadno uvolní, a hle, porod je rázem snadný a téměř bezbolestný.

Co naznačuji? Že porodníci zaměňují symptom za příčinu a léčí nemoci a komplikace, místo aby byli v záloze a nechali ženu a její tělo zrodit nový život. Právě odcizené porody a zasahování lékařů do přirozeného průběhu porodu způsobují, že celý složitý hormonální systém je přerušen, porod se zastaví, nastoupí operatér a císařský řez je pak skutečnou záchranou. Jenže to vše je až důsledkem předchozí ignorance porodníků.

Judy Cohainová, autorka citovaného článku o epidurálních tripech, připomíná, že zatímco v 70. letech na injekční předávkování podobnými opiáty „proti bolesti“ zemřela celá řada tehdejších velkých osobností (za všechny Janis Joplinová a Jim Morrison), dnes, přestože jsme si vědomi nebezpečí, si miliony žen nechávají dobrovolně, a navíc ještě někým neznámým, injekčně píchat podobné a silnější „drogy“. Celá současná generace se tak vydala na epidurální trip... a ta další, protože děti se to v děloze naučí od matky, bude na těchto opiátech zase o něco závislejší.

Gender proti přirozenosti

Až příliš často, když narazím na články některých žen, které „vyučují“ genderová studia (v tomto případě na FSS MU v Brně), se mi otevírá v kapse kudla lítosti. A tak musím reagovat i na článek jedné takové odbornice nazvaný „*Proti přirozenosti*“.
378. číslo časopisu *Nový prostor*, který prodávají sociálně i jinak handicapovaní prodejci, měl totiž jako ústřední téma *Kojení*. Kromě celkem rozumných článků tam byla i tato perla:

„Nepozorovaně se nám do české kotliny vkradla ideologie přirozenosti. Na všechno má jedinou odpověď: hlavně přirozeně. A tak se, milé matky, zajímejte o bylinky pro děti a maminky, Bachovy květové esence v těhotenství, při porodu, v šestinedělí a po něm, o domácí léčbu běžných potíží kojenců atd. Hlavně žádné nepřirozené zásahy, píše autorka. Její (z kontextu vytržené informace a) motivace vyjdou najevo vzápětí: Jako by jediné, o co jde, byl přirozený porod a následná přirozená péče o dítě... Mělo by jít ale o volbu. O volbu těhotné ženy, jakým způsobem chce rodit.“

Nevěříte svým očím? *Bojuje se tu o právo ženy nechat si dítě porodit císařem, se všemi z toho vyplývajícími zdravotními i psychickými poškozeními dítěte i jí samotné? Čtème dále úvahy autorky na téma kojení: „Kojené dítě si údajně vyvine lepší imunitu, vyhne se alergiím, kardiovaskulárním onemocněním a rakovině. Získá prý emoční vyrovnanost a vyšší inteligenci...Kdyby kojení mělo tak dalekosáhlé důsledky, musela by být generace nás, Husákových dětí, které vyrůstaly v jeslích a na sunaru, generací hloupých nemocných deprivantů.“*

Bezděčný a zcela jistě nechtěný úder na hlavičku selského rozumu: ono to totiž přesně tak je (a jede v tom příznačně i autorka). Podívejme se kolem sebe, jak vypadá současná

společnost, a vzpomeňme na běžně známá prvenství Čechů v rakovině tlustého střeva, depresích, pití piva, kouření dívek, korupci... ano, na tohle všechno je zaděláno nepřírozeným, tedy obvyklým medicínským, ne-přírozeným pojetím porodů.

Generová intelektuálka v závěru svého zamyšlení nevyhnutelně sklouzne zpátky k ideologickým termínům: *„Přírozenost má své dvojče, a tím je tradice. Ta se u nás pojí s rodinou, kde žena rodí a vychovává děti, a rolí muže je ekonomické zabezpečení. Je to právě utkvělá představa „tradiční rodiny“, která diskriminuje ženy na každém kroku – ve škole, v práci i v soukromí. Tradice a přírozenost oktrojovaly ženám jediný možný způsob života, ve kterém měly jedinou volbu – realizovat se především jako matky.“*

Od dob totality jsem nečetl tak dogmatický a zvrácený článek, zvláště od ženy. Popletená jabka s hruškama, vůz zapřažený před koně, ideologií odkapávající termíny... Autorka končí příznačně apelem: *„Dnes jsou to v Česku právě vzdělané a inteligentní ženy, které horují pro přírozenost a zavlékají se tak zpátky do tradičního a přírodního ženského údělu a navalují na svá bedra stodvacetiprocentní zodpovědnost za zdraví a štěstí dítěte. S takovým nákladem nemohou nesehat. Proto se, milé ženy, zamysleme: jde nám o přírozenost, nebo o volbu?“*

Tyhle aktivní intelektuálky s klapkami genderu na očích dělají vskutku medvědí službu ženám jako celku. Naštěstí ženy, které porodí, kojí a vychovávají děti „přírozeně“, tedy bez zásahů lékařů, jsou následně i přírozeně moudré a ženské, a nad genderovými kecy jen mávnou rukou: jsou totiž v roli matek šťastné a neměnily by, mateřstvím naplnily své evoluční a (provokativně si neodpustím to slovo) genderové poslání. Rád obhájím v jakékoliv diskusi, že být bitevní genderovou aktivistkou a psát články kritizující „přírozenost“ přírozených porodů nebo kojení je proti přírozenosti ženy jako takové.

Ideální vztahy

Skutečně ideální vztahy lidí k době, sobě a ostatním mohou být, jsou a budou možné jen mezi lidmi duchovními, anebo těmi, kteří se potkávají na cestě za duchovností. Každý, kdo někdy zažil společný zpěv manter, už je na Cestě, přičemž nejde o to, kam až dojde: každá pozitivní vize, každých pár promeditovaných minut, každá chvíle strávená se zvuky tibetské mísy, každý úsměv, každá soucitná a přející myšlenka se počítá: jen tohle jsou ty „cihly“, ze kterých se dlouhodobě dají vybudovat ideální vztahy.

Píši Vám proto, že jsem se trochu zarazil, jak popisujete zacházení s tibetskými mísami. Sám si na ně totiž doma moc rád hraju, mám zatím dvě a pořídil si je v době, kdy jsme s manželkou procházeli náročným obdobím. Stavěli jsme dům a stavitel nám z nedostavěné stavby utekl i s penězi. Bydleli jsme tedy nějakou dobu v hotelu a má žena se jednoho dne ráno vzbudila a řekla, že chce tibetské mísy. Když jsme je pak v neútluném cizím hotelovém pokoji rozezněli, nestačili jsme se divit. Zhruba po dvaceti minutách tichého bimbání jsme přestali a jen naslouchali a usmívali se. Od té doby vím, že mísy fungují, a zkouším je používat i na břicho, na čakrách, svých i manželčiných. Po přečtení Vašeho článku nevím, jestli se snad nedopouštím nějaké chyby. S nadšením sleduji Váš pořad Hudba jinak, mám DVD s Vaším koncertem v kostele u Martina a byli jsme na Vaší přednášce o porodech na Pernštýně. Vaše kniha Tajné dějiny hudby mi doslova změnila život, jsem absolventem pražské konzervatoře, vystudoval jsem violoncello a po přečtení Tajných dějin jsem získal pocit, že přece jen existuje i Hudba, při které je možné se uvolnit. V současné době učím na konzervatoři hudební software a počítače vůbec a přemýšlím o tom, jak vytvořit osnovy pro nový předmět, který by vycházel z Vaší knihy, pokud dovolíte. Ale - jak říká profesor Matulka ve filmu Cesta do hlubin studákovy duše – nemám ještě všechno prostudováno!:)

Nicméně na otázku jak používat zvuk jako lék vlastně odpovídáte ve svém článku (že je třeba mít vyčištěnou a přijatou minulost, emoce, vztahy atd.), což nevím, jestli je tak úplně bezvýhradně možné pro neosvíceného člověka. Ale snažím se na tom pracovat.

Jen je třeba nepodléhat momentálním náladám, ze slovníku mysli zcela vymýt negativní pojmenovávání a z psychiky vyházet všechny běžné pochybnosti typu *ještě nejsem připraven*. I na samotném začátku Cesty může člověk vykonat spoustu dobra, ba právě naopak, ty stále hlubinnější pokusy něco pozitivně změnit, i když jaksi „za pochodu“, jsou vlastně jedinou metodou, jak někam dojít. Budu-li čekat, až budu připraven, nebo pochybovat předem o zdaru výpravy, buď vůbec nevykročím, nebo nedojdu. Rovný, správný, autentický vztah k hudbě nebo k hudebnímu nástroji je také jedním z aspektů, který se počítá, a pisatelovo odhodlání je zárukou, že nastoupený směr cesty je správný. Zaslouží také dík za odvalu, s jakou se dokázal vyhrabat z pasti jménem soudobá vážná hudba a její interpretace.

Shodně jsem se při "jedenáctkových" ranních meditacích opírala o hluboké vzpomínky na dokonale plynoucí chvíle, napsala jiná pravidelná čtenářka, a shodně se mi často vybavovaly obrazy jako z filmu "Nádherná zelená"; právě to setkávání lidí, partnerská komunikace, vzájemné pomáhání (a neodmítání pomoci), tvůrčí a radostné okamžiky spolupráce a snaha po vědění a žití věděného byly mojí vizí. S opatrností k vlastním přáním naprosto souhlasím... Myslím, že hodně lidem pomohlo přečíst si Tvůj názor (hned po jeho uveřejnění jsem jej předávala dál, týž den i na své besedě o Podzimu a Koktejlech, které dýcháme), protože si sami neuměli udělat svůj, mnozí váhali, zda se připojit a jak na ten nápad reagovat, ale takhle jsi jim pomohl najít Střed a smysl, a potvrdit tak intuici v sobě... Taky praktické rady (posílala jsem odkazy i těm, kteří Tě pravidelně nečtou) byly hodně dobře načasované a srozumitelné...

Aktivní terapeutka (a také bylinářka, kuchařka a organizátorka setkávání s tibetskými mísami a zpěvem manter) přidala vlastní komentář i k jednomu článku a zcela jistě napomůže i těm, kteří jej četli, pochopit hlouběji. Takže: díky za každou zpětnou vazbu, každou otázku, každou možnost pochopit.

Ovšem skvostem o pocukrovaných rychlokvaškách jsem se přímo rozsvítila. Celé roky říkám lidem, že exotické metody nejde jen tak šupem nějakým seminářem nebo přečtením jedné knihy našroubovat do českých hlav. Sama jsem vždy z toho exotického guláše zatím vyšla tak, že jsem si ve svém nitru zachovala stabilitu. To potřebné a použitelné si „přeložím“ do svých, ryze českých srozumitelných parametrů, a cizokrajné názvosloví se mnohdy náhle stává vlastně jen přebarvením týchž základních pravd a pravidel, které vždy stojí jako bytelný fundament v nohách naprosto každé kulturní tradice. Roky tvrdím cestujícím exohledačům, že jejich úkol je ZDE, v našem kraji, v jejich rodišti. Kdyby měli svůj životní úkol plnit jinde (třeba v Indii, Tibetu či Peru), asi by se tam také narodili, ale když se vrodili sem, je jasné, že taky tady asi mají co do činění. Znáám řadu lidí, kterým se zdá být naše lokalita malá a kteří utíkají „za lepším“, prý aby nasáli jinak vonící duchovnost místo české „zaprděnosti“. A přitom tady jejich úkoly mnohdy leží ladem; zatímco ve svých myslích se toulají někde v jiném časoprostoru a jiném Já, zatímco zde svá aktuální témata neřeší a nechávají zahnívat, prostě od nich a tím i od sebe a svých životů utíkají, protože je to mnohem pohodlnější než na sobě pracovat. Nevšimli si, že ona "zaprděnost" ale pochází právě od nás všech, co kolem sebe šíříme to, co v sobě neseme.

Ano. Jedině takto se vytváří a udržují nepředpojaté, tolerantní a inspirativní vztahy.

Jak jsem dokázala zůstat ženou

Když se v rozhovorech o ženách, které jakoby zbarbínovatěly, dostaneme na téma „*kdeže jsou ty nezkažené*“, musím po pravdě konstatovat, že osobně znám pouze čtyři. Mám na mysli skutečné Ženy, které se nemaškarádí, jsou přirozené a tolerantní, nesoutěživé, navíc se smějí vtipům i o ženách, nečtou strakaté časopisy, a přestože jsou sebevědomé a ve svých oborech vynikají (protože jsou svědomité, koncentrované a inteligentní), dokázaly zůstat ryze ženské. Oněch čtyř známých jsem se záměrně zeptal, jak se dokázaly stát a zůstat Ženou. Odpověděla mi jedna z nich, ale náhodou jsem ve stejné době narazil na internetu na výpověď jedné blogerky:

„Jsem žena v klimakteriu. Moc se o tom nemluví, ale není to žádná sranda. Chování mého šílícího organismu mě zaskočilo, protože do mě doktoři přes třicet let cpali horem dolem různé hormonální preparáty, aby moje reprodukční ústrojí vytrhli z netečnosti a donutili ho alespoň k náznaku funkčnosti. Což, viděno zpětně, bylo zřejmě dost nerozumné počínání, kterému jsem učinila přítrž tím, že jsem prostě veškeré substituční a jiné pilulky přestala brát. Čekala jsem hladký a víceméně bleskový skluz do post-menstruační nirvány, ale ouha, veškeré systémy se vymkly kontrole. Podle čínské medicíny trpí žena nepříjemnými symptomy klimakteria tak dlouho, dokud se nesmíří s tím, že stárne, říká mi akupunkturistka, kterou jsem vyhledala před necelým rokem, abych zkusila zase nějak poskládat rozložené složky méj osobnosti bez chemické intervence.“

Tahle žena tuší, že veškeré její potíže jsou psychosomatického rázu a navíc i důsledek třiceti let užívání hormonálních preparátů. Jenže, a při dnešním vzývání kultu mládí se není co divit, není stále smířena se stářím a mužsky *bojuje*. Podobně a marně bojují stovky žen za početí, které by zcela jistě přišlo hned poté, co by svůj úděl přijaly (rozuměj: přestaly bojovat). V případě citované

blogerky mě samozřejmě napadá i úvaha, jak se na ní a jejím těle projeví příliš a zbytečně medikalizované porody. A není to samozřejmě jen problém Česka, čerstvá čísla jsou hrozivá: v Evropě se pomocí císařských řezů rodí 30% dětí, v Itálii, odkud ta zpráva pochází, 40 - 60%, a v Brazílii 80%! WHO „doporučuje“ hranici 15%!

A teď tedy, jak odpověděla má v Londýně žijící známá na můj dotaz, jak se dokázala stát Ženou:

Největší vliv na mě mělo asi to, že jsem žila a vyrůstala v mužském světě – s otcem. Ten ženský a dnes bohužel feministický vzor jsem neměla. Přirozeně jsem se naučila lépe číst mužské reakce a rozumět mužům víc (jejich slova nejenže znamenají něco jiného, než mi jako ženě zní, ale rozumím i tomu nevyslovenému, a následným skutkům... dokázala jsem z tváře otce vyčíst víc, než mi mohl vysvětlit slovy. Víím, že to zní jako paradox – žena v mužském světě, a právě proto je víc ženou. Ale je to tak, tak jsem to na sobě a v sobě vypožorovala. Proto si myslím, že každá žena by měla mít šanci vystřízlivět z toho feministického blbnutí a žít v mužském světě bez vlivu zblbnutých kamarádek. Po čase jsem totiž přišla na to, že tahle zblbnutá mysl a náhledné zblbnuté chování není k ničemu dobré, že ženám spíše překáží. A třeba by se naučily rozeznat a zapamatovat si ten ohromný rozdíl mezi ženskou přirozeností a naučenými nesmysly feministického světa. Můj mužský vzor byl tedy naplněný, já jsem přirozeně doplnila ten ženský (bez vlivu naježených žen) a starala se o otce, o domácnost, o sebe. Dalším faktorem, který mi umožnil stát se a zůstat ženou, byla zvědavost, měla jsem vždy ráda výzvy, nesnesu nespravedlivost, byla jsem a jsem vytrvalá, mám ráda moudré učitele a odjakživa jsem milovala zpívání, protože to zpracovává a uspořádává emoce.

S menstruací jsem to měla netradičně, vysvětlili nám ve škole, že na nás už přichází čas, odkdy budeme pravidelně krvácet

v měsíčních intervalech do konce života (do přechodu). Několik děvčat se rozplakalo a některé jsme se ptaly – to musíme? Ted' se nad tím usmívám, ale poprvé jsem taky nevěděla, co se sebou. Rychle jsem si ale zvykla (byla jsem zvědavá, co se to se mnou děje) a neobtěžovalo mě to. Cítila jsem se naopak výjimečná. Mít své dny bylo ženské tajemství, tehdy jsme byly samy sebou a bez dlouhého vysvětlování jsme si rozuměly navzájem. Byl to náš ženský čas. Podobně vůbec nemám strach z přechodu (jen když do té doby budu mít kopec dětí, abych je mohla naučit, co jsem se v životě naučila já). Mám na přechod i svůj plán: ráda bych pak adoptovala (osvojila si) další děti. Mám pocit, že tehdy už budu mnohem zkušenější a vyrovnanější a budu už mít řadu otázek zodpovězených, abych ty odpovědi mohla předávat dál. Už ted' se těším...

Ženy by zkrátka byly zdravější a mnohem spokojenější, kdyby v pubertě slavily první menstruaci a všechna období svých životů by dokázaly brát jako rovnocenná, tedy i přechod a stáří. Cesta je to celoživotní, a je-li na samém počátku narušena, třeba přehnaným a dívčími časopisy zmanipulovaným očekáváním malé barbíny, která se jako čert kříže od puberty bojí nejen akné, ale i menstruace, těhotenství, porodu a kojení, pak logicky vede k tomu, že bude žena „zaskočena chováním svého šílícího organismu“. To mladé ženě z Londýna, která je už teď Ženou, její plány zcela jistě vyjdou. A když ne tak, tak jinak.

Jak to bývá se ženou, kterou muž nebijе

Tahle mexická pohádka je tak trochu zrcadlem, i když možná jen pro pokročilé a skutečné ženy, které dokážou nebrat její poselství osobně a zamyslí se nad hlubšími souvislostmi. Třeba nad tím, čím se některé ženy staly (díky luxusu, ve kterém, přes všechny ty hromady věcí, které si kupují, šťastné nejsou).

