

Vlastimil Marek

Kusanec štěstí

Další fejetony o duchovnosti,
hudbě jinak, ženách a jiném myšlení

© Vlastimil Marek
Vydáno vlastním nákladem
Praha 2010

Fotografie: Václav Adámek (přední strana obálky) a Milan Plchot (zadní strana)

Upozornění

Následné fejetony nejsou pro časopisecké čtenáře, naježené ženy, profesory konzervatoří a ty, kteří se ještě nerozhodli (ti necht' si případně čtou v knihách *Když už i dalajlama, Každá maminka je Mozart, Návod na použití člověka, Hlásím se o Nobelovu cenu, Trhlina v realitě a Co je za hudbou*).

Naopak, je to doufám velmi výživné a postrkovací čtení pro ty, kteří už zjistili, že člověk je nejen tělo a mysl, ale také něco, čemu se říká duše.

A že duchovnost (spiritualita) a hudba, která léčí a povznáší, a opravdová, ryzí ženskost bezpochyby existují. A že spolu souvisí víc, než zatím tušíme.

Ženám tak neuškodí přečíst si něco o hudbě nebo mužích, jejich partnerům zas neuškodí přečíst si něco o (praktické) duchovnosti.

Zvu také všechny, kteří a které se nebudou bát začít ptát a případně zkusit některé praktické metody duchovnosti: najděte si mě a zkuste si mě vyslechnout na přednášce, nebo zažít na živo na některém semináři.

Čtení takto záměrně nahuštěných fejetonů není a nebude snadné. Ale ono v životě lidském nic z toho, co skutečně přetrvá a buduje základy trvalého vnitřního klidu a míru, snadné není. V mých knihách (a na blogu) je teď už všechno, co jsem chtěl a musel předat, a co je třeba k objevu, využití a završení Cesty k poznání sebe sama a k osvícení.

Jen ten, kdo hledá, najde (i pomocí vyhledávače).

Připraveni? Tak se do toho pusťte... začít můžete odkudkoliv.

Přeji zábavné a výživné počtení.

To tě neuživí

Maminky mají o své děti, zvláště syny, starosti i co se týká jejich budoucích povolání. Ale ani ty současné netuší, jak moc své syny (i podvědomě) směřují a že většinou svým potomkům spíše překážejí. Tak jako žáci ve škole plní (i podvědomá!) očekávání pedagogů, plní děti i podvědomá očekávání matek. Je to jako ve vztahu žen k mužům: žena, která svého partnera neustále jen kritizuje a peskuje (jaký je nešika), „vychová“ z něho nakonec nešiku. Když matka ve svém synovi „vidí“ budoucího laskavého a partnerce imponujícího Muže (který je pak schopen se stát vynikajícím a nakonec i uznávaným odborníkem ve své profesi), on se tím vším i stane.

Napsala mi jedna maminka, že si její muž pořídil satelit a teď se synem neustále přepínají (mezi kanály mnoha desítek televizních stanic): chtěla poradit, jak to má synovi vysvětlit nebo zakázat. Odepsal jsem jí, ať rozhodně nic nezakazuje a nechá oba, muže i syna, si hrát. Zatímco ženy mají nejraději vztahové a pomalu a předvídatelně se vlekoucí seriály, muž (průzkumník) potřebuje objevovat nové a nové možnosti a trénovat bdělé vědomí (lovce jelenů). Pokusil jsem se jí vysvětlit, že i já, pokud se dívám na televizi, nejraději přepínám (a v pohodě stíhnu vrcholový fotbal, přírodopisný film z Galapág i besedu na téma problémy školství nebo přehled zpráv i s počasím), a že takto se její syn připravuje na své budoucí, dnes třeba ještě neexistující povolání. A připomněl jsem jí, že Johna Lennona vychovávala tetička, která mu celé roky neustále připomínala: „Johne, nech tu kytaru, ta tě neuživí...“