Kdysi jednomu muži zemřela náhle žena a on propadl velkému smutku a neustále ji oplakával. „Kde jsi, ženo moje milá? Kde jsi, ženo má?“ Den ze dne byl smutnější a stýskalo se mu čím dál tím víc, taky proto, že teď musel chodit po sousedech a tu si vyprosit kousek kukuřičné placky, tam trochu jiného jídla. Jednou v noci se ten chudák vypravil k hrobu své ženy, vrhl se na zem a hlasitě plakal a vyčítal: „Ach, ženo má, proč jsi mě tady nechala samotného?“ Najednou na něj padl stín a v měsíčním svitu se před ním zjevila jakási postava. „Proč tak hořce pláčeš, co se ti stalo?“ ptal se přízrak nebožáka. Muž se vylekal, ale pak se vzchopil a povídá. „Zemřela mi žena a pláču proto, že je mi samotnému smutno, a rád bych ji ještě jednou viděl.“ A tu mu přízrak řekl: „Nu dobře, zavedu tě k ní. Indián se ocitl pod zemí v panství boha smrti. „Chceš-li vidět svou ženu,“ povídá mu bůh smrti, „jdi k řece. Tam na břehu najdeš koně a toho koně mi přiveď.“ Muž se vypravil hledat řeku. Našel ji rychle, ale koně tam neviděl. Všude byly jen samé ženy, které praly prádlo nebo si myly vlasy. Vrátil se tedy k bohu smrti a přiznal se, že koně nepotkal, na břehu viděl jen samé ženy. Tu mu bůh smrti poručil: „Jdi znovu na břeh řeky, a každé ženy se zeptej, jestli není kobylou. Ta, která ti odpoví, že ano, je tvoje žena. Jak se jí na to zeptáš, promění se v koně a ty ho ke mně sem přiveď.“ Tak se indián znovu vypravil k řece a vykonal vše podle příkazů boha smrti. Mnoha ženám položil otázku, zda nejsou kobylami, a teprve po hodně chvíli u jedné z nich uspěl. Sotva se jí zeptal, hned se proměnila v koně. Indián vzal stuhu, kterou nosila jeho žena ve

vlasech, ovázal ji koni kolem šíje a pak ho vedl k bohu smrti. Mezitím mu kuň vyprávěl: „Ano, jsem tvoje žena a každý den prožívám ve dvou podobách, lidské a koňské.“ Došli k velké jámě, z níž šlehaly obrovské plameny, a žena pokračovala: „V ženské podobě se chodím koupat do řeky a mýt si vlasy, v podobě koňské tahám dřevo pro tento oheň, do kterého mě bůh smrti pokaždé uvrhne, abych trpěla. A to strašné utrpení je mi souzeno proto, že jsi mne nebil, když jsem ještě žila na zemi.“

Drsné, že? Ale pokud budeme číst mezi řádky, dovedeme slovo „biti“ vnímat i jako překážky na Cestě, kterými rosteme a které rozvíjejí náš skrytý potenciál. Luxus a přemíra věcí ještě nikdy nikoho na duchovní cestu a k trvalému pocitu spokojenosti nepřivedly. Možná se nám v hlavě vybaví i další pohádka, tentokrát už z našeho prostředí, která vypráví jiný, nicméně přesto v hlubším smyslu slova stejný příběh o ženě mužíka, který vylovil zlatou rybkou a za příslib tří splněných přání ji opět hodil zpátky do moře: čím víc žena měla, tím víc chtěla, a nakonec neměla nic. A do třetice notoricky známý příběh o pyšné princezně, která navršila míru svých chtění a rozmarů požadavkem, aby jí princ zavázal střevíček.

Dnes už víme, že zamění-li se „být“ za „mít“, pak jsou důsledky fatální jak pro ženy, tak pro muže. Mimochodem, dočetl jsem *Totem vlka*, román odehrávající se v 70. letech minulého století na čínských stepích u hranic s Mongolskem. Nelze v něm neobdivovat statečné, silné muže, ale také inspirující, nepoddajné, houževnaté, ale zároveň pokorné pastevecké ženy, které by nikdy ani nenapadlo chtít po svých manželech modré z nebe, království, císařství či papežství, natož aby seskočili z koně a zavázali jim střevíček.

Protože jsou tyto myšlenky věnovány především ženám, budu se věnovat přednostně jejich problémům plynoucím z rozmazlenosti, byť podobné se týkají i mužů. V dnešní ženě totiž navíc

probublává stále hlubší rozpor mezi evolučně danými rytmy (menstruačními, těhotenskými, poporodními a kojícími) na jedné, a současným, společností a až hysterickou formou feminismu vtisknutým programem mužského stylu výchovy, výuky, studia, konkurence, soutěživosti a kariéry na druhé rovině. Ta, která s tím vším přirozeným, rozuměj přírodním, a dnes také občas překážejícím a iracionálně nevyhovujícím tělem (a svou luxusní nespokojeností) „bojuje“, nakonec vždy prohraje.

Abychom si rozuměli: nenavádím k fyzickému bití... Pomohu si příběhem ze života: když jsem před několika lety psal o rychlokvašených emancipovaných estradiolkách, napsalo mi několik mužů, kterým utekly (i od malých dětí) jejich *emancipované* ženy. Byli totiž, ti manželé, velmi hodní i v krizi. Jeden bohatý podnikatel ale své manželství zachránil rázným gestem: nechal si v bance připravit milion do kuffíku, který pak otevřel na stole a své věčně nespokojené ženě řekl: *Dobrá, jdi si, ale v tom případě ti přestanu sponzorovat všechny tvé koníčky a boty a kožichy... anebo se vzpamatuj a srovnej si své priority. Zítř ráno tě chci zpátky doma u dětí, skromnou a milou, jaká jsi bývala. A neutekla mu.*

Naznačuji, že nespokojenkám by mnohdy stačilo vzdát snahu o vnucené závodění, které nakonec prohrají oba, a znovu se vrátit ke svému původnímu ženství... Je-li žena mladá, má ještě šanci orgasmicky porodit, začít o sebe pečovat, ale nezapomínat při tom na ostatní včetně své rodiny, a objevit tak v sobě původní dokonalou a spokojenou a tedy i šťastnou a zdravou (a chválící) Ženu delfínku.

Ještě *bonding*

Vzhledem k závažnosti tématu se ještě jednou vracím k *bondingu* několika dalšími souvislostmi. Především jde o to, že v porodnicích dodnes rutinně a zbytečně odebírají děti rodičkám. Ty pak, protože nejsou první minuty a hodiny na těle či v náručí matky, jsou na celý další život omezeny v řadě bohužel nezměřitelných disciplín. Všude kolem, a nejen v našem státě, vidíme následky.

Jinými slovy, *bonding* je jen jedna z mnoha podmínek šťastného, zdravého a optimálního vývoje budoucího člověka, který se pak zvědavě a hravě nebojí novinek, proher nebo respektu k druhým. A pokud je rodička předem informovaná, co všechno se může odebráním jejího dítěte hned po porodu natrvalo v dalším životě pokazit, anebo ještě lépe, pokud je informována, jak jsou společně strávené první minuty nového života křehké, ale že vše řeší právě automatický pocit bezpečí, tepla a měkka na těle matky, zcela jistě si dítě, třeba i s pomocí manžela nebo duly, odebrat nenechá. A *bonding* nebude něco, co je občas a vzácně doporučováno, ale naopak přirozená součást zázraku zvaného porod.

Již před více než čtyřiceti lety zjistil dnes legendární etolog Konrad Lorenz (jehož knihu *Takzvané zlo* jsem jako hlídač v Národní galerii celé noci na psacím stroji opisoval v osmnácti průklepech), že když se vylíhnou housátka a jako první živou věc uvidí ne svou matku husu, ale třeba právě Konráda Lorenze, začnou za ním chodit jako za mámou. Tohle vtisknutí prvního vjemu natrvalo ovlivní další život housátek a termín *imprinting* se ujal nejen v oblasti výzkumu chování zvířat. Stejně tak sledujeme v přírodopisných filmech běžné scény, jak si tučňák či ovečka nespletou své mládě mezi tisíci dalšími.

Dnes (opět) víme, že i v mateřství hraje jednu ze základních rolí čich. Člověk má tento smysl vyvinutější, než jsme běžně ochotni připustit, a matky v tomto ohledu vynikají. Evoluce se přece musela postarat, aby rodička zvládla tak náročný úkol, jakým je péče o dítě v donedávna často velmi krutých podmínkách. I lidská matka dokáže rozlišit své děťátko od cizích novorozenců pouhým čichem, pokud ovšem miminko hned po porodu neodnesou, aby si „odpočinula“. Mozková centra zpracovávající čichové vjemy jsou totiž napojena na amygdalu, v níž se navíc rodí spokojenost nebo strach. Porod přehodí pomyslnou výhybku mezi těmito centry a způsobí zásadní změnu ve vnímání pachu dítěte. Bezdětným ženám nejdou pachy dítěte dvakrát pod nos, zato matky ho vnímají jako příjemný. Ženy, které mají své děti od porodu a v prvních měsících po něm neustále u sebe, jsou pak po celý další život schopny rozeznat své jednotlivé děti „po čichu“. Navíc to znamená, že jim jejich děti „voní“ i v pubertě a ve všem, co pak dělají.

„Jak podstatné to všechno krásné a důstojné po porodu bylo, počínaje tím, že si jako nějaké divoké zvíře pamatuji vůni svých dětí po narození, poznám, že jsou blízko mě i ve tmě podle této vůně a kdykoli s nimi usínám, opíjím se touto vůní, která se od porodu nezměnila a vždy mi připomene okamžik, kdy jsme se spatřili poprvé, znovu a znovu prožiji okamžik zamilování do mateřství,“ napsala mi jedna šťastná a moudrá maminka.

Podobné změny prodělávají i zraková centra. Matka, které děťátko přiloží na břicho nebo prsa tak, aby mohl co nejdříve nastat oční kontakt, který v těle matky spustí další hormonový koktail, si vstřípí do paměti tvář svého dítěte tak pevně jako máloco jiného. Čichové a zrakové vjemy přispívají k vytvoření silné citové vazby mezi matkou a dítětem, ale jen pokud je porod přirozený, nepřerušovaný zbytečnými lékařskými zásahy a pokud má dítě možnost trávit první minuty života na těle matky: vše zařídí bezpečí a láska.

Rodičky dnes sice předem řeší všechny možné zásahy, ale zcela opomínají to nejdůležitější: naprosto důvěřovat (nepřekážet) svému tělu a nenechat si jakkoliv narušit posvátné okamžiky zrození nového života. Důsledky zná většina z nás – skoro všichni jsme byli porozeni traumaticky, oddělení od matky, vystaveni archetypálnímu ohrožení. A víme z praxe, že všechny další emoce a postoje už jsou „ušpiněny“ tou první a zásadní negativní zkušeností.

Bonding a první minuty a hodiny po porodu (ale již i početí a celé těhotenství) startují a určují všechno ostatní a jsou daleko důležitější, než tušíme. Pokud to s lidstvem dobře dopadne, budou si jiní odborníci za pár desítek let při četbě současných učebnic porodnictví tlučit na čelo: jak mohli být lidi tenkrát tak nevíšmaví a zabeďnění?

Kde se bere zlo?

Tahle otázka trápila a trápí mnohé dávné i současné myslitele. Naposledy se stala hlavním tématem rozhovoru se slavným sociologem Zygmuntem Baumanem pro víkendovou přílohu LN. Bauman zahájil svou úvahu nad příčinami zla takto: „*Jako mladý jsem si myslel, že zlo pochází z třídního rozdělení. Pak komunisté třídy zrušili, a zlo vesele existovalo dál.*“ Pak si myslel, že zlo pochází z absence demokracie. Dobrá, máme demokracii, ale zlo vidíme všude kolem sebe. Nakonec přiznal, že na tuto otázku nikdy nenašel odpověď. Pokusím se tedy teď vyjádřit svůj názor formou otevřeného dopisu věhlasnému sociologovi:

Vážený pane Baumane, zaujalo mne vaše přiznání, že jste při hledání příčin zla nikdy neuspěl. Pokaždé, když jste vložil naděje do nějaké změny ve společnosti, ukázalo se, že jste se mylil, a tvrdíte o sobě, že jste tedy v tomto ohledu zkrachovanec. Přitom jste již na počátku spisovatelské dráhy byl kousíček od správného směru: deníky vaší ženy Janiny z pobytu ve varšavském ghettu za války vás tehdy inspirovaly jejím tvrzením, že „*obludné věci nedělají obludy. Kdyby je dělaly, bylo by snadné ty obludy posbírat a zavřít. Skutečná tragédie spočívá v tom, že zvěrstva páchají za určitých situací obyčejní slušní lidé.*“

Propagátor přirozených porodů Francouz Frederic Leboyer to již před lety vyjádřil přesně: „*Je těžko možné představit si děsivější vstup do života, než je ten, který porodnictví připravilo několika posledním generacím.*“ Spolu s ním a některými prenatalními psychology, jako jsou Peter Fedor-Freybergh, Thomas Verny nebo Stanislav Grof, nebo porodníky, jako jsou Marsden Wagner nebo Michel Odent, tvrdím, že hlavní příčinou naprosté většiny zla v současném světě je již nejméně stoletá „tradice“ medikalizovaných porodů dětí v nemocnicích. Ty totiž i přes varování Světové zdravotnické organizace vedou k pozdějším psychickým poruchám, niterným nejistotám a úzkostem. Proti nim

pak především muži vymýšlejí různé formy obrany: masku bojovníka, moc úředníka, absolutní moc diktátora, lži a korupci politika.

Pomohu si metaforou: zatímco počítače, mobilní telefony a dokonce i automobily vyrábíme v podmínkách přísné čistoty, porodnice a školy jsou továrnami na poškozené výrobky. Hrubě řečeno – neviditelně, leč celoživotně poškození devianti pak špinavými mozky vymýšlejí a páchají špinavosti. Již mnoho let je známo, že převažující množství kriminálních činů páchá velmi malé procento stále stejných lidí. A že naprostá většina z nich byla *nechtěná* nebo traumaticky porozená nebo odložená do kojeneckých ústavů. Vždyť i většina diktátorů všech dob byla v raném dětství týrána. Jsou to skutečně „obludy“ ve smyslu výroku vaší ženy, které páchají většinu zla na světě. V jistém smyslu by bylo velmi snadné je posbírat, separovat a léčit, ještě lepší by ale bylo pokusit se preventivně zabránit jejich poškození.

Fedor-Freybergh napsal: *„Kdyby se nám podařilo zajistit, aby byly děti milovány a chtěny od samého počátku těhotenství, a optimalizovat prenatální a perinatální stadia života bez narušení základních potřeb, bez agrese a psychotoxických vlivů, výsledkem by byla společnost bez agrese a násilí. Což navíc úzce souvisí i s další hrozbou současného lidstva: děloha je prvním ekologickým prostředím, a jak se k dítěti chováme, když je v děloze, tak se pak ono bude chovat ke svému prostředí v dospělosti.“* Jinými slovy, nechtěný a navíc pak zákonitě špatně porozený chlapeček, separovaný od matky, se bude cítit ohrožený a nejistý po celý zbytek života. A bude si zákonitě hledat náhradní formy uvolnění: agrese, násilí, nikotin, alkohol, partu, politickou stranu nebo peníze, za které si koupí pocit moci.

V prvních vteřinách a minutách našeho života mozek většiny z nás, kteří jsme přišli na svět při medikalizovaném porodu, zjistil, že svět je studené, oslepující, hlučné, nepřátelské a život

ohrožující místo – a podle toho se zařídil. Ukazuje se, píše Robert Pollack, že „*v mozku těch nejmenších dětí je úschovna nevědomých vzpomínek shromážděných v době, kdy jejich vědomí nebylo než změtí ruchů a šumů. Výsledkem je hluboký pocit strachu a zlosti. Na těchto základních emocích se pak dále budují ty stále složitější. Když prožíváme pocit nenávisti ke komusi mocnému, nebo neopětovanou lásku, znovu prožíváme své nejprvotnější pocity.*“ Zjednodušeně řečeno, základní operační systém včetně emocí je u většiny lidí nastaven na hodnotu „negativní“. Člověk je pak většinou neustále a nevědomě stažený, čeká útok, ohrožení. Celý život pak v něm vnější události budou rezonančně vyvolávat právě tyhle nejhlubší emoční záznamy, které pak, aniž s tím může cokoli dělat, ovlivní i všechny jeho současné a budoucí postoje.

Vážený pane Baumann, ověřte si, prosím, vše, co naznačuji. Kontaktujte ty, které jsem uvedl, pokuste se dát dohromady aktivní nadšence – nepředpojaté lékaře, filozofy a myslitele – a vahou své osobnosti pomozte nastartovat změnu nejen v porodnictví. Mohl byste třeba nasměrovat ty superbohaté k tomu, aby kromě podpory postižených dětí a lidí začali podporovat i prevenci vedoucí k porození dětí zdravých, nepostižených. Stačilo by těhotné ženy informovat o tom, co se děje v našich nemocnicích, kde stále považují těhotenství za nemoc a porod za její (operativní) léčbu, a kde jsou skutečné příčiny utrpení a zla.

Je třeba koncentrovat se na to, co jediné má smysl a je řešením a odpovědí na naši společnou a celoživotní otázku po původu zla: změníme-li způsob, jakým rodíme děti, změníme i svět a systém. Osobně jsem připraven kdykoliv kamkoliv přijet a vést konstruktivní diskusi vedoucí k pochopení, odkud se bere zlo, a tedy i jak se ho zbavit.

Když už i Yoko Ono

Koncem roku 2003 jsem zveřejnil článek snažící se napravit poněkud pošramocenou pověst japonské výtvarnice, fotografky, mecenášky a vdovy po Johnu Lennonovi, Yoko Ono. O rok později ho pak přetiskly internetové *Pozitivní noviny* a tamtéž se objevil i letos u příležitosti vzpomínek na Lennonovu zeď. Svůj článek uvádím i zde, protože poznámky, jaké se o Yoko Ono objevily ve zvláštním čísle časopisu Reflex, svědčí o tom, že ani dnes není pochopena (jako žena) a doceněna (jako výtvarnice):

Při vernisáži svých prací 10. prosince 2003 promluvila v Muzeu Kampa k davu shromážděných Pražanů díky Beatles a Johnu Lennonovi velmi proslavená výtvarnice Yoko Ono. Pod Stromem přání (každý si mohl připravenou tužkou na připravený papírek s provázkem napsat své přání a to pověsit na smrček) vyprávěla o tom, jak by si každý člověk na světě měl několikrát denně udělat radost. Jejími slovy: nechte své srdce tančit. Třeba tím, že se podíváte na nebe. A když jste tak na dně, že si nemůžete udělat radost, udělejte radost někomu jinému. Je to velmi jednoduché. Třeba zavolejte své matce. A když si tak budete dělat radost, za tři měsíce se vám naprosto změní život.

Vida, říkal jsem si v duchu, a žena se na mne obrátila s rozzářenýma očima, jestli jsem to taky slyšel, protože to ode mne slychá již hezky dlouho a na každé přednášce. Když už i Yoko Ono, říkal jsem si, tak snad i ostatní lidi uvěří a začnou to taky dělat, ne jen si chodit poslechnout, jak o tom hovoří osobnosti (posledně to byl dalajlama). Potěšila mě, Yoko jedna. Opravdu vypadala a působila jako šťastná žena. Mluvila taky o tom, že když si ve dvaceti letech zkoušela představit, jaké to bude, až jí bude sedmdesát, myslela, že se jich vůbec ani nedožije. A teď jí je sedmdesát, a je to docela jiné, než by si kdy uměla představit: je šťastná, zdravá a cítí se líp než ve dvaceti.

Co se týče výtvarného přínosu Yoko Ono světovému umění, nemohu se zbavit pocitu, že je to právě tak, jak jsem to cítil v 70. a 80. letech minulého století v oblasti folku: kdyby Kryl, Mišík či Nohavica zpívali anglicky a žili v New Yorku, byli by světově proslulí a bohatí. Kdyby Mainer, Kokolia, Kafka, ale také Štembera, Miler, Ruller a další výtvarníci žili v New Yorku, byli by světově proslulí a možná i bohatí a jejich přínos světovému výtvarnému umění by byl uznáván a obdivován nesrovnatelně víc, než je uznáván a obdivován dnes. Naznačuji, že Yoko je pro mne především žena a inspirátorka, a až poté konceptualistka, zpěvačka či umělkyně. A mimochodem, ty stromečky přání jsou odjakživa před každým šintoistickým, ale i buddhistickým chrámem v Japonsku.

Přesto, nebo právě proto, že jsem v 70. letech také dost nelibě poslouchal ječení Yoko Ono na deskách Johna Lennona, vždy jsem ji uznával. Když ji obdivuje a miluje Lennon, tak v ní přece musí být daleko víc než jen to ječení, říkal jsem si. Málokdo asi zná větu, která jasně objasňuje a naznačuje její ženskou hloubku, do které se John tehdy propadl, a která zní: „*Na Hitlera by mi stačilo šest dnů.*“

Tenhle citát jsem používal celé roky na přednáškách a seminářích vždy, když jsem chtěl naznačit, jakou mají nad námi muži ženy moc, jen kdyby si jí byly vědomy. Velmi často jsem pak musel sáhodlouze vysvětlovat, co jsem tím, že jsem Yoko citoval, myslel, a pak co tím myslela Yoko. Doufám, že teď už to vysvětlovat nemusím.

Yoko Ono v Praze, to je zázrak, šeptaly si davy. Ano, souhlasím, ale zároveň podotýkám, že takové zázraky se dějí denně, když se člověk nenechá pomýlit a ve svém vývoji zpomalit hmotou a negacemi. Já si to vyřešil v průběhu normalizace, když jsem v Praze či Bratislavě (a v Drážďanech a Varšavě) na různých jazzových festivalech mohl postupně osobně mluvit se svými

bubenickými, hudebními a duchovními idoly a vzory, počínaje Billy Cobhamem, Barre Phillipsem, Keith Jarrettem, swami Mukundou, Ramou Maniovou a konče Chrisem Cutlerem a dalšími. Hned po roce 1989 pak postupně do Prahy přijeli Zakir Hussain, Frank Zappa, Gary Zukav, Ralph Metzner, Rianne Eislerová, Marilyn Fergusonová, Joscelyn Godwin, Thich Nhat Hahn, Ram Dass, Rupert Sheldrake, Jill Purceová a další a další.

Yoko Ono v Praze, ve starém parku na ostrově Kampa, je zázrak, ano, ale právě takovým uskutečnitelným a zázračnějším zázrakem by bylo, kdyby „jejich“ Pražané ty zázračné osobnosti (mám teď na mysli dalajlamu a Yoko Ono) poslechli a začali se usmívat a dělat si radost, a za tři měsíce se tak stali naprosto jinými a šťastnými bytostmi.

K pozvánce na vernisáž byla připevněna v 60. letech tak proslulá připínací placka s nápisem Imagine Peace. Jak prosté: co se asi udá ve vašem mozku, když si budete pět minut denně představovat mír? Váš mozek, vaše tělo, vaše okolí bude těch pět minut v klidu a míru. Vaše tělo se přizpůsobí, váš mozek vybuduje nová propojení a vy si nebudete muset mír představovat, vy jím a v něm budete žít.

Když to (tedy sebe) zvládla Yoko Ono se všemi těmi miliony dolarů, proč byste to nezvládli vy, kteří se o bankovní výnosy a jiné typické problémy bohatých starat vůbec nemusíte? Když už i Yoko Ono...

Konstelační guláš

Za těch více jak třicet let, co se zajímám o nejrůznější metody směřující k poznání sebe sama, mám na některé, teď třeba rodinné konstelace, poněkud vyhraněný názor: nevěřím jim. Ani lektorům, ani metodám. Připadají mi jako další „západní“ módní terapie, a že jsme jich už zažili, a kde že jen všechny dnes jsou?

Při vší úctě k několika zkušeným lektorům a k původně zcela jistě dobrým úmyslům otce zakladatele mám z těch, se kterými jsem přišel do styku, pocit lehkomyšlné naivity v jakýsi univerzálně a na všechny potíže platný princip drama-terapie. Zacházejí s lidskými dušemi a osudy jako s žongléřskými míčky. Seminář skončí, všichni se rozjedou domů... a rodiny účastníků a účastnic překvapeně zírají, kdo se jim to vrátil. Rozbujelá a jedním dvěma semináři oglejtovaná ega lektorek a lektorů, a rozjitřená, reklamou a zážitkem zmanipulovaná ega českých žen si lehkomyšlně zahrávají s lidskými dušemi jako pětileté dítě s nabroušeným řeznickým nožem. Že přeháním? A co když ne?

Zatímco starší a skutečné duchovní kultury mají své šamany (lektory), kteří mají za sebou roky výcviku staletými ověřenými postupy, nesnesitelně snadná manipulativnost rodinných konstelací sice na první pohled vypadá jako něco zvládnutého, ale je to jen z nouze ctnost. Současní lektoři třetí či čtvrté kategorie v naprosté většině netuší, s čím a jak si zahrávají: jsou to Rumburaci duší. Že přeháním? A co když ne?

V rodinných konstelacích se lámou virtuální pouta pokrytecké výchovy neukojených konzumních tužeb a z nich pramenících nespojeností... a vypadá to jako úspěch... jen kdyby to šlo do hloubky, a nejen na scéně konstelací. Tak jako čeští herci hrají v divadlech a filmech nádherné charaktery, ale v životě se jimi nestávají, tak při konstelacích účastníci „hrají“ a přehrávají role,

něco si začínají, ale je to jen hra. Ego si klidně zahraje na milenku nebo oběť či týranou holčičku, ale stále je to jen iluze a konstrukt ega. Levá mozková hemisféra a emoce se snaží „pohnout“ duši. Že přeháním? A co když ne?

Souhlasím s názorem manžela jedné takové „oběti“: je otázka, do jaké míry jsou všechny ty spekulace přínosem pro osobní vývoj jedince, nebo jestli jsou spíše dalším těžkým nákladem a zátěží. Vím o ženách, které byly několikrát na konstelacích, a vždy řešily to, co je nebolelo. Skutečně hlubinné problémy na sebe prostě neprozradily. Psal jsem si se dvěma protagonisty rodinných konstelací v Česku, a jejich odpovědi byly povrchní, abstraktní, mimo mísu.

Západní *supermarketová mentalita* (termín lamy Thubtenu Ješe) vyžaduje rychlá a snadná řešení (celoživotní trauma vyřešeno za víkend). Duchovní, v tomto případě konstelační guláš, je ovšem zase jen a jen guláš, a ne duševní transformace. Ostatně znáte někoho, kdo dosáhl osvícení snědením guláše, nebo účastí na víkendu rodinných konstelací odvrátil rozvod a rázem vyměnil rodinnou atmosféru? Misionář, kněz a katolík dal do hrnce psychodrama (Moreno), rodinné struktury (Satirová) a hypnoterapii, vlastní zkušenosti z války, vše dlouze považil, experimentoval na jiných, napsal knihy a dočkal se: je slavný a dnes žáci jeho žáků posilují svá ega režírováním obnažených emocí těch, kteří si s nimi neví rady. Že přeháním? A co když ne?

Tak jako jsou zábavné a mnohé sportovní pořady v televizi jen vatou mezi tím hlavním, čili vysíláním placených reklam, tak možná jsou systemické konstelace prostý kšeft s lidskými problémy. A zaplatíte-li dost, stanete se lektorem či lektorkou. A dle zásady současného kapitalismu je třeba využít konjunktury, dokud trvá: už máme konstelace nejen rodinné, ale i firemní, dětské, individuální, koučinkové... no nekupte to. Že přeháním? A co když ne?

Wikipedie a internet nabízí horu informací o jednotlivých druzích konstelací i o Bertu Hellingerovi a dalších lektorech. Jenže jen podle ovoce poznáte stromů rajských: znám osobně i z doslechu celou řadu rodin, rozpadlých právě poté, co jeden z jejích členů prošel konstelacemi. V tomto smyslu se, alespoň pro mne, při vši úctě k poctivým lektorům, kteří pracují jako terapeuti delší dobu, konstelace neliší od víkendových seminářů typu *Bohyní sexu za víkend* a stávají se lukrativním módním gulášem. Za víkend vám vytunelují duši (přečtěte si nějaký ten článek o kognitivní disonanci), a pak vás, o pár tisíc korun a litr slz chudší a lehčí, pozvou na další... anebo vymačkané vyhodí na smetiště dějin. A zorganizují další seminář. Že přeháním? A co když ne?

Kontaminace (nejen konstelací)

Tak jako jsou palačinky usmažené milující maminkou ke zblajznutí, protože jsou nasáklé láskou, jakkoliv nezměřitelnou, právě tak jsou dětmi i dospělými jídla ve školních a závodních jídelnách houfně odmítána, protože jsou kontaminovaná negativním myšlením a nesoustředěností nespokojených a často i aktivně našťvaných kuchařek. Podobně je maso celé hodiny na jatkách trápených zvířat plné nejen umělých hormonů, ale i všech možných stresorů, které pak kontaminují těla a následně i mysl strávníků.

Jako jsou některé učitelky tak plné lásky, že je děti celý život milují, a plní i jejich podvědomá přání, jsou myslí těch, které učí z povinnosti a odříkávají látku s myšlenkou na to, jak jsou ti spratci nezvladatelní a aby už mohly do důchodu, i přes masky profesionálního úsměvu kontaminované, a pomalu, ale jistě kontaminují i mysl svých žáků.

Stejně i český bubeník, který celé hodiny bubnuje v rámci indiánského rituálu a netuší, jak moc kromě zvládnuté techniky a výdrže záleží na vnitřním klidu a uvolněnosti jeho mysli, nevědomky způsobí, že je výsledný „pocit“ účastníků kontaminován jeho chvilkovou a posléze celkovou nepozorností a blouděním mysli (po holkách a vdolkách). Podobný je i výsledný dojem z koncertu, na kterém snaživý český hráč doprovází indického sítáristu na tampuru a jeho mysl je stejně jako jeho hra kontaminována nesoustředěnou pýchou, s jakou sleduje, zda ho všichni, které pozval, vidí.

A na stejném principu je kontaminována i mysl seminářové bohyně či konstelační psycholožky, a to jak jejím předchozím marným hledáním pohádkového či hollywoodského štěstí, tak

veskrze logickým a ženskou intuitivní mysl popírajícím západním „psychologickým“ vzděláním.

Stejně tak je mysl lháře kontaminována chaotickými víry energií a on se může marně tisíckrát utěšovat, že na jeho lži nikdo nepřišel. Ve skutečnosti na to především jeho vlastní mysl nikdy nezapomene, v databázi emocí je lež do smrti, a žádný reset nebo defragmentace, natožpak jeden konstelační víkend, nepomůžou. Skutečně pomůže jen dlouhodobá, trpělivá, neuspěchaná pozitivní práce na sobě samém.

Tak jako je podvědomá část mysli Henryho Marshalla, jednoho z nejlepších západních zpěváků indických manter, přes mnohá desetiletí cvičení jógy a zpíváním manter pod vedením indického guru přece jen kontaminována prvními třiceti pěti lety života amerického hochy z malého města a později psychiatra, tedy všemi jeho tehdejšími prohrami, křivdami a pokrytectvím prudérní americké společnosti, tak je i mysl Berta Hellingera kontaminována jeho životem kněze, misionáře, terapeuta, a až na sklonku života autora „nové“ terapie, systemických konstelací.

V okamžicích intuitivního rozhodování se drobné, většinou potlačené energetické nečistoty nemohou neprojevit a nenarušit ideál doteku s duchem kolektivní mysli. A platí to o to víc v případě českých rychlokvašek, mladých, a proto lidsky samozřejmě velmi nezkušených Hellingerových žáků a studentek, jejichž intuitivní pokyny či zásahy do průběhu konstelací nemohou být ideálně křišťálové. Naopak: je v nich rizikově daleko více manipulace a pózy, než by bylo záhodno.

Účastníci a účastnice systemických konstelací jsou pak kontaminováni jak všemi předchozími fóbiemi a vztahovými problémy, tak i dlouhodobě neřešenými emocemi, a v případě lektorek i nesnesitelně naivní suverenitou, s jakou hned po prvních lekcích začínají konstelace vést.... a to vše si všichni

vzájemně předávají. To, jak to nakonec dopadne, je daleko více výsledkem náhodných procesů než cílenou, ověřenou a vyzkoušenou terapií.

Ještě jinak: když tibetský mnich tři měsíce deset hodin denně medituje v klášteře na nejrůznější abstraktní symboly mandaly soucitu, jeho mozek je pak nově propojen a on je přímo praktickým ztělesněním skutečného, nejen proklamativního a teoretického soucitu. Když systemický konstelátor celé roky řeší problémy a zášť a je přitom oklopen životem plným spěchu a negativit a krizí, co asi jeho mozek trénuje a posiluje?

Proto také je předpoklad jakési ideální hellingerovské intuitivně dosažitelné *Spirit Mind* a nekritická víra v ni spíše přáním než dosažitelnou a ideální realitou. Všichni jsme kontaminováni vším, co jsme zažili, a v téhle pokrytecké společnosti to většinou byly, od traumatických porodů až po drezurní výchovy, věci a jevy negativní. Často náhodným výběrem informací z databáze našich hard disků, navíc namočených do nevyřešených emocí, kontaminujeme vše, co děláme, a všechny, na které působíme... a měli bychom si toho být vědomi.

Proto je i Bert Hellinger kontaminovaný a kontaminující, a o to víc jsou kontaminováni jeho žáci a následovníci. Konstelačními a emočními nečistotami neposkvrněná systemická konstelátorka typu Devy Premal se ještě nenarodila. Možná jsou systemické konstelace i pro Čechy a Češky použitelnou metodou, ale až tak za dvacet let: zatím je na ně i právě kvůli všeobecné kontaminaci jak tím minule ideologickým, tak tím současným konzumním materialismem, příliš brzy.

Krásné, mladé, osamělé

O vztazích mužů a žen už ani psát nemusím. Média jsou dnes už plná článků, jako je ten, který se pokusím okomentovat.

Je jich spousta. Jsou mladé, elegantní, úspěšné, bez partnera. Tuto vrstvu dam k osamění odsoudily jejich vysoké nároky, mužská pohodlnost, či raději nesoulad mužských a ženských rolí. „Nevíte, jak se to stalo. Nevíte ani, kde ho hledat. Kamarádi vám nabízejí často už jen zoufalce, alkoholiky či jedince patologicky závislé na matce. A vy sama netušíte, kde normální svobodní muži vašeho věku vlastně jsou,“ popisuje své životní překvapení nedobrovolně single slečny šarmantní paní doktorka.

Zatímco ženy v jiných demokratických zemích „podléhaly“ vlivu médií a tlaku módy postupně, české ženy po desetiletích pouhého snění a listování v katalogu Neckermann najednou mohou „chtít mít“ všechno. Většina jich ale neumí hezké věci jen obdivovat, ony je musí mít, jinak prý nejsou šťastné.

„Mám pocit, že je nás čím dál víc. Nevím přesně, proč jsme samy. Nechceme se vázat? Máme moc přesnou představu o tom, koho chceme, a nikdo nám nevyhovuje? Jsme zvyklé na single život a nechceme partnera na úkor svého pohodlí?“ reflektuje vlastní pocity budoucí ekonomka Lenka (24), toho času studující v Kodani.

Nemohu si pomoci, ale ženy, než aby posilovaly své ženské „zbraně“, přebírají způsoby mužské. Žena, která rezignuje na evolučně danou specializaci péče o ty druhé a místo toho začíná pečovat a starat se jen sama o sebe, prohrává své životní štěstí a poslání. Mohou si za to ženy samy? Z jistého pohledu bezpochyby. Nastavily si laťku, kterou málokdo přeskočí.

„Jak dobýváte stále více životních met (kariéra, peníze, bydlení, realizace cestovatelských snů atd.), sledujete řadu troskotajících vztahů ve svém okolí a ujasňujete si tak více a více, co byste chtěly a co nikoli... Svou náročností, neochotou ke kompromisům či slevování ze svých požadavků, a tím, kým jste se během single období svého života staly, se však vaše atraktivita v očích vašich případných protějšků snižuje,“ snaží se problém definovat Lenka.

Za to ale muži nemohou. Naopak, ženy by si měly uvědomit, že nespokojeností se svými vlastními těly a obličejí a strachem z porodu a mateřství (budu mít vytahaná břicha s jizvami a pokleslá prsa po kojení) si samy pod sebou podřezávají pomyslnou větev. Zapomínají pracovat na tom, aby přijímaly s láskou samy sebe takové, jaké jsou. Jen tak se totiž z nich ve zralém věku mohou stát nejen muži tolik ceněné a obdivované vlídné a usměvavé babičky z pohádek, moudré kořenářky, léčitelky a šamanky, nebo, v moderním věku, přirozené psycholožky a moudrostí a životní zkušeností oplývající rádkyně.

„Zatímco ženským čtením trafiky přetékaají, ty pánské se počítají v jednotkách. Hlavní rozdíl však není v množství, ale v tónu. Většina holčičího čtení je plná návodu na „sebezlepšení“, zatímco pánské popisují zábavu. Snad nejvýstižnější je slogan jednoho z nich: Maxim – nejlepší zábava pro muže od vynálezu ženy... Čtenářka Elle, Cosmopolitanu či Harper’s Bazaar se svým způsobem neustále vzdělává, po přečtení každého čísla bude ještě více šik, bude umět lépe skloubit profesní a soukromý život, bude rozhodně lepší milenka, výkonnější profesionálka a odbornice na mezilidské vztahy. A samozřejmě bude i lépe pečovat o svou pleť, vlasy, zdraví a rozvíjet své kulinářské a hostitelské schopnosti.“

Mnohé dámy se v sociálních a vztahových oblastech života vzdělávají většinou už jen z ženských časopisů a reklam, přičemž v naprosté většině nepracují s nejnovějšími informacemi z oblasti psychologie, sociologie či genetiky. Jinak by se učily pracovat i

s faktem, že jejich mozek, přece jen jinak strukturovaný než mužský, se mimo jiné nejméně třikrát za život – v pubertě, v těhotenství a po přechodu – hormonálně přestaví. Jsou pak ke svým partnerům často nespravedlivé: je to jako by hruška vyčítala jablku, že je schválně jiné. Muž skutečně nevidí vlas na umyvadle nebo máslo v lednici přímo před svýma očima, zato ale zahlédne jelena na obzoru, protože jeho vidění je díky evoluci tunelové.