Když bylo v Polsku v roce 1981 vyhlášeno stanné právo, mladí adepti zenu a buddhismu velmi lacině koupili opuštěnou a rozpadající se farmu a zkoušeli se uživit sami, bez nutnosti pracovat pro režim. Postupně byli dokonale nezávislí a peníze potřebovali vlastně jen na baterie do walkmanů (protože jim mléko a sýry od kravičky a vypěstovaná zelenina na uživení stačila). Kromě meditační praxe si ale pravidelně užívali velmi ekologický a duchovní rituál – agnihotru. Tehdy samozřejmě netušili, čím se budou žít v budoucnu: velmi „čistým“ popelem z agnihotry (v obrácené měděné pyramidce se při východu nebo západu slunce a za zpěvu mantry spaluje sušený kravský trus politý máslem ghí) hnojili travičku, ta stále kvalitnější travička živila kravičku, její stále kvalitnější mléko živilo stále čistší a svobodnější osobnosti, a stále kvalitnější kravince poskytovaly „hmotu“ pro pálení agnihotry a tak dokola... dnes jsou tihle mladí mužové úspěšnými exportéry sušeného kravského trusu pro agnihotry v celé Evropě. Hm. Jsem si naprosto jist, že jim jejich matky neustále připomínaly, aby nechali těch kravinců, protože ty je neuživí...

Děti by měly mít možnost si celé dlouhé roky (ideálně až do maturity) hrát. Při hře se nejvíce naučí (i učit se). Bill Gates je dalším příkladem: celý život dělá to, co ho baví. Proto to dělá dobře a proto ho to nakonec uživilo. Jsem si téměř jist, že i jemu tatínek celé roky říkal „Bille, nech toho programování, to tě neuživí!“.

Na několika konferencích jsem se potkal s Christianem Rätchem. V 60. letech začal brát drogy. Zkusil vše, co se dalo, ale velmi „vědecky“: velmi opatrně zvyšoval dávky. Jeho matka mu zcela jistě důsledně domlouvala: „Christiane, nech ty drogy, ty tě zničí a rozhodně neuživí!“, ale Christian neposlechl, šel za hlasem svého srdce, dělal to, co ho bavilo, a dnes je jedním z nejuznávanějších odborníků na drogy, má řadu titulů před a za jménem a je zván na konference po celém světě.

Podobně tak syn známého hudebníka. Nepotatil se, a místo aby studoval hru na nějaký hudební nástroj a stal se muzikantem, „bavil se“ sportovním lovem ryb. Tatínek mu zcela jistě neustále vyčítal, aby nechal těch udic, ty že ho neuživí. Vida, syn je dnes celosvětově uznávaným sportovním rybářem, má vlastní televizní pořad a cestuje a loví a natáčí přírodovědné filmy (a je šťastný).

Maminky, zvláště v téhle době nemůžete ani tušit, co uživí vašeho potomka. Jeho povolání možná ještě neexistuje. Pokud ale najdete odvahu mu nepřekážet, a naopak ho podporovat ve všem (tom smysluplném), co ho baví, zcela jistě z něho vyrostete spokojený, usměvavý, zdravý, laskavý, a tím pádem i úspěšný člověk.

Pěstujme si disidenty

Jemně upravený titulek naznačuje jak směr úvah níže citovaného komentátora z týdeníku Respekt, tak to, o čem chci právě uvažovat. Vyprávěl jsem svým posluchačům (a psal čtenářům svých samizdatových, po vlastech moravských a českých kolujících občasníků) již v polovině 80. let, jak důležití jsou např. pacienti kverulanti, kteří brblají a neustále na lékařích chtějí další informace (dnes víme, že se léčí rychleji a celou společnost stojí mnohokrát méně, než ti poslušní), a jak důležití jsou ti na okraji (však jsem také hned po sametu – na Středoevropské univerzitě – napsal svou práci *Na okraji* právě na toto téma).