„Bohužel, mužům stačí odmala jedna jediná dovednost, aby jakžtakž spokojeně proklouzli životem: kopat do míče, bušit do klávesnice, programovat či mlátit krumpáčem. Kluci na všechno kašlou. Stejně jim nakonec spadne do klína všechno, co potřebují, tak proč by se snažili?“ říká hořce a rezignovaně osmatřicetiletá Katka. „Chlapi se starají mnohem méně než ženy – o zevnějšek, potomstvo, zdraví, což dokazuje i třeba statisticky průkazná nižší frekvence preventivních prohlídek u lékaře.“

Co se týká péče o zevnějšek, otázkou je, jestli ženy, poslušné příkazů svého časopisu, kadeřníka, lékaře, dermatologa a gynekologa, nesedly na lep dobrému byznysu: současný medicínsko-farmaceutický průmyslový komplex vydělává víc než průmysl naftařský, zbrojní nebo drogový. Možná jsou muži vůči negativnímu vlivu reklamy a touhy po konzumaci, třeba i proto, že jejich mozek je výrazně dominantní v levé racionální hemisféře, daleko odolnější. Mnohým ženám, snažícím se dostat nároků diktovaných časopisy, zřejmě také nedošlo, jak jsou ty fotografie krásných souměrných žen bez jediného mateřského znaménka a bez jediné pihy lživé, protože na každé modelce celé hodiny pracuje tým vizážistů, kadeřníků a maskérek a na výsledné fotografii ještě hodně dlouho počítačový grafik.

„Stará kultura (která zachovává v rozdělení rolí i jistou mocenskou hierarchizaci) je ve střetu s novým světovým pořádkem, který je založen na plné rovnosti partnerství. Nekompatibilita rolí a krize mužské identity mají už zjevné

důsledky: nespokojené, nešťastné ženy, které navíc často tráví mnoho času s „osudovými“ ženatými muži (a už tak málo četná manželství dostávají další rány). Muži utíkají do regrese a tento infantilní postoj se logicky projevuje i jinde než jen v partnerských vztazích.“

Mnohé ženy si vybírají muže, jak jim velí filmy a časopisy: tedy špatně. Hledají je tak, že nejprve vypočítávají, co vyžadují, místo aby se pochlubily tím, co mohou nabídnout ony. Naprogramovány hollywoodskými pohádkami a vybičovány strakatými časopisy a televizními reklamami chtějí v doporučené a glorifikované náročnosti všechno: jenže mutant vzhledu blondáťeho modrookého miliardáře, jehož koníčkem jsou domácí práce, neexistuje a nikdy existovat nebude.

Co dodat? Nezbyvá než si postesknout jak nad zbytečnými urážkami mých čtenářek po celé ty roky, kdy o vztazích mužů a žen píší a hovořím, tak nad zbytečností všeho toho dohadování ve stylu kdo s koho. Výše uvedené řádky jasně dokazují, že na každý „ženský argument“ lze namítnout jiný „mužský“ a že debata vychází směšně pro obě strany. Stačilo by uvědomit si, že většina problémů mezi muži a ženami je důsledkem sémantických nedorozumění.

Vážené krásné, mladé, ale osamělé, nemohu se zbavit dojmu, že příliš často a zbytečně podléháte od mužů převzaté detailní kritice. Mužsky míříte a útočíte, místo toho, abyste dělaly to, co tak báječně umíte: žensky hladit a přijímat. Jak na to? Někdy úplně jednoduše stačí při pohledu na konkrétního muže říct a uvědomit si: ten je tak krásně jinej... a začít nacházet, oceňovat a chválit jeho kladné a unikátní vlastnosti.

Kupovala by Whiskas

Kreslené vtipy jsem pravidelně sledoval a jednu dobu i vystříhoval a sbíral od 60. let minulého století, protože dokonale, mimo dopad cenzury a různých tabu, vystihovaly přímo, bez okecávání a vysvětlování podstatu problémů. Jistě, často nebyly mezinárodně srozumitelné (Japonec, Brit či Maďar se některým českým vtipům nezasmějí, ani kdybyste je kopli do zadku), zato pro Čechy byly dokonalým lakmusovým papírkem testujícím politickou, sociální a hlavně mezilidskou náladu společnosti. Stálíci nad stálíce jsou dodnes ty od Vladimíra Jiráka.

Upozornění autora a ministra zdravotnictví: text je náročný na toleranci a pozornost zvláště při prvním čtení. Některé věty navíc mohou způsobit dočasnou emoční rozpolcenost.

Aniž bych chtěl urážet, v posledních sedmi letech jsem, se vši úctou a pochopením k jejich údělu, *naladěn* na vtipy o ženách. Tedy na ty, které si dělají srandu z feministických, genderových, vztahových a jiných dogmat a iluzí, stejně jako z pramalé schopnosti mnohých žen nebrat se zase až tak vážně. Nicméně nejsem si teď jist, zda jsem někdy již něco z toho, o čem chci pojednat dnes, nezveřejnil, a tak, pokud se budu opakovat, prosím o toleranci.

Na jedné své přednášce jsem veřejně převyprávěl právě z tohoto hlediska velmi peprné vtipy: tam na místě se většinově ženský dav z plných hrdel zasmál. Chcete příklad? *Kde má žena G bod?* Odpověď: *Na konci slova shopping...* Poslední dobou už podobné vtipy nevyprávím, protože mi k vystižení téhle smutně humorné situace stačí citát jednoho současného ruského matematika: „*Nejhorší je, že i ty ženy, které už jsou šťastné, se s tím nespokojí...*“ Zevšeobecňuje zklamání mužů, naočkovaných krásnou literaturou a sladkobolnými zamilovanými příběhy. I já

jsem jako študent s rudýma ušima čítával všechny slavné romány a snil o Ženě... než jsem zjistil, že najít ji není vůbec jednoduché.

Na jednu stranu jsme my muži podlehlí vlastní iluzi středověkých rytířů a trubadúrů, již ale mnozí z nás nedokážou dostat, jiní jsou zase při své naivitě některými ženami zneužíváni. Na druhou stranu jak muži, tak ženy neustále pilně zalévají kytičky vzájemného nedorozumění (přičemž ale dnes už ty správné informace o sobě i těch druhých máme). To je pak prapříčinou většiny zdravotních a vztahových potíží žen, stejně jako dokonalého popletení nás mužů, kteří si naříkáme, co nám to (a sobě) ženy dělají. Rozpor mezi tím, o čem ženy a muži sní, a tím, jak se pak ve skutečnosti (za)chovají, je až tragický.

Ač jsem začal vtipem, je mi z toho velmi smutno. Je mi smutno ze zbytečného utrpení ve vztazích mezi muži a ženami, ze studentek přivydělávajících si na studium prostitucí, z naivně slepého porodnictví, z osudu seminářových rychlokašek. Mohli bychom přitom úspěšně hledat a pak dlouhá léta téměř uctívat archetyp ženství v každé ženě a právě tak archetyp mužství v každém muži. Je mi smutno vždy, když zaslechnu nějaký ten peprný vtip nebo zahlédnu Jiránkovu ukazovací ženu-kočku, která by kupovala whiskas... Víím, po pár tisíciletích let patriarchátu je naivní a příliš pozdě zkoušet něco změnit obecně, ale na individuální rovině tu je vždycky možnost pochopení a následné změny k lepšímu.

A kdo v téhle tak zbytečně bitvě pohlaví vítězí? Jiránkův vtip naznačuje, že prohrávají jak oba dva, tak lidstvo jako takové. A není pro mě smutnějšího pohledu než na ženu, která se s nesnesitelnou snadností nechá „ukecat“ reklamou, lékařem, odborníkem, porodníkem a stává se do svých a mužských věcí nemluvící „kočkou“, závislou jen na výši mužova konta nebo zrovna nejpropagovanějších granulích...

Maškaráda (ženství)

Samozřejmě že každého autora potěší, když se k němu, kromě odmítavých stanovisek, občas dostane i potvrzení toho, co delší dobu, většinou proti proudu všeobecného povědomí, píše a tvrdí. Máloco mne ale tak intelektuálně nazvedlo, v tom pozitivním, tak v negativním slova smyslu, jako zamyšlení psychoanalytika Jana Sterna „*Proč jsou dnešní dívky tak nesnesitelné?*“ Snad jeho razantní tvrzení a mé naznačování vyzvou k přemýšlení a alternativnímu pohledu i nějakou čtenářku jakéhokoliv věku.

„V mém životě se mi stala podivná věc. Přestaly mne vzrušovat mladé dívky. Ani vám nevím, kdy se to zlomilo, ale myslím, že vím celkem přesně, že tento zlom souvisel se zlomem epochálních. S tím, jak se dívky nové éry změnily. Změnilo se jejich oblečení, jejich chování, změnila se ženská duše. Chtěl bych prozkoumat, co by to znamenalo, kdyby náhodou tento můj soukromý pocit vůbec soukromým nebyl“, píše psychoanalytik a pokračuje:
„O naši době se často říká, že je krizí muže. Já jsem však přesvědčen, že vidíme před sebou mihotání zcela jiného kulturního dramatu: strašlivé krize ženství, ba že sledujeme na vlastní oči skutečnou smrt ženství.“

Hm. Takto odvážně a syrově jsem se to zatím neodvážil napsat, i když jsem o tom občas, v bezpečí mužské nebo chápavé ženské společnosti, hovořil.

„Již roku 1929 zformulovala psychoanalytička Joan Rivierová, že to, co povětšinou považujeme za ženství, je jen maskou, přetvářkou, maškarádou,“ píše Stern. Vzpomínám, jak se tvářily mé posluchačky kabonily již počátkem 80. let minulého století, kdy jsem konstatoval, že *„doba je vymknutá z kloubů a šílí: dnes si ženy, aby byly víc ženské, vycpávají ramena!“* Ke zmíněné

maškarádě stačí namátkou připomenout umělé řasy, výrazné oční stíny, podprsenky pushupky, líčení obličejů a lži módních časopisů, ve kterých z jakkoliv nesymetrické a pihovaté ženy udělají vizážistky a fotografové za dvě hodiny superstar.

Stern dále psychoanalyticky rozebírá: „*S Jacquesem Lacanem dnes dodejme: falickou maškarádou. Vždyť jste si toho již sami museli mnohdy všimnout a přemýšlet nad tím: proč jsou módní znaky žensství a erotismu tak okatě falické? Kdysi to byly copy či korzet, později vysoké podpatky, špičaté boty, kozačky, obepnuté oblečení, dlouhé nehty, vytrčený jazyk, „štíhlý pas a nadra dmoucí“ (kořen penisu). Ano, to je maškaráda. Ale nikoli maškaráda, jíž se žena přizpůsobuje sociálnímu falickému řádu, ale maškaráda, jíž vychází vstříc své nevědomé fantazii třetí úrovně (být falem aspoň pro muže). Mnohem podstatnější otázku si v této souvislosti položila sama Rivierová: co je za maškarádou? Za fasádou? A odpovídá realisticky: Není tam nic. Žensství samo neexistuje.*“

Přítom celé roky prenatalní psychologové a osvědčení porodníci naznačují (já jsem tím už až protivný), že přirozený, tedy nemedikalizovaný porod může být a je řešením toho všeho: hormony, vyplavené při takovém porodu, zaručí láskyplný vztah nejen k dětem, ale i k sobě, partnerům, společnosti a přírodě. Domorodé společnosti odedávna věděly, že takový porod je pro dívku příležitost zrodit se v Ženu.

Jedna Sternova formulace mne nakonec rozesmála výstižnosti a úderností: „*Jenže co vidíme na oněch slečnách, z nichž se mi v hrůze už ani nepostaví? Vidíme na nich stejné kecky jako na klucích, stejné mikiny, stejné cigarety, stejné sprostoty, stejné pohyby, stejnou agresivitu, ze sluchátek v uších jim zní stejný hard core . Osvobození od maškarády? Ale kdepak! Vidíme jen děsivý proces, kdy maškaráda sestoupila z povrchu přímo do jádra subjektu, dobyla nejintimnější zónu. Dívky se staly maškarózním*

falem uvnitř, pokryly maškarádou samotné „ženské“ Self. Ne, ženství tím nezmizelo ze světa, neboť žádné předtím neexistovalo. “

Takto formulováno to zcela jistě vyprovokuje spoustu žen, které budou tvrdit, že ony takové nejsou, a samozřejmě to není celá pravda, ale jen záměrné vyhocená provokace k další diskuzi. Ale přece jen, co kdyby měl Jan Stern pravdu? Copak jste si vy, které jste vycpané silikonem a citáty z Cosmopolitanů, nevšimly, že čím jste vymóděnější a vyzývavější, tím menší máte pravděpodobnost seznámit se s mužem, který by k vám kompatibilně, na všech úrovních a jak vy samy skutečně někde uvnitř toužíte, pasoval?

Stern to z nadhledu doby vidí ještě tragičtěji: *„Zmizela možnost jeho tvorby, zmizela potencialita alternativy (míněno: ženství). Žena měla být budoucností muže, stala se však jen jeho falickým vězením a její falem zotročené Self to musí chápat jako dobytí odpírané moci – tak lze popsat feministickou tragédii naší doby. “*

V principu souhlasím, protože jsem se donedávna celé roky pohyboval mezi mladými vzdělanými a ambiciózními ženami, které se nakonec, místo aby se staly Ženami, změnilo jako v nějaké psychoanalytické hororové pohádce ve věčně nespokojené a naježené osoby. A musím upřímně podotknout, že dnes osobně znám jen pět či šest skutečných Žen – bylo jich podstatně víc, ale ke škodě nás všech se ostatní tzv. emancipovaly. Chtěly být samy sebou, ale zůstaly samy.

Muž u porodu

„Jak může pomoci, když je muž u porodu? Byl jsem nadšený, když jsem se od Vás dozvěděl, že je důležité, aby muž byl u porodu, ale také mne zaujalo vaše tvrzení, že posledních padesát let, kdy muži nebyli u porodů, negativně ovlivnilo naši společnost. Takže mě zajímá, proč je to důležité?“ zazněla otázka zdravě zvědavého mladého muže.

Tělo ženy je evolucí dovedeno, i co se týká porodu, k absolutní dokonalosti. Ne že bychom se my lidé už evolučně nevyvíjeli, jsme dokonalí na určitém stupni a teď se vyvíjíme v závislosti na našem vnějším prostředí: dnešní děti mají například poněkud jiný mozek, protože jsou přizpůsobené počítačům, zato mají horší čich.

V případě přítomnosti mužů u porodu je dnes ovšem třeba dohnat zameškané a vrátit věci k přirozenosti. Ale je snad jasné, že pokud muž omdlévá při pohledu na pouhou kapku krve, moc své ženě při přivádění děťátka na svět asi nepomůže. Právě takto, poněkud ironicky, odpověděl Michel Odent jedné tazatelce při své přednášce v Praze, jenže jak ona, tak některé další ženy, si to „přeložily“ jako naprosté odmítnutí mužů u porodu.

Nicméně Jean Shinoda Bolenová, velmi známá kalifornská lékařka, gynekoložka, profesorka psychiatrie a nakonec i spisovatelka (*Goddesses in Every Woman, Bohyně v každé ženě*), která odrodila pár desítek dětí, než porodila to svoje, popsala jak výhody naprostého intuitivního odevzdání se tělesným procesům ze strany ženy, rodičky, tak roli partnera: *„Můj muž byl celou dobu se mnou a právě to mi velmi pomohlo: jeho přítomnost mne uklidnila a já se cítila v bezpečí a ne sama.“*

Když je muž u porodu, jeho partnerka tělesně a pak i psychicky reaguje na změny složení feromonů jeho potu. Je to podobné, jako když se potkali poprvé třeba někde na ulici: žena je schopna, aniž to tuší, tedy podvědomě, během tří desetin vteřiny podvědomě, vomeronasálním orgánem v nose, zaregistrovat a pak i v mozku porovnat genetickou kompatibilitu muže (laicky: jestli by spolu mohli mít zdravé děti). A potom ji napadne – hele, ten se mi líbí, nebo, když nejsou kompatibilní – ten je mi protivný. Takže to (pokud ovšem žena nebere hormonální antikoncepci) není zase až taková náhoda, že se zamilovali a vzali. Manželství, to je setkání dvou vesmírů. Ale přestože to dnes tak nevypadá a přestože celé roky popisují zásadní rozdíly mezi nimi, muž a žena se na jemnohmotných a energetických úrovních zároveň doplňují daleko víc, než tušíme.

Porodníci pod falešnou a zástupnou záminkou hygieny vyhnali jiné muže – čerstvé tatínky – z porodnic: samci se vnutili samicím do porodů. Už to je z evolučního hlediska přehmat a chyba. Opakují: když je manžel u porodu, tak kromě psychické a někdy i fyzické podpory jeho feromony pomáhají ženě usnadnit, tedy urychlit porod a udělat jej bezpečnější. Je to logické: její tělo bylo v průběhu těhotenství naladěno na „frekvence“ partnera. Co se stalo, když porodníci muže vyhnali z porodních sálů? V cizím prostředí zářivek a většího počtu cizích lidí, tedy v naprosto jiných podmínkách, než bývalo původní šero, teplo a intimita milionů let vývoje savců a člověka, se rodičky samozřejmě cítily pozorovány a tedy ohroženy... a porod se obvykle zastavil.

Tělo rodičky v takovýchto případech intuitivně *žádá* o pomoc, a pokud se mu dostane zklidňujících feromonů zpoceného otce, který je na stejné vlně (je v jeho zájmu, aby se dítě narodilo dobře), tak se psychika ženy a následně i porod zklidní...vše probíhá hladce, ke spoustě obvyklých komplikací nedojde, protože příroda rodičku v zájmu zachování rodu a předání genů

další generaci vybavila množstvím ochranných mechanismů a procesů.

Z toho vyplývající následné otázky, jestli přítomnost otce u porodu zlepší jeho budoucí vztah k dítěti, a jestli to může být v opačném případě důvod, proč posledních třicet let mají synové, ale stále častěji i dcery spíše horší než dobrý vztah k otcům, jsou logické a opodstatněné. Odpověď v obou případech zní: ano. Samozřejmě, že když je tatínek u porodu, tak je navíc po tomto tak unikátním zážitku na psychické, ale i mozkové úrovni, jiný.

Zatím to neumíme měřit, nicméně muži, kteří přítomnost u porodu své ženy zažili, popisují z hlediska vědy *podivné* (ženské a něžné) situace a stavy. A to je možná námět pro studii nějakého budoucího prenatálního psychologa. Ideální by bylo, kdyby muži, kteří už byli u porodu, potom na kurzech učili: tedy aby ti, kteří už jsou Muži, umožnili jiným mužům naučit se být Muži... třeba tím, že budou svědky a také aktivními spolutvárci zázraku zrození.

Co se týká nápravy, nemůžeme změnit svět tím, že budeme měnit *nedospělé* muže, ale můžeme změnit svět a společnost tím, že změníme vztah žen (a jejich mužů) k porodům a tedy porodnictví. Příští generace synů a mužů už snad nebudou dělat podobné kardinální chyby. V první generaci to ještě nebude fungovat, ale v té druhé a hlavně v té třetí už tu může být svět bez násilí a traumatických porodů.

Západní společnost, která zatím marně léčí důsledky, nikoliv příčiny, si právě v tomto ohledu, tedy tím, že *odmedikalizuje* porody a vrátí je ženám, a v této souvislosti také opět umožní přítomnost mužů u porodů, (po)může napravit nejen pokazenou reputaci, ale snad i genetickou informaci. Shrnuto: na rozdíl od porodníka a anesteziologa manžel k porodu svých dětí přirozeně patří, a jeho domluvená a připravená přítomnost rodiče i budoucím vztahům v rodině velmi pomáhá.

Naše (dětská) traumata

Z hlediska důsledků měla *traumatické* dětství naprostá většina Západanů. Ti nejvytrvalejší se pak úpornou prací na sobě samých z žumpy důsledků chování nepoučitelných a machistických otců, naivních matek a arogantních učitelů a učitelek nějak dostali, ale na rozdíl od asijských hledačů duchovna, kteří došli k čistotě těla a mysli přirozeněji a daleko dřív, si hodně vytrpěli. I „odpad“ těch neúspěšných je mnohonásobně vyšší právě na Západě. Pokusím se naznačit, že i zde udělaly a stále dělají paseku jak výchozí podmínky, tak medikalizované porodnictví.

Jde o základní nastavení způsobu, jakým vnímáme své tělo a jeho reakce. Když se Čech uhodí do prstu při zatloukání skoby do zdi, zařve – většinou sprostě, ale občas i správně, tedy aúúúú: intuitivně ví, že zvuk léčí. Současní klienti různých masážních a terapeutických salónů přijdou s bolestí, ale jakmile ta pomine, ihned se zvednou a odejdou přesvědčení, že už je vše v pořádku. Směřujeme jen k odstranění bolesti a spokojujeme se s živočišnou úrovní očisty psychiky, tedy jen s návratem do původního stavu... a tak nikdy nedojdeme dál než tam, kde jsme byli předtím.

To indiští hudebníci a ostatní hledači sebe sama se do dalšího nácviku dají jen a tehdy, když je nic nebolí. Psychicky vyrovnaný, protože většinou přirozeně porozený Ind nepochybuje o duchovnosti a božské síle či energii, a jeho cesta je vědomě dopředu směřující. Porodem traumatizovaný Západan pochybuje o všem – o sobě, o světě, o autoritách i o metodách cesty k sebepoznání. Zatímco Ind na své Cestě zažívá požehnání, vděk a slast rozšířeného vědomí, a zdraví, Západan vnímá meditaci a jiné duchovní metody, ale hlavně život sám, jako utrpení. A jeho

poškozené a traumaty znečištěné ego mu pak režíruje a barví vše, co vnímá a zažívá.

Zatímco se Zápaďan už jen pokusy o návrat do stavu bez traumat hodně vyčerpá, a spustit se na dno žumpy se vlastně bojí, Ind může na cestě k poznání sebe sama rovnou vesele začít. Zatímco Zápaďan je často schopen maximálně jen nějaké povrchní terapie, nebo hry na pobyt v ašramu, ale ve skutečnosti má z poznání sebe sama strach, Ind se pochybami o sobě hlavně díky přirozenému porodu a bezpodmínečnému přijetí svou rodinou nezabývá.

Proto je cesta Zápaďana k duchovnosti a osvícení tak pracná, a proto na ní nefungují formálně převzaté a navíc špatně přeložené instrukce asijských učitelů. Proto je většina lidí na Západě, kteří se uspěchaně vydají k osvícení většinou jen na základě četby, nakonec neúspěšná: zradí je netrénované tělo a nevyčištěná mysl. Ego navíc snadno zinscenuje další a další iluze mystického zážitku – ale jsou to zase jen výplody mozku, ne metoda a způsob, jak dominantní programy mozku přeprogramovat. Také proto jsou západní terapie spíš módní než efektivní.

Připomínám, že je to právě traumatický porod a přirozenost omezující dětství, jež jsou základní příčinou neúspěšných snah Zápaďanů pochopit sebe sama a transformovat svůj negativní postoj ke světu a životu. V duchovnosti, a nejen v ní, totiž na způsobu startu hodně záleží. Jsou si toho vědomi už i mnozí západní autoři a „buddhisté“, a asi nejsdělněji to vyjádřil anglický terapeut Rob Preece, který po letech práce na sobě došel k následujícímu závěru:

„Hlavní odlišností, která ovlivňuje duchovní praxi na Západě od Východu je – kromě silného důrazu na individualismus – právě vysoká míra neurózy pramenící z dětských traumat. Společenství kolem asijských ašramů a chrámů totiž stále představuje mnohem tradičnější společnost, nepoznamenanou tolik stresem a rodinným

zneužíváním, kdežto v Evropě nebo USA se právě dědictví dětských zranění stává často hlavním vnitřním motivem, proč se vůbec do hledání vyššího přesahu pouštět. Duchovnost se pod jeho vlivem mění v únik, lpění na čistotě v popírání vlastní slabosti, vztah ke guruovi v projekci ideálního otce, služba druhým v patologické naplňování role oběti. Většina našeho utrpení pramení z emočních zranění, zejména z dětství.“

Proto také se jako červená nit i veškerým mým psaním a přednášením vine základní idea: co takhle změnami v porodnictví pozitivně ovlivnit všechno ostatní, včetně možností a způsobů, jakým budou naše děti snadněji a efektivněji směřovat za sebepoznáním a realizací své přirozené duchovnosti?

Ona totiž duchovnost stojí za to: nejen že prokazatelně existuje, ale duchovní člověk je zdravější, šťastnější, soucitnější a ekologičtější. Dálnévýchodní metody fungují... to jen mezi námi a osvícením stojí naše dětská traumata a následné ulpívání ega.

Nehoráznost porodníka

Zatímco porodní asistentky a aktivní maminky snažící se přece jen nějak zlidštit, přesněji zženštit porodnictví, nemohou na nehoráznost článku Michala Krčmáře z pražského Ústavu pro matku a dítě zareagovat, jak se patří, já si to dovolit mohu. Když jsem jeho zprávu, která je na žalobu přinejmenším pro klamavou reklamu, když už ne pro zneužití postavení a šíření poplašné zprávy, četl poprvé, nevěřil jsem vlastními očím a dva dny mě nenapadlo, jak zareagovat – tak nehorázné informace obsahovala. Jako kdyby dr. Mengele uveřejnil počátkem 40. let minulého století článek, ve kterém by Židům nabízel bezpečí koncentračních táborů před případnými pogromy nebo před smrtí stářím.

Ta z kontextu účelově vyňatá informace odborníka zní (čtete pomalu a soustředěně, stejně nepochopíte): *„Jedinou prevencí budoucích problémů se samovolným únikem moči (inkontinencí), se kterým se v pokročilém věku potýkají příslušnice něžného pohlaví, je plánovaný císařský řez. Těhotná žena, která chce родit klasickou cestou, by tak určitě měla vědět, že to má svoje rizika s tím, že některá se mohou objevit i za 20 až 25 let. A to je právě případ inkontinence,“* míní Krčmář.

Zopakuji tu do nebe volající nehoráznost: ***Nastávající matky by měly vědět o všech rizicích, která s sebou klasický způsob, kterým dítě přichází na svět, přináší.*** Když přečtete slovo „klasický“ spíše jako „medikalizovaný“, pak je porodník vlastně docela upřímný. Jenže tak to zcela jistě není. Přestože např. podle Henci Goerové už existují desítky studií prokazujících dlouhou řadu zdravotních ohrožení, vyplývajících z příliš medikalizovaných porodů, Krčmář tento fakt obrací o 180⁰ a vydává systémem způsobený problém za řešení. Tento buď drze

nehorázný, nebo trestuhodně neinformovaný a profesně zaslepený porodník místo přirozeného porodu nabízí operaci. Nevadí mu, že tak připraví ženu i dítě o mnohé, evolucí detailně vyplávané procesy ženského těla a zázraku zrození, a negativně tak ovlivní budoucí život jak rodičky, tak dítěte, a to na mnoha úrovních.

Rádoby odborné vysvětlení je právě tak nehorázné a účelově zaměňuje příčinu za důsledky: *„Inkontinence je každé nechtěné odtékání moči, a to bez ohledu na jeho intenzitu. Tyto obtíže se u žen objevují v důsledku poškození svalů pánevního dna, ke kterému dochází právě v průběhu porodu. Problémy se zadržením moči přitom ženy začínají pociťovat teprve v pozdějším věku. Jak ukázal poslední průzkum agentury Factum Invenio, který byl proveden v první polovině letošního roku, samovolný únik moči ztěžuje v současnosti život zhruba polovině žen ve věku mezi 55 a 65 lety.“*

Jenže pravda je ve skutečnosti taková, že k případnému poškození svalů pánevního dna dochází právě při přerušení přirozeného procesu porodu s následnými lékařskými intervencemi. Naopak platí, že rodí-li žena v klidu a intimitě, čili jen s porodní asistentkou, případně doulou, její uvolněné tělo se přizpůsobí a porod zvládne bez jakékoliv další újmy. Vymknuta z kloubů příčetnosti doba šíří například v oboru plastických operací, tam ale naivní a nepoučené zájemkyně poškozují maximálně své vlastní zdraví. Nehorázná výzva rodit raději císařským řezem než přirozenou cestou ale škodí nakonec nám všem.

„O co se ten expert opírá, když nikdo sto procentně nedělal výzkum toho, kolik z těch žen po 55, které trpí únikem moči, rodilo císařským řezem, kolik z nich rodilo po řízeném tlačení a kolik bez zásahů lékařů, což je zřejmě to nejpodstatnější? Navíc, je to celé tak hloupé, že to fakt stojí za rozbor,“ napsala mi jedna zkušená dula, které jsem článek poslal k okomentování, a dodala: *„Na tomto článku mě nejvíce popuzuje to, že lže. To, že zamlčuje, mě nepřekvapuje, protože ten porodník je prostě obchodník, který*

potřebuje prodat zboží. On ale lže s tím, že je to jediná cesta, lže, protože neuvádí skutečné údaje.“

A tak opět zní hlas volajícího na poušti: Jak dlouho ještě si rodičky nechají zamlčovat skutečná rizika zdaleka ne nezbytné rutinní medikalizace porodů a stresujících lékařských vyšetření? Jak dlouho jim ještě budou nabízeny císařské řezy a epidurální analgezie jako jakýsi nadstandard? Dokud se budoucí maminky nedají dohromady a nebude je na mediálně dobře pokrytých demonstracích před porodnicemi skutečně slyšet (nebo při kojení vidět), nehorázní porodníci budou ve své již rutinní praxi pokračovat: jim se to vyplatí.

To, jak se u nás stále ještě rodí, je totiž nehoráznost, která pomáhá jen navýšit bankovní konta porodníků, anesteziologů a dalších specialistů, kterých je v ČR na počet obyvatel o třetinu víc než v sousedních zemích. Nejhorší na celé věci je fakt, že článek s „krčmářovskou“ argumentací může vyjít dnes, kdy už se ženy v naší části světa nemusí stresovat hladem, nemocemi, válkami nebo bídou, a mohly by, daleko laciněji, ale také zdravěji a bezpečněji, tedy pro celou společnost výhodněji, родit v radosti a štěstí.

Nomen omen

„Ovlivní jméno vlastnosti dítěte? Někteří lidé dnes dávají svým dětem i různá cizí jména nebo dokonce jméno různých bohů (třeba holčička Gaia), jak dítě takové zvláštní nečeské jméno ovlivní,“ zeptal se čtenář, a tak se pokusím o odpověď. Všichni latiníci a vzdělanci určitě vědí, že výraz v nadpisu znamená *„jméno je i znamením“*, takže třeba člověk s velkýma odstálýma ušima se jmenuje Ušatý, nebo, jako v mém případě, Vlastimil miluje svou vlast.

Kdysi si každý domorodý kluk musel své skutečné jméno zasloužit, vybojovat, dnes rodiče hledají v knihách módních jmen. Ale i Harry Potter dobře věděl a Saxana se to musela naučit metodou pokus-omyl, že zaklínadlo se musí vyslovovat správně, jinak to špatně dopadne. Do důlku na čele Golema pasoval jediný šém, soubor v počítači otevře jediné správně napsaný název, ale dnešní babylonské zmatení a posunutí původních významů slov (nedivme se po ptydepe a Orwellovi) devalvovalo smysl pro onomatopoičnost, a původní cit pro souznění jména a vlastností konkrétního dítěte a člověka, se vytratil.

Když staří Indové začali zpívat mantry, věděli velmi dobře, že aby fungovaly, musí být pozitivní. Jinými slovy – aby jejich slova měla pozitivní efekt, musí být i zpívána pozitivně, a to opakovaně. Pět tisíc let před objevem rozpolcenosti lidského mozku, tedy racionální levé a emočně intuitivní pravé mozkové hemisféry, věděli jogíni, jak moc záleží na autentické zvukomalebnosti: slovo *šánti*, zpíváno opakovaně a znamenající „duchovní, niterný klid a mír“, posléze skutečně navodí hluboký klid a mír (nomen omen).

Začalo to v rgvédách zpěvem posvátné slabiky Óm: „*Osoba, která vydávala tento nesmrtelný a nebojácný zvuk, zatímco hloubala o duchovním spojení a podstatě všeho, se sama stala nesmrtelnou a nebojácnou,*“ cituje v rozsáhlé a fakty překypující knize *Velká transformace* Karen Armstrongová. Sanskrt není běžná řeč a podle tvrzení starých guruů jen ozvučuje, dnes bychom řekli – verbalizuje původní kýžené emoce. Podobné je to i v křesťanství – když se v kostelech mše přestaly sloužit v latině, poněkud se vytratila i praktická a architekturou posilovaná duchovnost. A známe to i z pohádek: Honza, který se ničeho a nikoho nebál, dostal jméno Nebojsa, a naopak zlý agresivní král Kazisvět kazil sousedním královstvím mír. Nakonec jistě není náhodou, že v celých 50. a ještě i 60. letech minulého století se v Čechách nepoužívalo křestní jméno Adolf.

Chci naznačit, že křestní jméno dítě skutečně může jak pozitivně, tak ale i negativně, ovlivnit jeho charakterové vlastnosti, ale jen za určitých podmínek. Dnes informovaní učitelé, psychologové a hledači sama sebe vědí, že žáci plní i podvědomá očekávání dospělých: učitelů, a o to víc maminek a tatíneků. Zvláště synové se pak stávají tím, o čem snily jejich maminky, když je kojily a vychovávaly, a co někdy vyjádřily i křestním jménem svého dítěte.

Sní-li maminka o tom, že její syn bude hercem, podvědomě častěji vodí synka kolem Vinohradského nebo jiného divadla, a syn pak v dospělosti bude hercem a principálem (jako Tomáš Töpfer). Chci naznačit, že je to daleko víc právě přání maminek, které z některých jmen udělá jakési instruktivní pokyny, jež pak synové podvědomě vyplní, než že by samo jméno, často navíc diktované módou, cosi v charakteru dítěte ovlivnilo.

Mimochodem, moje matka vždycky chtěla, abych kromě toho, že budu vlastenec, byl povoláním učitel nebo spisovatel. Protože mne po válce učili partyzáni s absolutním nedostatkem

pedagogického vzdělání, natož talentu (byli částeční invalidé, ostatní muži šli do výroby), a protože nás bili a byli nespravedliví, od první třídy jsem věděl, že se nikdy nebudu živit jako učitel. A co dělám posledních třicet let? Učím a píšu knihy...

Pokud tedy rodiče vědomě vyberou jméno, které má stále onu původní, nebo dokonce novou, nezdevalvovanou zvukomalebnost, a pokud zároveň znají a vyznávají jeho původní kladné vlastnosti, pak i například staronové a dnes obnovené jméno Gaia (bohyně planety Země) může dítě přivést k hlubinné ekologii, respektu k přírodě a zázrakům života vůbec daleko pravděpodobněji než jméno Noční bouře.

Obstetrix

Tak se latinsky řekne porodník (anglicky je to *obstetrician*). Sloveso *obstare* znamená zabraňovat něčemu. „*Zabraňovat průšvihu*,“ zdůrazňuje nejstarší česká porodnická autorita, se kterou jsem byl předběžně pozván diskutovat o porodech v tzv. Debatním klubu. V dobré, leč neinformované víře mne pozvala parta nadšenců debatovat s doyenem českého porodnictví (začal studovat medicínu v roce 1948), autorem knih jako *Od babictví k porodnictví* či nejnověji *Porodnické operace* (2007).

Tušil jsem marnost, protože při vši úctě k jeho šedinám a zkušenostem jsem předpokládal, že tento starý pán se mnou diskutovat nebude, a poté, co jsem trochu provětral google, jsem svou účast odmítl. Protože představa, že by porodník jeho kalibru přiznal, že skutečným *průšvihem* je právě jeho kognitivně disonantní myšlení, je čirá sci-fi.

„*Když se vám začne dusit dítě, nejde o tom žádná informace k matce. Dítě je heterotransplantát, žije si uvnitř, nastaví si matku, na co chce. Představa jednoty matky a dítěte je hezká, ale neplatí. Proto je porodníková přítomnost tak důležitá*,“ tvrdí tento odborník na klasické a operativní nemocniční porody. To je přece tvrzení na úplně opačném konci spektra názorů, se kterými sympatizuji, které prosazují a ke kterým se hlásí i celá řada dalších odborníků:

„*Jsme pasažéry zdravotnického Titaniku. Jeho mohutnost, pýcha, zkorumpovanost a soustředění na výkon bezprostředně ohrožují naše zdraví a životy*,“ napsal nejznámější kritik zdravotnictví, psychosomatik doktor Hnízdil.

„Dřív se dítě po porodu nehnulo od matky, takže bylo hned osídleno jejími bakteriemi. V mateřském mléce pak získalo všechny potřebné protilátky. Dnes dostane novorozenec první imunologickou ránu tím, že je místo matčiných bakterií kontaminován těmi nemocničními, pak jeho imunitu zasáhne ještě očkování,“ ví dnes také dr. Helena Máslová, která pomáhá ženám s tělesnými i psychickými problémy po traumatických porodech, potratech nebo císařských řezech, a která pokračuje: *„Díky přesunu porodů do nemocnic významně klesla novorozenecká i mateřská úmrtnost. Jenže předmětem rutinní nemocniční péče se staly i všechny fyziologické porody, kterých je naprostá většina. K porodu není intelekt vůbec potřeba, porodí i žena v kómatu. Při přirozeném porodu beztak dochází k jakémusi zastření vědomí. Co je ale potřeba, je klid a pocit bezpečí. A toho se v porodnicích nedostává.“*

„Je to pán, který ví o přirozeném porodu hodně málo. Myslím, že samostatné porodní asistentky jsou mu silně proti myslí. Máte-li pevné nervy, jděte do toho. Uniká mi smysl té debaty. Profesor Doležal je pán v pokročilém věku, debata těžko něco vyřeší,“ napsala mi a poradila jedna ze dvou neznámějších porodních asistentek, která se desítku let marně snaží otevřít malý porodní dům a v dohledné době bude stát před soudem, přičemž obžalobu odborně zaštiťuje právě tento slovutný porodník.

Samozřejmě jde v první řadě o peníze. Císařský řez je u nás dvakrát až třikrát dražší než fyziologický porod, podle výpočtu VZP 25 tisíc ku 9 tisícům Kč. Zatímco Mezinárodní federace gynekologů a porodníků je proti volitelnému císařskému řezu právě z uvedených důvodů., u nás počet císařských řezů prudce roste: v Česku tímto způsobem rodí přes 20% žen, přičemž ještě v roce 1990 to bylo 7,7%. I Světová zdravotnická organizace považuje tento trend za negativní a doporučuje, aby procento císařských řezů nepřesáhlo 15% porodů.

„Špatné vedení porodů stojí podle některých teorií za vysokou rozvodovostí západního světa. Úzkostná matka vychová úzkostné dítě a to vyroste v neurotického člověka neschopného navazovat a udržet dlouhodobé vztahy,“ dodává stále ještě opatrně doktorka Helena Máslová, zatímco já jako laik si mohu již více jak patnáct let dovolovat tvrdit, že lepší by snad byly i porody na seně a že právě úporná medikalizace porodů stojí i za tristní politickou, sociální, ekonomickou i ekologickou krizí našeho současného státu.