„Jak ukazuje řada publikací o finanční krizi, ve všech institucích působili lidé, kteří varovali před přílišným spoléháním se na matematické modely a před riziky... jenže byli jako alarmisté či kverulanti vyštvaní nebo umlčeni,“ píše Jan Macháček a pokračuje: „Vzhledem k tomu, že státní regulace, podobně jako armáda, často zbrojí na minulé bitvy... je těžké se domnívat, že se podaří vymyslet lepší regulaci. Řešení se nachází v kultuře instituce, je třeba věnovat větší pozornost kritickým a oponentním hlasům.“

Jako na zavalanou se na Britských listech objevily články, řešící „moudrost davu“. I když byly užity v poněkud jiné souvislosti, citované výroky přímo potvrzují, co chci naznačit: že každá společnost by si měla v zájmu celku a celospolečenského „selského rozumu“ své „disidenty“ a „potížisty“ pěstovat. Že experti (jednotlivci) se pravidelně mýlí a (co nejrůznorodější) skupina je dlouhodobě pravdě blíže.

„Scott Page, politolog z University v Michiganu, zjistil, že skupiny, tvořené zároveň chytrými a ne zrovna chytrými lidmi, mají vždy lepší výsledky než skupiny, složené jen z chytrých lidí. Potíž totiž je, že samotná inteligence nedokáže zajistit přítomnost různých pohledů na zkoumaný problém. Potíž je, že inteligentní lidé mají tendenci reagovat podobně. To znamená, že skupina jako celek ví méně, než by jinak mohla vědět. Přičleníte-li do skupiny pár jedinců, kteří jsou méně inteligentní, ale mají jiné schopnosti a zkušenosti, zlepší to její výkon. Homogenní skupiny nejsou dost schopné na to, aby dokázaly zkoumat alternativní řešení. Je velmi cenné přivádět do společnosti nové lidi, i když jsou méně zkušení a méně schopní, protože to málo, co takový nový člen přinese, je jiné,“ uvádí Jan Čulík.

Zatímco diskutéři-experti i zde pohrdlivě zmiňují davovou psychózu či „chování jak ovce“, již před mnoha lety jsem nejen já kladl otázky směřující ke kolektivnímu vědomí či umění hejna špačků či mořských ryb nikdy se nesrazit. Zatímco všechna, i ta naše média, jsou plna předpovědí a názorů Expertů, jimi neočekávané krize stejně přicházejí. „Je spolehlivě zjištěno, že většina expertů se dlouhodobě systematicky mýlí. A navíc nemají tušení, že se mýlí,“ shrnuje autor knihy *Moudrost davů* James Surowiecki.

Další zadostiučinění a naděje na pozitivní změnu v docela jiném oboru mi přinesla stať převzatá Respektem z listu *The Economist* *Když stát vodi děti za ručičku (štědré vynakládání veřejných prostředků na blahobyt dětí se leckdy mají účinkem)*, přinášející zprávu Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj (OECD) s mnoha velmi zajímavými srovnáními různých států (a často velmi nelichotivými informacemi o USA). Například bylo zjištěno, že v roce 2003 vynaložily vlády zení OECD na jedno dítě do 18 let v průměru 126 tisíc dolarů

(bez zdravotní péče). Mne zaujalo především to, že (kdy že jsem o tom psal poprvé? V roce 1986 nebo až 1994?) OECD došlo k některým jasným závěrům: „Organizace kladně hodnotí podmíněné finanční příspěvky (například dávky matkám, které předtím absolvují předporodní vyšetření) a zasazuje se o to, aby se výdaje přesunuly z období puberty ve prospěch prenatálního stadia a raného dětství.“

Konečně někdo rozumný chce jít rovnou k příčině a neřešit až následky. Je přece logické, že v pubertě už se s dítětem, poškozeným porodem nebo nepoučeným a rizikovým těhotenstvím (matky klidně kouří a pijí alkohol, ale také přestavují byt či dokončují diplomovou práci v devátém měsíci), moc dělat nedá. Konečně snad i různé nadace začnou podporovat spíše praktické metody prevence než následnou péči o ty již poškozené.

Zatímco militantně vedený rozhovor zuřivého reportéra J. X. Doležala s porodní asistentkou vyvolal vlnu emocí a reakcí (a o to, a čtenost Reflexu, jde v první řadě), sloupek *Očima C. H.* (Cyrila Höschla) to uvedl na správnou míru:

„O vlivu porodních traumat na další vývoj dítěte se nemluví jen v alternativní medicíně, ale v medicíně vůbec. Porodní traumata souvisejí nejen s depresí (jak naznačoval dotaz čtenáře, pozn. aut.), ale i jinými vývojovými poruchami: schizofrenií, dětskou mozkovou obrnou, různými typy mentálních retardací a jiných duševních a mentálních poruch.“ Zároveň ale profesor Höschl uvádí, že „novorozenec kupodivu docela dost vydrží a mnozí jedinci s porodními traumaty v anamnéze to dotáhli daleko a rekrutovali se z nich i géniové jako Pasteur. Nepříznivé důsledky porodních komplikací jsou známy, nemusí se ale vždy uplatnit.“

Ano. Stále však visí ve vzduchu ona lacinější, dostupnější a smysluplnější... prevence. Pěstujme si tedy disident(k)y a potížist(k)y v každém oboru, i kdyby to mělo být finančnictví nebo porodnictví (anebo puberták v rodině či oponující partner). A na různé ty experty (za jaké se považuje JXD) nahlížejme laskavě, protože (viz výše), oni se mýlí, ale nemají tušení, že se mýlí...

Mamografy a jiná solária

Je to stále stejné: „boží“ v bílých pláštích jsou také jenom lidi a snadno podléhají vábení farmaceutických firem nebo výsledkům té které (bůhví kým objednané) studie. Psal jsem o tom mnohokrát a už téměř nemusím, protože doba, za kterou se zjistí, že ten který převratný vynález (přístroj, lék) zase až tak převratný není – a někdy dokonce i prokazatelně škodí – se zkracuje. Například se ukazuje, že přílišná vyšetření (mamograf, ale i ultrazvuk v těhotenství) jsou spíše škodlivá a že solária (kdo by to byl řekl, že?) jsou škodlivá právě tak jako mobil v kapse.

Lékaři varují statisíce žen ve věku do 40 let, ať zbytečně nechodí na mamografické preventivní vyšetření. Poprvé zveřejnili varování, že „prevence“ nemoci někdy může nadělat víc škody než užítku. Mamografy totiž nejsou zcela nevinný přístroj a vyšetření není bez rizika. „Jako u každého ionizujícího záření je u něj důvodné podezření, že může vyvolat rakovinu,“ připouští onkoložka Jana Prausová. „Ženy si příliš brzkým vyšetřením na mamografu mohou nádor samy vypěstovat,“ potvrzuje onkolog David Feltl.

Objevily se další údaje, výmluvně potvrzující známé rčení, že lékař sice léčí, ale příroda uzdravuje. Během stávky zdravotníků v Izraeli se snížila úmrtnost v zemi o polovinu. Stejně to bylo ve městě Bogota, kde v průběhu dvouměsíční stávky lékařů a sester klesla úmrtnost o pětatřicet procent.

Respektovaný lékařský časopis British Medical Journal teď zveřejnil rozsáhlou studii ze zemí s velmi rozvinutou „preventivní péčí“ pro zachycování žen s rakovinou prsu, takzvaným screeningem. Ta naznačuje něco hodně podobného. Tedy že přehnané monitorování rakoviny prsu a nadměrná péče přináší nejen nesporné výhody, ale také negativa. „S rozvojem screeningu se přirozeně zvyšuje počet diagnostikovaných případů. Ty jsou léčeny, ale mnohé z nich zbytečně a pacientky jsou vystavovány psychickému i fyzickému stresu,“ píše se ve zprávě z výzkumu. Autoři studie čerpali data z lékařských statistik ve Velké Británii, Austrálii, Kanadě, Norsku a Švédsku. A to především z pitevních nálezů. Zjistili, že v plných 52 % případů lékaři u žen udělali takzvanou nadměrnou diagnózu. Diagnóza pak vedla k tomu, že každá třetí pacientka, která prošla mamografickým screeningem, byla léčena zbytečně.