„Podle nedávného výzkumu organizace Health Consumer Powerhouse je české zdravotnictví páté nejhorší v EU; jeho největší slabinou je právě vztah k pacientům. Ženy, kterým nevyhovují možnosti porodů nabízené většinou porodnic, přitom mají v současnosti jen dvě možnosti - pokusit se prosadit své představy o porodu v porodnici a riskovat tak dehonestující poznámky zdravotníků, anebo porodit doma. Kontrolovanější alternativa domácích porodů, porod v porodním domě s dostupnou lékařskou péčí, je totiž v České republice nemožná,“ cituji z tiskového prohlášení společnosti Aperio (z roku 2008).

Naznačuji, že výše zmíněné překážení přirozeným jevům se zvláště pod diktátem volného trhu a zisku rozšířilo infekčně, ba přímo epidemicky, do většiny sfér života v naší společnosti. Obstrukce (*snaha zmařit něčí jednání*), jak zní přesnější český překlad, dnes dělají nejen porodníci rodičkám, ale i ministerstva podnikatelům a stát občanům. Česká Wikipedie uvádí ke slovu *obstrukce*, že jde o „úmyslné a plánované jednání, které má za úkol narušit nebo znemožnit jednání parlamentu.“ Ha! Nebo, doufám, že AHA!

Pandořina pilulka

Antikoncepce, zvláště pak ta hormonální, prý sexuálně i společensky osvobodila ženy, psaly nejen feministky, ale donedávna tvrdili i všichni odborníci. Masová manipulace, které jsou vystaveny prakticky všechny české ženy od puberty, dospěla ke svému vrcholu. Už třetí generaci nechceme slyšet, že pojmy pilulka, militantní feminismus, vulgární mluva spolu souvisejí víc, než si uvědomujeme.

V jednom z předchozích článků jsem zmínil ženin složitý a evolucí vypiplaný systém porovnání genetické informace z feromonů mužů v jejich potu, pomocí kterého žena v desetinách vteřiny „zjistí“ genetickou kompatibilitu náhodně potkaného muže. Při použití hormonální antikoncepce, tedy při pravidelném užívání oné „osvobozující“ pilulky, je tento systém vypnut a ženy si „vybírají“ ty nesprávné partnery.

Nekriticky a módně přijímané vynálezy, zvláště ty, které se týkají lidského zdraví, v sobě skrývají i faustovský zádrhel. Osmnáctiletá studentka odjela jako au pair do Austrálie. Po dlouhém letu měla úporný kašel a bez dostatečné lékařské péče do deseti dnů po příletu zemřela na plicní embolii. Možná se to nemuselo stát, kdyby jí gynekoložka nepředepsala hormonální antikoncepci. Jak se dodatečně zjistilo, měla rizikovou genovou mutaci. Vedle dlouhého letu byla hormonální antikoncepce dalším rizikovým faktorem a právě ona mohla být spouštěčem embolie.

Podle výzkumu Ivany Hadačové z Fakultní nemocnice Motol prošlo tamní hematologickou ambulancí v posledních dvou letech 21 dívek od 15 do 18 let, které měly trombózu v souvislosti s užíváním antikoncepce. Více než polovina z těchto 21 dívek uvádí, že se jich před předepsáním antikoncepce jejich gynekolog vůbec neptal na případný výskyt rizikových faktorů u nich, ani

v rodině. Deset mladých pacientek mělo přitom příbuzné, kteří prodělali podobnou příhodu.

*Podle mě se v současné společnosti od dívek očekává, že budou pilulky brát, říká Tereza Tara, autorka dokumentárního filmu *Hormonální akvárium* (2007). Je na ně tak vyvíjen nepřiměřený tlak. Mladé dívky ještě neznají svůj cyklus, neznají pořádně ani samy sebe. Tím, že začnou brát hormonální antikoncepci, o tuto možnost přicházejí. Já jsem přesvědčená, že žena je v souladu sama se sebou, pokud je v souladu se svým cyklem, který jí dává určitou hloubku prožívání a poznávání, mohou z něj čerpat mnoho energie a vychází z něj intuice. Ženy, které berou hormonální antikoncepci, se o toto připravují, protože jejich menstruační cyklus není přirozený. Ztrácí vlastně to poslední přirozené, co v ní od přírody zůstalo, a přichází o svou divokost, je snáze ovladatelná okolím.*

Připomínám ještě, že „pilulka“ vypíná v ženě dokonalý systém na podvědomé vyhledávání kompatibilních partnerů (a také proto je rodina nejen u nás v krizi a národ vymírá).

Zdá se, že čím jsme materiálně bohatší a nedomyšleně a pouze z hlediska vnějších podmínek „svobodnější“, tím méně jsme šťastní a zdraví. Moje zamyšlení svěruje k varování před nesnesitelně snadným podléháním módním, zvláště z počátku tak lákavým novinkám, od bot, margarínů, jogurtů, řasenek, DDT až po hormonální antikoncepci a jaderné elektrárny. Ale místo nápravy přináší moderní život další a další možnosti žumpy a nakonec hezky zhořklé „pilulky“:

Porodit buddhu

Konečně, po sedmnácti letech, mi přišel správný dotaz: „*Chceme miminko a vychovat z něho příštího buddhu. Co všechno je třeba z hlediska muže i ženy udělat?*“ Zatetelil jsem se, a přestože bych měl správně napsat, že tady, v Čechách, to v téhle generaci není možné (ženy i muži jsou už až příliš ovlivněni nesmyslným nastavením společnosti, a prostředí a atmosféra v ní je vůči těhotenství, porodům a dětem spíše negativně naladěná), budu sám před sebou a svými čtenáři a především čtenářkami předstírat, že to možné je, aby to bylo možné za ty příslovečné dvě tři generace.

Prvotním a nejdůležitějším je, nejen na Cestě k duchovnosti, ale i na Cestě k porození příštího buddhy, **úmysl**. Stejně jako jsou všechna rozhodnutí „spouštěčem“ dalších postupně se otevírajících možností (řetězí se podobné a příbuzné nápady, setkání i zdroje informací), je i rozhodnutí porodit příštího buddhu a tím povýšit kvalitu těhotenství i porodu na další, doposud netušenou úroveň, základem všeho dalšího.

Dále je třeba uvědomit si a překonat dnešní „naprogramování“ člověka žijícího v materialistické společnosti. V našich krajích nejen maminky, ale především lékaři, kteří si tak ryze ženskou záležitost, jako jsou těhotenství a porod, cele podmanili a přizpůsobili svým mužským představám, docela zapomněli na ženskou psychiku. Ta je v těhotenství, při porodu a pak i výchově dítěte tou nejdůležitější podmínkou zdravého, k duchovnosti směřujícího vývoje. Tahle společnost vězí až po uši a žije už dvě generace zbytečně v iluzích a negativních mýtech. Pokud chcete pozitivní probouzeč políček přímo do tváře, pusťte si francouzský film, samozřejmě natočený ženou, *Nádherná zelená*.

Buddha prý už při narození vykazoval 108 znaků duchovně probuzeného – od tvarů uší, nohou, prstů, přes dokonalou pleť bez

mateřských znamínek, a také jeho dětství a dospívání včetně rané dospělosti byly ideální, ničím negativním nenarušené. Na rozdíl od něho my žijeme v lidsky nefungující společnosti, v přírodě se znečištěným vzduchem a kontaminovanou vodou, v atmosféře strachu z budoucnosti a bez schopnosti myslet pozitivně. Často jedině, co umíme, je metodou pokus-omyl zjistit, kudy cesta nevede.

Ideální by bylo, kdyby se žena, jež chce počít, donosit, porodit a vychovat zdravé šťastné a duchovní dítě (nebo dokonce příštího buddhu), již předem tělesně i duševně připravila důkladnou očistou. Když si dítě toužebně přeje Indka a chce porodit duchovního syna, medituje a zpívá pozitivní mantry, oslavující dobré a lepší vlastnosti budoucího syna. Myslí na jeho pozitivní vlastnosti ne až v průběhu těhotenství nebo při milování, ale ještě než jí z vaječnicků sestoupí vajíčko, které pak bude oplodněno. Stejně očistně připraven by měl být i její partner. Jinými slovy, už početí by mělo být dokonale připravené a vědomé.

Naznačuji, že přirozeně porozený človíček, jemuž maminka celé těhotenství zpívala a který byl neustále spojen s matkou a prsem, jehož nožka se (jak tvrdí některé tzv. primitivní, ale o to duchovnější kultury) do devíti měsíců nedotkla země, vychovávaný v dostatku nejen zdravé potravy, ale i lásky, péče, respektu a uznání, bude mít tak silnou osobnost a stabilní emoční strukturu, že mu i nějaké ty krátkodobé stresy, jimž se v moderní společnosti nevyhne, neuškodí.

Jak jsem naznačil v úvodu, ideální podmínky mohl mít leda tak královský syn Siddharta. Ale to neznamená, že i dnes, a právě v době, kdy jsou děti daleko inteligentnější než jejich rodiče, a informací o tom, jak člověk skutečně funguje, přibývá, už někde nevyrostá (nebo nemůže vyrůst) buddha... člověk, který „realizuje“ evoluční a genetické danosti a zároveň eliminuje všechna možná traumata a poškození.

Paradoxem budiž také povědomí, že i tyhle „návody“ jsou psané mužem, spíše pro racionální část ženské mysli, a pro muže, budoucí tatínky budoucích osvícených: ženy to, opakují, zase až tak, pokud zůstanou ženami, nepotřebují. Někde v nitru už intuitivně vědí vše, jen se nenechat poplést dnes již překonanými mužskými a racionálními mýty a iluzemi (a seznamy a desatery).

Tělo (ženu) neomezuje

Právě naopak. Takže nechápu ženy, které si neustále stěžují. Jeden téměř typický dotaz: „*To se vám to píše o porodech, když nemusíte rodit. Tělo zvláště ženu přece hrozně omezuje: jak vypadá, jak nefunguje, pravidelné omezení menstruací, puberta, těhotenství, přechod.*“ Pokusím se naznačit, že lidské tělo, zvláště to ženské, je zázrak: jen si toho všimnout.

Ženské tělo je odolnější, lépe snáší nepohodu, a zvláště co se týká komunikace je daleko výkonnější než tělo mužské. Je také desetkrát citlivější na celém povrchu. Ženský mozek je hemisférově propojenější – žena tak umí dělat více věcí najednou. Holčičky mluví dříve než chlapečci a mluvením žena odpočívá. Všechny hormonální změny, kterými ženské tělo musí projít (puberta, těhotenství, porod, přechod a hlavně neustálý cyklus menstruace) nejsou ve skutečnosti handicapem. Naopak, poskytují ženě znovu a znovu možnost napravit, co bylo případně nedokonalé.

Je dobré vědět, že každý začátek dalšího menstruačního cyklu může být, a někdy snad i bývá, počátkem „nového“, opraveného, lepšího života. Puberta holčičku změní v mladou ženu, přičemž její mozek přestaví a přistaví celou řadu částí (aby byl připraven na těhotenství a mateřství). Podobně se pak mozek těhotné restrukturalizuje v rámci těhotenství. Těhotenství samo přitom tělo ženy léčí, a to i z dlouhodobých zdravotních potíží (soudí se, že kmenovými buňkami vyvíjejícího se děťátka).

Porod může a měl by být osvícením – zrodem dívky v Ženu. Jenže když si žena nechá vsugerovat mužský, tedy soutěživý a na výkon orientovaný postoj k tělu, těhotenství, porodu a mateřství, má zaděláno na nespokojenost a psychické i zdravotní potíže.

Současný stav ženství je toho důsledkem a důkazem. Porod totiž přispívá ke změnám funkcí mozku celou kaskádou hormonálních změn. Organismus novopečené matky se „koupe“ v estrogenech,

oxytocinu, prolaktinu a dalších molekulách schopných zasáhnout nejen do základních tělesných funkcí, ale také do činnosti mozku. Změny jsou natolik markantní, že neurologové užívají nový termín „mateřský mozek“.

Žena nejméně dvakrát v životě, v pubertě a v těhotenství včetně doby po porodu, zmnohonásobí operační paměť. Vědci v rámci jednoho výzkumu prozkoumali magnetickou rezonancí mozky devatenácti matek. První snímky s vysokým rozlišením pořídili zhruba tři týdny po porodu. Stejně sledování zopakovali o 2 až 4 měsíce později. Mozky matek za tuto krátkou dobu „povyrostly“. Zvětšil se objem šedé hmoty ve středním mozku, v temenních lalocích a v kůře v přední části mozku. Nárůst šedé hmoty se týkal i významných center středního mozku, jako je hypothalamus, substantia nigra a amygdala. „*Už to samo je pozoruhodné zjištění, protože lidský mozek za normálních podmínek tak rychlé a razantní změny neprodělává*“, píše se ve zprávě o tomto výzkumu.

Jenže, a to je to nejdůležitější poselství naznačující obrovskou šanci žen (a tragicky ignorantské chyby jen po patologiích pátrajících porodníků) – **čím pozitivnější vztah měla matka k dítěti, tím byl nárůst v těchto částech mozku výraznější**. Je to logické: narození potomka vytváří podmínky k tomu, aby se aktivita hypotalamu držela v plných obrátkách. Matka je tím připravována na nároky spojené s výchovou potomka. Získává k ní motivaci a nachází v ní uspokojení. Úspěchy při výchově, zvláště když svému dítěti a jeho schopnostem matka důvěřuje, vazbu dále prohlubují. Substantia nigra a amygdala zpracovávají emoce a navozují pocity uspokojení. Podílejí se rovněž na pocitech strachu a úzkosti – po porodu se dramaticky zvýší odolnost ke stresu a otupí se přirozená bojácnost.

Mateřství se dokonce jeví jako účinná prevence degenerativních onemocnění mozku, jež přicházejí ve stáří. Hormon oxytocin

uvolňovaný ve velkých množstvích při porodu a kojení posiluje část mozku zvanou hipokampus. Toto centrum sehrává rozhodující roli při ukládání informací do paměti. Některé studie tak ukázaly, že se ženám porodem posílí paměť, a to i prostorová. Tento efekt navíc vydrží až do pokročilého věku a s každým dalším porodem dál zesiluje.

Jedna z žen mi kdysi napsala: *„Být ženou nemá žádnou cenu. Je to neceněná profese v ústraní společnosti, odsouzená do přízviska s negativním nádechem žena v domácnosti, žena na mateřské, tvor, který nerozumí podstatným věcem a má mozek zanesený plenami, laktací a dětskou kaší.“* Muži se o výkonnosti mozku žen na mateřské dovolené obvykle nevyjadřují v superlativech, ale to je omyl vycházející z mužského vnímání reality. Naopak, mozek matky je v mnoha ohledech výkonnější, a my muži jen tiše závidíme.

Naznačuji, že ženy dostaly ve svém těle evoluční výhody umění přizpůsobit se a vyvíjet. Většina z nich nemá ani tušení, že mají tělo jako Rolls Royce, ale používají je jako Trabantu. Přitom by stačilo jen nepřekážet si a nechat tělo, ať se samo projeví... a jen tiše žasnout a užívat si je.

(Téměř) vše se dá napravit

„Ve vašich textech často popisujete případy "postižení" z prenatálního věku. Mám kamaráda, jehož mamku během těhotenství všichni přesvědčovali, aby šla na potrat. Ona se tomu tlaku ubránila. Určitě to ale na toho človíčka mělo vliv. Jak se takových věcí zbavit? Věděl byste?“ zeptala se jedna čtenářka za všechny ostatní. Přestože se nedá zobecňovat, protože jde vždy o unikátní osudy a rodiny, základní přístup je jednoduchý: téměř vše se dá alternativně, tedy nejen medicínky, nahradit, obejít, napravit. Každý jsme sám o sobě dokonalý zázrak stvoření, jen si to umět připustit a případně i natrénovat pozitivní přístup k životu.

Dítě bylo nechtěné? Dnes už víme, že o tom přes mysl a hormonální produkci maminky už v děloze nějak „vědělo“ a následně to poznamenalo jeho budoucí vývoj a schopnosti. Když s tím rodiče počítají a věnují dítěti o to více lásky a péče, jsou nakonec i oni obohaceni oním oboustranně pozitivním vlivem, neboť platí, že děti jsou dokonalí duchovní učitelé svých rodičů. Jistě, chce to nepředstavitelně víc úsilí, trpělivosti a systematické práce, ta se ale nikdy neztrácí.

Děťátko je lékaři klasifikováno jako nevyvinuté a nevratně poškozené? Stačí odhodlat se a miminko denně nejméně půlhodinku masírovat: hladit od nožiček až po prstíčky na rukách a hlavičku. Jak když krávy, kozy nebo fenky či kočky pravidelně olizují svá mláďata: my savci tuhle stimulaci potřebujeme jako prasátka drbání. Znáš maminku, ze které se právě „díky“ postiženému miminku stala autorka knih a vedoucí seminářů o masážích kojenců, která by mohla – stejně jako její syn, který nakonec vystudoval vysokou školu – vyprávět.

Dítě se narodí předčasně a s nízkou porodní vahou? Kam se hrabou drahé inkubátory na metodu „klokánkování“. Maminka

nebo tatínek nosí miminko na holém těle, pod košilí či šaty, a to slyší ne umělé syčení vývěvy nebo cinkot kovových nástrojů, ale přirozený tlukot srdce, je v teple a láskyplném pohybu. Tyhle děti rychle doženou ve správný čas porozené vrstevníky, jak co se týká váhy, tak ve vývoji všech ostatních měřitelných, ale i neměřitelných parametrů.

Na každé trauma existuje „babská“ rada a neinvazivní metoda. Rozhodující je úmysl, láska a odvaha nevzdat to. Světová literatura zná mnoho příkladů knih o téměř zázračných metodách milujících rodičů. Nepředpojatá, bezpodmínečnou láskou nadupaná mysl rodiče, jež neustále vysílá povzbuzující vibrace, je ze všeho nejdůležitější. Příklad jednoho z nejchytřejších mužů světa Stevena Hawkinga, který, ač na vozíčku a prakticky nehybný, přednáší celá desetiletí na světových univerzitách a komunikuje jen pomocí hlasového syntezátoru, vypovídá za všechny ostatní.

„Medicínský establishment se stal významným nebezpečím pro zdraví,“ tak zní úvodní věta publikace (*Nemesis medicíny* od Ivana Illiche), která pochopitelně nejprve neobyčejně pobouřila medicínské profesionály, nakonec však byla na mnoha západních univerzitách zařazena mezi povinnou literaturu. Iatrogeneze, to je termín, jimž autor označil medicínský diktát a škody, které klasické zdravotnictví páchá. Může být *klinická*, kdy jde o bezúčelnou nebo dokonce škodlivou léčbu, *sociální*, to když si medicína podmaňuje stále větší oblasti lidských životů a podniká kroky, které s jejím původním posláním mají už pramálo společného, a *kulturní*, kdy zdravotní podnikání oslabuje vůli lidí čelit realitě.