Podobné je to se solárii. Čeští kožní lékaři chtějí prosadit zákaz návštěv solária do 18 let věku, jako se to podařilo od roku 2010 jejich kolegům v Německu. Předseda České dermatovenerologické společnosti profesor Petr Arenberger uvedl, že pravidelné návštěvy solária v mladém věku zvyšují riziko rakoviny kůže o 75 %. Podle nedávných zjištění České obchodní inspekce totiž osm

z deseti kontrolovaných solárií překročilo normy pro povolenou sílu záření, některá až trojnásobně. Lékaři také prosazují zákaz solárií s mincovým automatem, kde se nedá hlídat doba záření, a trvají na tom, že solária nesmějí používat název biosolárium. Považují ho za klamavý, protože solária nemají nic společného s bioprodukty.

I mezinárodní agentura pro výzkum rakoviny (IARC) vydala varování, podle kterého jsou solária nade vše pochybnost karcinogenní. Čeští odborníci rozhodnutí vítají, i když upozorňují, že nejde o zcela překvapivý fakt. „Je obecně známo, že UV záření kůže poškozuje, a není žádný důvod, proč by solária měla být výjimkou,“ říká Petr Arenberger.

Mobil v kapse škodí spermiím, tvrdí zase australští vědci. Lidské spermie poškozuje i slabé elektromagnetické záření mobilních telefonů. Na první pohled nemá elektromagnetické záření z mobilního telefonu dostatek energie k tomu, aby škody na DNA vyvolalo. To dokáže například radioaktivní záření s mnohem vyšší energií. John Aitken a jeho spolupracovníci ale odhalili, že záření mobilních telefonů působí v lidských spermiích přednostně na jejich mitochondrie. Elektromagnetické záření mobilů narušuje v lidských spermiích „izolaci“ mitochondrií, a z těch pak unikají volné elektrony. Právě toto „prosakování“ elektronů stojí zřejmě na počátku všech defektů, jež postihují spermie vystavené záření z mobilů. Mužům v reprodukčním věku hojně užívajícím mobil proto australští vědci doporučují nenosit přístroj v kapsách kalhot.

Naivita značné části občanů-pacientů (a uživatelů) a profesní slepota čouhající z takovýchto zpráv jako ona příslovečná sláma z bot (jakož i naprostá absence principu předběžné opatrnosti) mne nepřestanou udivovat. Nabízí se tak selským rozumem vnučovaná, i když jen řečnická otázka: Když mobil v kapse, který se jen sem tam přihlásí, škodí spermiím (resp. mitochondriím), jak by mohl neškodit např. neuronům v hlavě člověka, který celé dlouhé minuty telefonuje s tímto „soláriem“ přímo u ucha?

Řešení je jediné: být aktivní, naučit své děti (a žáky a studenty) kriticky myslet a nebát se ptát, šířit informace (především o pozitivních návrzích řešení) a nepodléhat módním vlnám (lékařské i jiné vědy, ale i kosmetiky): dodržovat zásady principu předběžné opatrnosti.

Tak jako se traduje, že Římané zdegenerovali na olovo (z vodovodních trubek), mohlo by se v budoucnu říkat, že příčinou našeho postupného zániku byly ultrazvuky, mamografy, mobily a jiná solária.

Přepych a moc

Žijeme překotnou dobu počátku jednadvacátého století se softwarem lovce mamutů. Psal jsem o tom již mnohokrát, ale většina mých čtenářů evidentně nepochopila všechny souvislosti a důsledky (jinak by přece již dávno ti předběžně opatrnější začali se sebou, svými emocemi a hormony něco dělat). Píší také pravidelně o metodách a způsobech, jak ven z pasti oněch evolučních (programových) sluhů, ze kterých se stali zlí páni. Ohlasů ale překotně ubývá.

Mozek člověka je dokonalý, ale také neustále se měnící zázrak. Neustále se přizpůsobuje vnějším podmínkám a také tomu, co právě člověk pravidelně a intenzivně dělá. Protože ale musí šetřit energii, cenzuruje nám (aniž to tušíme) naprostou většinu vjemů. Zatímco máme dojem, že jsme svobodné bytosti a že řídíme své životy, řídí nás programy mozku a zvyklosti myslí. Učíme se metodami pokusů a omylů a v onom velmi zjednodušeném (cenzurovaném, kapacitně omezeném a „zavírovaném“) modu si neuvědomujeme, že a jak moc jsme ovlivněni a podmíněni svými evolucioně vyvíjenými instinkty a zvyky.

V davu jsme stále agresivnější, aniž nám dochází, že je to tím davem: evoluce nás vybavila pojistkami pouze na ty „zbraně“, které máme, tedy zuby a nehty (viz Konrád Lorenz), a také pro život v tlupě o třiceti až šedesáti členech. Nepočítala s oštěpy, šípy, střelnými zbraněmi, či tlačítkem v bombardéru.

Tvrdím již dlouho, že jsme prakticky bezbranní vůči účinkům symfonických orchestrů a velkých rockových stadiónových rituálů, že nejsme připraveni na atomovou energii (zatím atomem jen topíme pod parním kotlem), na televizní a mediální reklamu. V poslední době navíc s obavami sleduji rozmach dalších dvou nebezpečných tendencí: stále naivněji a neovladatelněji podléháme přepychu (zvláště ženy) a moci (zvláště muži).

Jako žena onoho rybáře, který vylovil zlatou ryбку: chceme všechno a stále víc, ale takto nikdy nejsme a ani nebudeme spokojeni. Jako stádní savci na vrcholu vývojového žebříčku jsme celou historii a nejméně dvě desítky tisíc let existence rodu homo sapiens žili v neustálé snaze přežít (a jediné hmotné bohatství bylo těch pár kožešin nebo mnohem později kravka či malé políčko). Naše těla byla specializována na umění vystačit si s minimem, nikoliv se koupat v přebytecích. S přepychem a mocí se přitom ve všeobecnějším měřítku setkáváme až v posledním půlstoletí – nemáme na ně pojistky. Chcete názornou metaforu? Je to asi jako kdyby si důchodkyně, kterou celý život vozil manžel v Trabantu, pořídila na leasing sportovní Porsche.

Symptomatický je v této souvislosti i případ cukru: protože v přírodě je sladké vzácné a protože cukry potřebujeme, evoluce nás obdařila touhou po sladkém. Jenže my si dnes dokážeme cukrů (a čokolád a sladkostí) vyrobit tolik a v takové nabídce, že coby rod nezřízeně tloustneme.

Málokomu z řad ekologů a vegetariánů přitom dochází, že dnes jsou přepychem i desítky smažených a sladkých pochutin v původně laciných indických samoobslužných dhabách (příčemž malá či větší porce jejich menu obsahuje sama o sobě polévku, rýži, *sabdzí*, tedy různě upravenou zeleninu, a *dál*, tedy různě upravené luštěniny): v horách v Himálaji dostanete jediné jídlo a jak jste za ně vděční...

Podobně je to s mocí – kmenový náčelník si musel svou pozici tvrdě a s nasazením života vybojovat a byl také později „nahrazen“ mladším a silnějším: svou moc si musel zasloužit. Dnešní volení a neodvolatelní „mocní“ jsou svou mocí nemocní, protože nejsme evolučně vybaveni na to, aby jeden člověk řídil říši o stamilionech obyvatel. Jinými slovy, fatální chyba náčelníka pastevců mohla negativně ovlivnit jen pár desítek jeho soukmenovců, chyba ředitele světové banky vládnoucího stejným „emočním softwarem“ jako onen pastevec ovlivní (v době, kdy jen 4 % financí jsou reálná, všechno ostatní jsou virtuální pohyby virtuálních částek po sítích propojeného bankovního a měnového světa) celé světadíly.

Právě tak člověk (zvláště žena) dokáže realisticky pracovat jen s čísly o jeden řád převyšujícími počet prstů na rukou a nohou. Bankéř (či pražský zastupitel), operující s biliony, má totéž „softwarové vybavení“ myslí a při koupi desáté vily u moře a dvacáté jachty je právě tak nerealisticky hamižný (a nakonec neukojený) jako původně velmi chudá žena rybáře se zlatou rybkou: i s přepychem a mocí je to jako s drogou, člověk potřebuje stále větší dávky.