Zde je jeden z mnoha v publikaci uváděných příkladů: *„Až do roku 1960 bylo 96 % dětí v Chile kojeno do jednoho roku, někdy i déle. Potom, během jedné dekády, byly chilské ženy podrobeny intenzivní politické indoktrinaci, a to jak ze strany pravicových*

křesťanských demokratů, tak ze strany nejružnějších levicových stran.

A tak již v roce 1970 kojilo pouze šest procent matek po celý první rok, 80 % jich své děti odstavilo do dvou měsíců po porodu.

Výsledkem bylo, že 84 procenta potenciálního mateřského mléka zůstala nevyprodukována. Na chilské vypasené pastviny bylo dodáno dalších 32 000 krav, aby nahradily chybějící mléko, jak jen by to bylo možné. Protože kojenecká láhev se stala symbolem, objevily se s ní mezi dětmi, jimž byl odepřen mateřský prs, také nové nemoci. Protože matky postrádaly jakoukoliv zkušenost, jak zacházet s nekojenými dětmi, staly se tyto děti novými konzumenty léčebné péče a jejích rizik.“

Doba se snad mění: takzvané „babské“ rady často fungují (ministr zdravotnictví se chystá uznat tzv. psychosomatickou medicínu!) a instinkt neokřikovaných žen je moudřejší než všechna skripta. Navíc mateřské odhodlání postižené dítě „napravit“ napравuje i matky samotné. Tak jako v děloze se vyvíjející miminko léčí i chronické zdravotní potíže budoucí maminky, i zdravý (selský, zde tedy ženský) rozum a bezpodmínečná láska s sebou přináší správné akce a metody ve správný čas.

Vrozeně osvícené

„Vážený pane, již delší dobu sledujeme Vaši činnost, aktivně se účastníme Vašich přednášek a akcí. Jelikož jste mně i mému partnerovi duchovně velice blízký, rádi bychom se Vás zeptali, zda jste se ve své dlouholeté praxi osobně setkal s člověkem žijícím v České republice (tedy Čecha), jenž dosáhl osvícení? Doufáme, že Vás tato otázka nějak nevyvedla z míry, ale snažíme se dopátrat toho, zda takový člověk u nás vůbec žije.“

Je dobré definovat si, co v dnešní době znamená osvícení, a hlavně nehledat osvíceného člověka, ale osvícené jednání. A také aktivně podporovat takové lidi, za kterými zůstávají osvícené činy.

Už jsem o tom psal: dnes by Ježíš i Buddha narazili na systém a osvícení by s největší pravděpodobností nedosáhli. A pokud ano, byli by za svou činnost (nebo naopak nečinnost, např. neplacení daní) pronásledováni a jejich odlišnost by byla patologizována. Stanislav Grof v tomto smyslu napsal: *„Podle tradiční psychiatrie všechny zážitky svatých či osvícených indikují vážné psychopatologické stavy mentálně nemocných jedinců. Psychiatrická literatura překypuje články a knihami o tom, jaká by byla nejlepší klinická diagnóza různých slavných duchovních osobností. Jmenujme Buddhu, Ježíše, Mohameda, Ramakrišnu nebo sv. Antonína. Vizionářské zkušenosti z oblasti transpersonální jsou obvykle přičítány těžkým psychózám schizofrenického typu nebo epilepsii jako v případě Mohameda. Sv. Jan z Kříže byl označen jako dědičně degenerovaný a sv. Tereza z Ávily jako hysterická psychotička.“*

Navíc máme na „osvíceného“ daleko vyšší nároky: z četby přečte všichni přesně víme, jak má takový osvícený vypadat, jednat a mluvit. Dnes bychom ovšem Buddhu či Ježíše, kdyby žili mezi námi, asi ani nepoznali. Američan Jerry Mander ve své knize

V nepřítomnosti posvátného tvrdí, že naše technická civilizace má ze své podstaty fatální důsledky jak pro myšlení jedince, planetární ekosystém, tak i jeho méně „vyspělé“ obyvatele. Název Manderovy knihy výstižně upozorňuje, že právě *posvátná* povaha určitých míst a pro někoho dokonce celé Země nám většinou poněkud uniká. „*Když pocítíme potřebu odpálit pár atomovek v Tichomoří, prostě odstěhujeme jeho obyvatele na „úplně stejný“ ostrov. Považujeme za kuriózní to, že australští Aboriginci z posvátných důvodů odmítají vrty do Země, podobně jako některé indiánské kmeny odmítaly orat, aby to Matku nebolelo,*“ citoval Vojtěch Pelikán v časopisu *Sedmá generace*.

Co s tím? Jednak je možné, jak už jsem uvedl, hledat a aktivně podporovat osvědčené jednání a činy. Existuje stále víc jedinců, kteří tím, že celá desetiletí osvědčeně jednali, se osvědčenými i stali. Například XIV. Dalajlama také není v tom tradičním smyslu slova osvědčený, ale protože od dětství žil v prostředí, které se k němu jako k osvědčenému chovalo, a on se také choval a chová osvědčeně, osvědčeným (ve smyslu konatele osvědčených činů) se nakonec i stal.

H. W. L. Poonja (1910-1997), který byl žákem a pak dlouho i sekretářem slavného Šri Ramany Maharišiho, přednášel na sklonku svého života davům stoupenců z celého světa. Osmiminutové video (čtyři minuty dialogu, čtyři smíchu) ukazuje, jak čte otázku jedné žačky, která „chce jen sedět vedle svého gurua“. Papadži, jak mu říkali jeho stoupeneci, ji vyzval, aby šla dopředu, a začal si s ní povídat. Stačilo mu pár minut, aby studentku, respektive její myšlení, dostal do slepé uličky a ona si musela uvědomit, že její největší překážkou je ona sama. A byla „osvědčena“.

Pusťte si to osmiminutové video *Duchovní probuzení ve čtyřech minutách* jako exemplární ukázkou praktické duchovnosti. Každé Papadžiho slovo, každé jeho gesto, každé uchechtnutí vyzařuje

bezmeznou nepodmíněnou lásku ke každému člověku a tvorovi, a také natrénovanou zkušenost umění být a žít v meditaci: dokázat soustředěně, láskyplně a bděle vědomě jednat, mluvit, provokovat, ale zároveň, prakticky na přání, ve vteřině, spočinout na zcela zklidněné hladině meditující mysli. V dokonalé zkratce je zde naznačeno, že stačí rozhodnout se, začít cvičit a vytrvat, ale také, že to, co považujeme za osvícení, je v první chvíli jen jakási izolovaná trhlina v realitě...a mělo by, tak jako v případě téhle ženy, následovat dlouholeté období kultivace jejího vhledu – což je v dnešní době a v atmosféře běžného konzumně sobeckého a reklamami nasáklého života prakticky nemožné.

A je třeba dodat i toto: Buddha s Ježíšem by se v současné době zřejmě jako potenciální osvícení vůbec nenarodili: dnes obvyklým způsobem, tedy většinou traumatickým, protože medikalizovaným porodem, by byli poškozeni, a stali by se z nich „normální“ jedinci. Dalším možným řešením je tedy, milá tazatelko, porodit si příštího osvíceného sama: od vědomého početí, přes těhotenství prozpívávané mantrami, přes přirozený porod, výchovu bez médií, výuku doma. Neptejme se, kde je nějaký osvícený a co pro nás může udělat, ptejme se, co můžeme udělat pro osvícenost budoucích...

Rodit děti totiž znamená tvořit budoucnost. Rození je nejen fyziologickou, ale i duchovní, a tedy v jistém smyslu buddhistickou záležitostí – v těhotenství, při porodu a dalších devět měsíců po něm žena jedná a existuje, pokud si sama sobě nepřekáží, osvíceně. Z vás, ale i z vašich partnerů a samozřejmě i z vašich přirozeně porozených dětí (z nichž každé je vrozeně potenciálně osvícené) se mohou stát Maitréjové, buddhové budoucnosti.

Pomohl by (vědcům) rituál přechodu?

Aby nepodváděli, aby se nebáli zkoumat třeba tzv. šestý smysl, nebo duchovnost, vědomí i u zvířat, telepatii či reiki atd.?

V dalším volném pokračování naznačování obvykle nekomentovaných, protože nevnímaných souvislostí s mužstvím a duchovností, a současné společnosti tak chybějícími přechodovými rituály, se pokusím naznačit odpovědi těm správně zvědavým mužům (a zdůraznit životně důležitý návrat k poněkud zapomenutému umění stát se skutečným mužem jako jedno z možných řešení krize humanity).

Ta první, základní odpověď, je jako obvykle u všech otázek života relativní a dvojitá, a zní: ano, pomohl by všem mužům bez výjimky, a tedy také vědcům... ale zároveň, prakticky vzato, nepomohl, protože systém je od počátku špatně nastaven: vědci už jsou totiž příliš staří – starého psa (a dosavadnímu způsobu myšlení navyklý mozek) novým kouskům nenaučíš. Už je pozdě, rituály přechodu jsou důležité v období puberty, od 14 do 21tého roku (kdy se vytváří i fyzikální podmínky pro to, aby se v období před ukončením duchovní puberty, tedy kolem 21. roku, propojily vývojově nejstarší části mozku s kulturní nadstavbou těch korových, kde je nejvíc rýh, a kde je také nejvíc kulturních indoktrinací, kterým se učíme na školách).

Zjednodušeně napsáno, v duchovní pubertě se mozek v těchto oblastech propojuje, ale jen u chlapečků, kteří byli porozeni přirozeně, a byli hned na bříšku maminky, a první hodiny dny a týdny neprobrečeli strachem (ze smrti), protože by byli odděleni od maminek, a hlavně, což je téma tohoto zamyšlení, kteří prošli nějakým rituálem přechodu... Těm ostatním, kterých je dnes v moderní společnosti bílého muže naprostá většina, se vinou porodních a dětských i pubertálních stresů, a jak se pokouším naznačit, i vinou chybějících rituálů přechodu, předpoklady pro to,

aby se jim tyhle části mozku v 21. roku propojily, fyzicky nevytvoří. Když je muži nad 25, nebo 28, už v tomto ohledu téměř nemá šanci, protože v jeho mozku nejsou potřebné *kanály*, které by se mohly propojit. Jediná šance (jak jsem psal jindy a jinde) je duchovnost.

Náprava chyb špatného směřování celé západní civilizace, která stresuje děti od porodu, a v lidech pěstuje místo umění spolupracovat spíše soupeřivé a individualistické ego, je zatím téměř nemožná... i když i zde platí, že všechno zlé je k něčemu dobré: u nás vzniká řada vynikajících kulturních a jiných počinů jaksi navzdory úřadům a (ne)zodpovědným a institucím, zatímco západní civilizace vymyslela řadu šikovných udělátek a také iPhony a iPady a kosmické rakety atd. Skeptik by se ovšem mohl zeptat – a k čemu je to dobré, když to vypadá, že civilizace skončí, zničí sama sebe?

Když „moderní“ západní civilizace přestala provozovat rituál přechodu, a všechno ostatní pak už byla jen domorodá primitivnost (nějaké tři dny v pralese... my máme moderní kliniky, a vůbec, co kdyby se v tom temném lese něco stalo?)... nastoupil věk racionality, která když něco nevidí, tak to pro ni neexistuje. Běžní porodníci (gynekologičtí řemeslníci, hledači obtíží) nepřiznají, co už jsem naznačil, že např. někdejší vysoká úmrtnost rodiček se vyskytovala hlavně proto, že si před „operací“ porodu neumývali ruce... jak se jim to snažil vysvětlit doktor Semmelweis, než ho uštvali k smrti.

Mozky a způsoby racionálního vnímání světa a lpění mají své limity... i protože každý muž si musí bránit svou integritu před ostatními. A protože se kluci se na školách nemůžou prát a naučit tak prohrávat, neumí prohrávat ani ve vědeckých sporech. Naznačuji, a píši ve svých knížkách, že přefeminizované školství, kdy učitelky zakazují klukům o přestávkách běhat po chodbách, a *mužství* nemá šanci, a kde nikomu nechybí rituál přechodu, je

pastí nejen na mužství, ale také na optimální vztahy mezi pohlavími... i nepředpojaté a zvědavé vědecké zkoumání.

Takže možnost jednoduché nápravy neexistuje (jediná šance, kromě zmíněné duchovnosti, je změnit porodnictví). Potíž jinak velmi záslužných objevných teorií čtyř perinatálních matic Stanislava Grofa (jak moc určuje způsob porodu celý další vývoj toho kterého člověka) je ale v tom, že porodnictví (natož přístup oficiální psychologie nezměnily a nezmění: jsou příliš vědecké a složité, než aby byly uplatnitelné v myslích žen (které jsou hormony v období třetího měsíce těhotenství utlumeny právě proto, aby neracionalizovaly). Jinými slovy, tak jako byla Einsteinova rovnice $E = mc^2$ tak transformativní, protože byla a je jednoduchá, právě tak funguje ženám jednoduše výstižný a ověřený výrok porodníka Michela Odenta „počet komplikací u porodu roste s počtem přítomných osob“... ale Grofovy perinatální matrice *nefungují*, protože vznikly ve starém paradigmatu v materialismu vychovaných vědců.

Zpátky k tématu: dnes totiž víme, že v mozku přechodový rituál (a ohrožení na životě ve tmě a nebezpečí pralesa, a v rámci nutnosti se rozhodovat sám) zažívajícího chlapce se zvětšují a propojují ty části, které jsou pak zodpovědné právě za jeho pozdější dospěláckou rozvahu, umění řešit nebezpečí s klidnou hlavou, umění se rozhodnout. Je to jakási na celý další život uplatnitelná mužnost. Jinými slovy, krize mužství na Západě má (kromě těch diskutovaných) další netušenou, ale o to víc racionální příčinu. Současným mužům, pokud nechodili coby kluci do skauta, nebo nelezli po horách (nebo nedělali nějaký ten adrenalinový, individuální odvahu pěstující sport), tak zcela chybí staletími ověřené metody učení se mužnosti... Proto se nemůžeme spolehnout na odvážné politiky a pravdu chránící a tedy nepodvádějící vědce, (kteří by ani za nic veřejně nepřiznali, že zatím vůbec netuší, proč máme 80% podle nich zbytečné mozkové hmoty, nebo proč se vesmír skládá z 96% z temné

hmoty a temné energie), proto se i poslanci a senátoři chovají jako malí kluci.

Pro doplnění celkového krizového obrazu musím ale dodat, že i když dívky mají pubertu a těhotenství, a optimálním případu i přirozený (zdůrazňuji, nemedikalizovaný a lékaři nepřerušovaný) porod, který cele přestaví jejich mozky... evoluce je připravila na nutnost dokázat se postarat o dítě i za donedávna život ohrožujících podmínek (divočiny), ani jim by rozhodně neuškodil rituál oslavy první menstruace, který by je pozitivně připravil na roli ženy. Dnešní ženy se většinou nechaly zmanipulovat patriarchálními způsoby učení a většinovým myšlením, a chovají se testosteronově (už neumí, protože přestaly vykonávat tzv. ženské činnosti, jako je starat se o své děti a muže, ale i plést nebo háčkovat, tedy dobíjet organismus a následně i psychiku oxytocinem, hormonálně regenerovat).

Co je na téhle mužské (ale i ženské) krizi ve společnosti, které chybí rituály přechodu, pozitivní? No přece potenciální možnost vše, protože už začínáme znát skutečné příčiny, to postupně změnit v šanci... (spasit ženy, muže a svět).

S křížkem po funuse

Babička tohle rčení užívala dost často: když komunisti dali rozorat dědův meruňkový sad, a sebrali mu dvě krávy, plakal a zuřil, ale bylo už pozdě. Měls něco dělat před volbama, dědku, říkávala pak celé další roky. Chci naznačit, že všechny ty současné (sociologické, psychologické ale i psychiatrické, politické a ekologické) stesky jsou tzv. s křížkem po funuse. Mléko již bylo rozlito. A všechny reformy (v rámci systému) jsou, jak naznačuji neustále, a jak naznačím níže, zbytečné: řešitelé příčiny nevidí, a tvrdohlavě zaprahají, s křížkem po funuse, vůz před koně.

Většina současné západní alopatické medicíny, dvě stě let západních symfonií, (pravo a levicový) vývoj politiky, resp. demokracie nebo partokracie, všechny revoluce a války (vojáci nepřímo přispěli další *moudrostí*: po bitvě je každý generálem), zvláště pak ty v minulém století, znovu a znovu potvrzovaly nepoučitelnost člověka. Napadá mne další bonmot: chybami se sice člověk učí, ale školné je většinou až příliš vysoké...

Nepoučili jsme se: korupci a zneužívání moci (psychicky postiženými) diktátory všeho typu známe už od dob starých Řeků a zvláště pak Římanů. Nepoučitelnost dějinná a celospolečenská je totiž podmíněna a iniciována nepoučitelností individuální, a tedy například příliš patriarchálním a kočovnický dobytelským diktátem niterně nejistých, protože špatně porozených mužů (ale i nedávnou, a bohužel i současnou, příliš utazenou zavinovačkou ruského a poté i středoevropského porodnictví).

Opakuji: naprostá většina tak pracného a finančně i emočně náročného udržování chybně fungujícího statu quo nejen v porodnictví (ale i školství, politice, soudnictví a dokonce i ve vědě atd.) je vlastně opakované utírání mléka již dávno rozlitého.

K čemu směřuji? Prostě stačilo, ve správném čase začátků, mléko nerozlít... Zopakujme si tvrzení dr. Koukolíka: *Uchování statu quo je niterný cíl, vědomý i nevědomý. Jakmile se nějaký sociální systém ustaví a upevní, lidé ho chrání.*

Nesnesitelná neřešitelnost stále složitější a uspěchaně povrchnější moderní společnosti (a stejně tak i myslí každého z nás) je přítom, dokázali-li bychom poodstoupit, nebo emočně vystoupit ze sklenice programu, ve které to bouří, se stejným vtípem, s jakým to dokázali zenoví mistři (nebo vojevůdce, který mýtický nerozvatelný gordický uzel „vyřešil“ tím, že jej prostě rozsekl), překvapivě snadno řešitelná... jen je-li to včas. Na začátku. Stačí prostě mléko nerozlít...

Pro oči nevidíme, pro uši neslyšíme (jinými slovy: jsme oběti programů svých mozků). Jako při slavném pokusu, ve kterém diváci sledují basketbalový zápas a mají počítat přihrávky. Po pěti minutách se proběhne tam a zpátky na palubovce člověk v kostýmu a masce opice. Po utkání se ukáže, že naprostá většina lidí si opice vůbec nevšimla. Právě tak vědci (filosofové, ministři, premiéři, bankéři a další), zaujatí svým zadáním, řeší už jen důsledky (a studují rozlité mléko anebo kvalitu mopů a hadrů).

Gordické uzly našeho myšlení (společnosti v době krize), které se marně v bludných kruzích snaží vyřešit různí ti odborníci a experti s klapkami odbornosti na očích, přičemž přicházejí vždycky s křížkem po funuse, lze elegantně rozseknout. Protože prvotní příčina je, překvapení, v medikalizovaných (a tedy traumatických) porodech. Řešíme důsledky horlivé činnosti (mléka, rozlitého už kdysi dávno, a pak u většiny porodů) špatně protože poškozeně nastavených mozků deprivantů v čele magistrátů, stran a vlád. Přítom zároveň s milionem špatných hororových a katastrofických zpráv proudí mediálními kanály i miliony dobrých. Ano, je úspěchem, že tisíce lidí po těžkých úrazech znovu začínají chodit, ale stačilo nevybourat se a nepadnout.