Právě tak nám stále nedochází, že většinou poškozujeme své děti nejen způsobem porodu, ale i výchovy v prvních letech jejich života (dětský mozek se nadále vyvíjí, nejméně do sedmi let, a výchova do značné míry určuje, jaké budou naše děti v dospělosti: jestli vyrovnané, optimistické, zdravě sebevědomé, pokud je chválíme, anebo úzkostné, bojácné, niterně stažené, pokud je jen kritizujeme a trestáme za něco, za co nemohou... a proto se později z nejistoty uchýlí k nějaké výrazné vnější „autoritě“ nebo droze).

Rodiče neschopní skutečné lásky (i oni již byli poškozeni porodem v porodnicích) si své nedomazlené děti, na které si nedovedou najít čas, kupují tunami dárků.

Právě tak nám nedochází, že demokracie je ve věku tak snadno zneužitelných médií a voleb a přepychu a zneužitelné a prodejné moci (nabízí se slovo

„přepychokracie“, anglicky snad *luxuracy*) spíše kontraproduktivní a že vážení poslanci a poslankyně jsou právě takoví samci a samice, kteří a které se pod vlivem hormonů nedokáží rozhodovat ve prospěch komunity (jedině snad ti bohatí zkušení a ty moudré po přechodu).

Ženy, které nejméně dvacet tisíc let trénovaly schopnost postarat se (hmotně, tedy ve formě potravin a oblečení) o své děti a rodinu, přičemž měly (přírodou, podnebním a primitivní společností) jen velmi omezené možnosti, dnes nesnesitelně snadno podléhají touze hromadit víc a víc: tak jako rozmazlené dítě, lačnicí po dalších a ještě sladších lízátkách, nemají v mozcích na tolik možností výběru „pojistiky“. Zatímco generace s válečnou zkušeností má dodnes snahu hromadit zásoby (poznala nouzi), dojídat talíř i s plným žaludkem a pokud možno nic nevyhazovat, dnešní generace je v jídle nesnesitelně vybíravá a zvyklá, že věci (a vztahy) se neopravují, ale rovnou vyhodí a nahradí nejnovější verzí.

Poněkud utopicky se domnívám, že nám všem – a zvláště ženám – by dnes, v době, kdy se láme chleba, slušela dobrovolná skromnost (z hlediska individuálního i celospolečenského). Právě ženy by si tak ušetřily hodně trápení, protože dnes jsou, z té záplavy možností, zmatené a vlastně nešťastné: zatímco mozek muže je hemisférově jasně oddělen, mnohem propojenější mozek ženy se neumí rozhodnout. Jestli se před třiceti lety musela česká (nebo čínská) žena rozhodovat mezi dvěma druhy másla a chleba, dnešních tucet druhů obého (a to nezmiňuji výběr oděvů, šperků či strakatých časopisů) jí způsobuje spíše starost než radost (a další a další nákupy jsou pocitu štěstí spíše nepřímo úměrné). Jak poznamenal Cyril Höschl, „nešťastnými se cítíme ve chvíli, kdy začneme aspirovat na něco, co je za hranicemi našich možností.“ Nastávající éra přepychu a (zneužívání) moci vede přímo ke stavu, ve kterém bude, přes všechno přepych, nešťastné celé lidstvo.

Jde o to, že pokud nevezmeme v potaz právě ony výše zmíněné evoluční danosti a mechanismy (a nenaučíme se je už v dětství obejít či vypínat anebo přímo zvládnout) a pokud si pokorně nepřiznáme svou evoluční o- a vy-mezenost, tak z tobogánu do hlubin katastrofy rozjeté civilizace, která neumí reagovat na své chyby ani na své chybující politiky a bankéře, už nedokážeme slézt. Těmi posledními vložkami, jež strhnou lavinu (která má u nás podobu např. kolabujícího důchodového systému), pak mohou být a budou přepych a moc.