Kdybych měl miliardy, investoval bych je do změny myšlení rodiček a porodníků (tedy do přeměny porodnic), do škol a platů učitelů, do propagace dobrých zpráv a zdravých potravin a výrobků, do každoroční Ceny osvícení. A především: několik procent těch přirozeně porozených a logicky nejchytřejších bych nechal vzdělávat se samotné (a vychovávat mimo dosavadní struktury): už od 80. let min. stol. se ví, že když se třeba při vývoji nového softwaru vyskytne nějaký neřešitelný problém, přijme se a izolovaně zaměstná několik nových ajťáků, kterým se ale neřekne, že problém je neřešitelný: oni jej (překvapivě?) prostě vyřeší...

Naznačuji, že zatímco celá staletí pilně trénujeme problémy (nemoci, chyby v systému), a světlo na konci tunelu (zvláště v letošním apokalyptickém roce) nevidíme, v naší mysli je a vždycky bylo (tak jako je Slunce nad každým mrakem). Realista ve mně se ovšem obává, že až to mým čtenářům (nebo těm, kteří by to všechno měli číst a pochopit už z popisu své práce) dojde, bude s křížkem po funuse...

Co po nás zůstane

Často mě napadá, že až umřeme, všechen ten trénink a práce, který jsme do našich těl investovali, prostě zmizí. Co se s tím stane? Zúročí se nějak i po smrti? Tahle otázka se v různých variantách poslední dobou objevuje v mnoha e-mailech, a tak z pozice delší dobu pozitivně myslícího naznačím (protože přes usilovný trénink pozitivního myšlení jsou i dlouholetí studenti duchovna stále, zvláště v krizích, v zásadě negativně smýšlející a na sebe myslící, protože tak byli vychováni a v současné negativní společnosti manipulováni) některé pozitivní souvislosti.

Člověk je tvor smrtelný, ale lidstvo jako takové (i když si to poslední dobou hodně snaží pokaňkat) je, protože se v každé další generaci učí a využívá zkušeností těch předchozích, jistým způsobem nesmrtelné. Ve společnosti se dědí, i když často nepřímo a třeba až v dalších generacích, a i když v naší době a v našich krajích spíše negativně, téměř vše: zkušenosti dědečka (vášnivého kuřáka) zdědí (v podobě větší náchylnosti k nemocem srdce, plic nebo lehkých poruch učení) vnuk. Ve fungující společnosti (ale když se pozorně podíváme, i v té naší nefungující) každý trénink, čehokoliv, něco, někoho, ovlivní.

Všimněte si boomu adrenalinových sportů v posledních dvou generacích: dnešní krasobruslaři (nebo akrobatičtí lyžaři nebo artisté a žongléři) dokáží před lety naprosto neuvěřitelné výkony: čtyřnásobné otočky při skocích jsou umožněny také proto, že jejich (i nepříbuzní) předchůdci postupně otočky ke skokům přidávali. Mozek každého krasobruslaře (lyžaře akrobata, skejtáka, surfaře) roste a specializuje se každým pokusem a výkonem, a jeho zvýšená kapacita a dovednost je pak využívána při každé další, jakkoliv běžné činnosti. Třeba jen tím, že každý průkopník (často zmiňuji vynálezce stylu flop, tedy jaksi

„pozadu“, ve skocích do výšky) ovlivní své další následovníky, kteří se zlepšili už jen díky tomu, že (u)vidí, že je to možné.

My jsme intuitivně trénovali (dychtivě rostoucí) mozky třeba bruslením. Když člověk jen rovně stojí, koordinovaně zapojuje víc jak stovku svalů... a co teprve když si to ztíží třeba tím, že nepostaví na klouzavá prkýnka lyží nebo tenkou plošku bruslí... Stačí porovnat pokrok a současnou dokonalost výroby a materiálů současných jízdnicích kol nebo bruslí a hokejek – a těmi v době našeho mládí. Naznačuji, že dnešní materiály a mistrovství sportovců (a hudebníků a architektů) byly a jsou umožněny mistrovstvím jejich předchůdců: že každá generace předává svá zjištění a své dovednosti těm dalším. Včetně neustálého prokazování pro materialisty neuvěřitelného tvrzení, že ideje předchází činy. Nebo jinak, že všechny převratné vynálezy vznikly, protože byly (nejprve) třeba: někdo je potřeboval, tak byly vymyšleny (narodila se myšlenka na ně, a ony se poté zrodily i fyzicky, hmatatelně).

Každý další zvládnutý cizí jazyk, a v dnešní době videí (a televizních zpráv) každé nové jídlo nebo umění (třeba tancovat na tyči nebo stuze) ponouká stovky a tisíce napodobitelů (napodobitele), aby to také zkusili(y). Evoluce nám před stovkami tisíci let dala mozek, kterému se moc líbí zkoumat a učit se něco nového... kulturní revoluce před desítkami tisíc let pak přidala rychlost, a vynález písma a tisku, a dnes neustále se výkonnostně zrychlujících a hmotně se zmenšujících počítačů, a v přeneseném smyslu i mobilních telefonů (přičemž každý nejnovější typ vznikl jen díky tomu předchozímu) umožnily v prakticky přímém přenosu rychlejší a snadnější předávání znalostí a zkušeností dalším generacím.

Každý průzkumník, pionýr, každý vynálezce a novátor předává i další generaci svůj objev (i kdyby to byl jen nový vtip, nové jídlo, jiná doposud neužitá variace již známého krasobruslařského

skoku). Každá paní učitelka (nebo zdravotní sestřička), která vidí ve stydlivém kloučkovi z poslední lavice třídy budoucího nositele Nobelovy ceny (a v nemocném třesoucím se manažerovi budoucího ministra fungujícího průmyslu) ovlivňuje nejen jejich budoucnost. A protože se děti učí spíše pochvalou a příkladem než příručkami, a dělají především to, co se jim líbí (škola hra), a protože každá další generace dnes své děti (i když u nás to potrvá déle) méně napomíná a trestá za výzkum světa, celkový vývoj a pokrok se (bohužel i v tom negativním) až exponenciálně zrychluje. Učíme se slastně rádi a rychle (a předáváme, každým svým činem, tedy často i to, co nechceme).

Zde je třeba vzpomenout Sheldrakeovu teorii morfixických rezonancí, tvrdící (a na mnohých příkladech i nepřímo prokazující), že každým svým činem, ba každou myšlenkou, nějak přispíváme, tedy ovlivňujeme, jakési myšlenkové pole lidstva: jinými slovy, každý sebemenší vynález, každá dovednost jednoho nadšence se pak (s rostoucím počtem lidí, kteří jej užívají) stává jakýmsi zvykem, snadněji užitelným dalšími (viz i výše zmíněné krasobruslení)

A až nebudeme poškozování traumatickými porody a sarkastickými učitelkami, bude to ještě rychlejší. Každý nový hudební nástroj, který si vyrobí s těmi dosavadními nespokojený nadšenec, každý nový nápad každé nové sci-fi knížky (kterou její autor celé měsíce soustředěně vymýšlí) něco posouvá, a mozek dědečka, u jehož nohou posedává vnouček s malým dlátkem a kusem dřeva, nebo děti spisovatele, který si hraje a vymýšlí, roste a pracuje stále efektivněji, koherentněji. Až se navíc budeme rodit, vychovávat a vzdělávat optimálně, a až budeme i optimálně, důstojně a v klidu umírat, třeba budeme předávat znalosti a dovednosti stejně efektivně jako tibetští tulkové.

Na konci 1. světové války byl jistý mladý Slovák coby zajatec Rusů převážen vlakem poblíž hranice s Čínou. Podařilo se mu

vyskočit z jedoucího vlaku a hranici přejít. V nejbližším městečku se ho ujal tamní irský kněz a dal mu peníze na jízdenku do Šanghaje. Už se v životě neviděli, ale architekt Hudec změnil tvář Šanghaje a postavil tam celou řadu dodnes fungujících divadel, nemocnic, škol, a také první tamní mrakodrap. Naznačuji, že pozitivně myslící a jednající člověk i přes případný nedostatek zpětných vazeb buduje nepřetržitou linii předávaných kompetencí i dnes... navíc pokud se snaží nekontaminovat své myšlení bacily pochybností. Protože stačí, aby jeho pro druhé vykonaná činnost ovlivnila jednoho jediného člověka, ten pak třeba ovlivní kus historie.

Naznačuji, že zatímco po nás nezůstane nic z toho, co sami spotřebujeme a zkonsumujeme (celý spotřební kapitalismus růstu růstu je kontraproduktivní nesmysl), vše nehmotné, laskavé, obětavé a pozitivní, co děláme pro druhé, zůstává (přinejmenším v naší a jejich paměti, a v paměti dalších generací).

Svůj lidský svět tedy ovlivňujeme daleko víc než tušíme, a měli bychom si být vědomi zodpovědnosti za každou myšlenku, každý čin. Že současný svět a naše společnost vypadají stále chaotičtější? No protože myslíme a žijeme stále chaotičtější. Přičemž už celé roky víme, že prostě procházíme přechodovou fází (*...pomalý, zdráhavý rozpad patriarchátu, blížící se konec fosilních paliv, změna paradigmatu myšlení, vnímání a hodnot... blížíme se k bodu obratu. Fritjof Capra, 1982*), a jak je tedy důležité, zvláště v období zrodu něčeho nového, myslet pozitivně. A naše krize se pak stanou Šancí (a my budeme její iniciátoři).

Co když opravdu platí, že stačí pojmout úmysl... a objeví se i patřičné metody a přístroje, co když postačí změnit znaménko myšlení, a začít (třeba hrou) tak trénovat mozek pozitivně... aby byl pozitivní i následný a výsledný svět... který po nás zůstane.

Zabití lásky

*Za všechno prý může, jak jsem se dočetla, zabití LÁSKY, které je nejzávažnějším lidským proviněním, napsala mi jedna čtenářka. A protože láska je v naší kultuře velmi devalvovaný a vyprázdněný termín, pokusím se naznačit, co si o ní myslím. Nelekněte se alternativní až zenové otevřenosti, nepište mi negativně... naopak, otázky začínající slůvkem *jak* budou vítány a zodpovězeny...*

Především, lásku zabít nelze. To jen ono jazykové a pojmové zmatení a nadvláda logiky a pragmatického materialismu v řečech o citech způsobily, že si ji pleteme s touhou vlastnit a konzumovat. Navíc zatímco před pár generacemi „o lásce šeptal tichý mech“, dnes o ní zpívá kdejaký rocker nebo pophvězda. Přesto ale o skutečnou, autentickou a bezpodmínečnou lásku dnes u nás prostě nezakopneš, a pak můžeš mít stejně jako má čtenářka pocit, že ji ti zlí druzí zabili.

Ve skutečnosti ale platí, že pokud jsme něco umlčeli, pak schopnost bezpodmínečně milovat. O skutečných příčinách píše již celé roky. Právě nedostatek přirozených citů a muži ovládaná společnost stojí na počátku politického a hospodářského vývoje minulého století: tedy dvou světových a mnoha dalších lokálních válek, přinášejících kromě přímých obětí také nezhojitelné rány v psychice dalších generací dětí (a jejich neschopnost v dospělosti milovat).

Na otázku, co je to láska a kde ji lze najít, je možné odpovědět třeba tak, že romantická láska na první pohled je vynález teprve minulého století a zásluha hollywoodských a českých prvorepublikových filmů, v nichž si něžnou mlčící sekretářku přijede vyzvednout mladý továrník v bílé aerovce, jehož koníčkem jsou domácí práce. Stejně tak lze v souvislosti s láskou zmínit, že to, co si lidé běžně představují pod tímto pojmem, je jen pud rozmnožování, hormonální diktát evoluce, abychom předali

své geny další generaci. Ve skutečnosti to je ale hormonálně iniciovaná rezonance koherencí. Jak tomu rozumět?

Světlo svíčky nebo obyčejné baterky dosvítí jen několik metrů, protože je rozbíhavé, zatímco když se podaří paprsky zkoherentnět, zrovnoběžnit, narovnat, dosvítí neuvěřitelně daleko. Stejně tak platí, že jakmile hormony lásky zkoherentní myšlení zamilovaného, je rezonančně vyladěn na tu svou (ona na toho svého). Podobně pokud se adeptovi duchovnosti podaří meditací, zpěvem manter nebo třeba prací s mandalami spoutat a uspořádat chaos obvyklých myšlenek, jeho mozek najednou začne pracovat koherentně... a pak teprve přirozeně začne milovat celý svět. Všechny a *unconditionally*. V češtině nemáme přesnější termín, a tak toto anglické slovo překládáme jako *bezpodmínečný*. Ve skutečnosti nám ale sousloví bezpodmínečná láska nic moc neříká. Stále nechápeme, že láska není cit a sexuální náklonnost k tomu, kdo se mi líbí a hodí, ale koherence, jednota těla a duše, akce a důsledek. Je to umění milovat, aniž bych vznášel podmínky a aniž bych předem cokoliv vyžadoval.

Když všichni guruové říkají, že základem všeho je láska, myslí tím právě tuto bezpodmínečnou lásku, ne to instinktivní, evolučně dané, hormonálně vibrační povahy, co tak často okecáváme, mytizujeme, oslavujeme i nenávidíme. Mluvíme a píšeme ne o podstatě lásky (to totiž ani nejde), ale o morálně duševní omáčce, kterou tak dlouho vaříme. Ve skutečnosti vůbec neumíme milovat bližního svého. Jakmile totiž začneme opravdu milovat bezpodmínečně, začneme pozitivně vnímat, plni lásky k životu a zázraku stvoření a přírody, logicky i všechno a všechny ostatní. Přestaneme si ve vztazích předstírat, začneme vnímat vše v souvislostech a posloupnostech příčin a následků.

Jakmile člověk vykročí na jakoukoli cestu vedoucí k duchovnosti, čím dál víc rezonuje a posléze se dopracuje k myšlence, že i velké

Ách, kterým náš vesmír začal, je možná jen obrovské radostné vědomí, tedy Láska. A že stejně jako malé dítě slastně zkouší dupnout do každé kaluže, tak i Vesmír zkouší experimentovat s procesem koherence a vynálezem inteligence... ale vždy je při tom přítomen akt *lásky*. Logicky z toho vyplývá, že ani pro nás není z bludného kruhu zrození jiné cesty než začít nejen svou současnou, ale i jakoukoliv jinou inkarnaci milovat. A platí: čím víc lásky dáš, tím víc jí máš.

Vývoj společnosti k dalším válkám a negativní zkušenosti nezabily lásku, ale přirozenou tendenci zdravého organismu směřovat v každé další generaci ke stále větší koherenci. Přitom každý v sobě máme potenciál dosáhnout osvícení, a každý máme schopnost bezpodmínečně milovat. Jenže popletení verbálními pastmi devalvovaného jazyka a poškození zbytečně bolestivým a traumatickým porodem milujeme spíše láskou opičí.

Na otázku, co je to láska a kde ji lze najít, lze tedy taky odpovědět takto: Když se na lásku musíš ptát, nepochopíš ji. Až budeš milovat, poznáš to. A jak ji najdeš? Není cesta k lásce, Láska je Cesta. Miluj, a budeš milován... Kdo skutečně miluje, ví stejně jako šaman, že nemůže změnit počasí, osud, partnerku, ale že jediné, co může, je *změnit vztah* k počasí, partnerce, osudu. Tedy sebe. Z lásky. A to je láska...

Poděkování

Dokončila jsem korektury nové knihy Vlasty Marka a v samém závěru dne jsem si s přítelem zatančila. Jak jsme tak věřili v pokoji na všechny světové strany, „nemeditačně“ mi ubíhaly myšlenky právě k Vlastovi a jeho úctyhodnému životnímu dílu.

Napadlo mě, kolik toho pro nás tenhle neuvěřitelný člověk udělal a stále dělá, s jakou paličatou umanutostí nás pořád probouzí a všelijak námi otrásá, někdy i způsobem, který se nám nemusí zamlouvat. Ale dokážeme-li neposuzovat, nesoudit a přenést se přes formu k obsahu, nemůžeme nevidět naprosto úctyhodné životní dílo.

Napadlo mě, že ač vím, že mu lidé píšou nejen pohoršené, ale někdy i děkonné maily, mělo by se konečně aspoň v jedné jeho knize objevit řádné poděkování, jaké si člověk jeho formátu zaslouží. Je to on, kdo do českých končin přinášel a přináší podnětné a inspirativní postřehy a myšlenky, ať už před desetiletími o zen-buddhismu a alternativní, „tajné“ hudbě, nebo dnes o přirozených a orgasmických porodech a nutnosti přejít od čekání na vnější změny ke změnám vnitřním.

Bez ohledu na to, že s ním třeba ve všem nesouhlasíme/te, cítím nutnost sklonit se s úctou před jeho neúnavnou prací, kterou nás ženy tak naléhavě nabádá a inspiruje ke změnám. Někdy příliš nabádá, někdy příliš vychovává, někdy prosakují do jeho fejetonů vlastní hluboká zranění. Nad tím vším se ale klene jako most přes rozbourané řeky jeho obdiv k Ženám, Mužům, Životu, Cestě, Probouzení. A za to mu patří dík.

Vlasta

Kniha navazuje na knihy fejetonů pro ženy a o ženách a porodech *Každá maminka je Mozart* (Stehlík 2007), *Hlásím se o Nobelovu cenu* (soukromé vydání 2008), *Kusanec štěstí* (dtto 2010) a *Nová doba porodní* (druhé aktualizované vydání 2010), vše volně na internetu na adrese blog.baraka.cz

Původní a delší fejetony jsou na internetu obohaceny řadou odkazů přímo v textu, takže jsou některé pojmy, náměty a problémy jejich řešení doplněny o celou řadu dalších informací, vizí a metod.



Především jsou ale tyhle „ženské“ úvahy jakousi neoddělitelnou druhou polovinou jiné mé souběžně vycházející knihy, která pod titulem *Čím se živí duše* přináší spíše duchovnější a mužská témata.

Když si navíc na YouTube zadáte do vyhledávače Vlasta Marek, vypadne vám celá řada video přednášek jak na hudební, duchovní, tak také i na ženská a vztahová témata.

Obsah

Bonding - porodní radost?	4
Co jim neřekli o kouření	6
Co se ženám také nabízí	9
České ženy rády drží	12
Desatero porodní síly	14
Emancipovat se (v kině)	17
Epidurální trip	20
Gender proti přirozenosti	23
Ideální vztahy	25
Jak jsem dokázala zůstat ženou	28
Jak to bývá se ženou kterou muž nebije	31
Ještě bonding	34
Kde se bere zlo	37
Když už i Yoko Ono	40
Konstelační guláš	43
Kontaminace (nejen konstelací)	46
Krásné mladé osamělé	49
Kupovala by Whiskas	53
Maškaráda (ženství)	55
Muž u porodu	58
Naše dětská traumata	61
Nehoráznost porodníka	64
Nomen omen	67
Obstetrix	70
Pandořina pilulka	73
Porodit buddhu	75
Tělo ženu neomezuje	78
(Téměř) vše se dá napravit	81
Vrozeně osvícené	84
Pomohl by (vědcům) rituál přechodu?	87
S křížkem po funuse	91
Co po nás zůstane	94
Zabití lásky?	98