Na vlně

Cestovat po velkých městech je často otrava. Zvláště když člověk musí víckrát přestupovat. Obvykle z příměstského autobusu na metro a někde na druhém konci opět na tramvaj nebo autobus. Čekání na další spoje, které právě ujely, dobu cestování notně prodlouží. V Praze už dlouhou dobu užívám metodu intuitivního přestupování. Někdy (sám nevím proč) zrychlím sestup po schodech, popoběhnu po eskalátoru... a vejdu do vagónu metra, právě když se ozývá: „Ukončete nástup, dveře se zavírají!“. Netuším, jestli mne popohnala intuice, protože jsem i v tom hluku kolem nějak zachytil zvuk příjíždějící soupravy, nebo jestli má mysl reaguje na jiné podněty, ale takto obvykle chytám další spoje a projedu Prahou za mnohem méně času než ti, kterým tahle plynulost, tedy cestování „na vlně“, nefunguje.

Skeptik může namítnout, že pražské metro už znám tak dokonale, že prostě vím z paměti, kdy jezdí, ale v tom to není. Plynulou dokonalost cestování na vlně jsem objevil před třiceti lety v Japonsku. Potřeboval jsem se dostat z Tokia do Kyota, což je takových 600 kilometrů, a neměl jsem peníze na jízdenku do rychlovlaku typu Šinkansen (dnes u nás Pendolino). A tak jsem jel místními rychlíky, od většího města k většímu městu. Musel jsem jet v prvním vagónu, abych stihl vyskočit, doběhnout na další nástupiště, nastoupit do posledního vagónu dalšího vlaku v témž směru, a opět se (překvapivě rychle) dopravit do dalšího menšího města (cestou jsem samozřejmě musel přejít do prvního vagónu). A protože japonské vlaky jezdí odjakživa na minuty přesně, byl jsem v Kyotu jen o třičtvrtě hodinky později, než kdybych jel Šinkansenem, ale za třetinu jízdného.

V Londýně se dá plynule cestovat vlastně neustále. Dvoupatrové autobusy (alespoň na těch „našich“ linkách) jezdí ve všední den každých 5 až 8 minut, linky metra taktéž. Svou průvodkyni jsem několikrát musel upozornit, že to, že vždy, když přijdeme na nástupiště té které linky a souprava právě příjíždí (nebo se nám oznamuje, že přijede do jedné minuty), není zase až tak náhoda. Jezdili jsme velmi plynule. Jednou jsme vlak metra viděli stát ve stanici, ale čekal, až nastoupíme, a teprve pak se dveře zavřely a vlak vyjel. Samozřejmě, když se jednou v neděli nedala použít obvyklá linka (něco tam opravovali), museli jsme to holt nějak objet a plynulost byla ta tam. Zato jsme ale navštívili místa, na která bychom se jinak nedostali, a viděli věci, které bychom jinak neviděli.

Můj japonský přítel Kota, se kterým jsem v Tokyu před třiceti lety jamoval (ve vypůjčené zkušebně hrál na basovou kytaru, zatímco já bubnoval na vypůjčené

bicí soupravě), a který mne před půl rokem našel na internetu a pak na půl dne navštívil v Praze, bydlí celou tu dobu v Londýně. Mohl jsem mu napsat, že přijedu, už z Prahy, ale to já ne, protože jsem to necítil: až třetí den v Londýně jsem mu poslal e-mail, a hned bylo jasné, že „je to na vlně“: on napsal, ať mu okamžitě zavolám, a hned to odpoledne jsme spolu strávili pět intenzivně prodiskutovaných hodin...

Tohle zklidnění myslí (přípravu stavu, jenž intuitivně myslí napoví, jestli tu ta imaginární vlna událostí už je a dá se na ni „nastoupit“) jsem (na)trénoval již na počátku 70. let při čekání na tramvaj na Spořilov. Interval byl půlhodinový (v noci celou hodinu), takže když jedna tramvaj ujela, musel jsem čekat na refýži, nudit se a zoufale vyhlížet další. A tak jsem v kapse vždy měl nějaké výborné čtení, na něž jsem se celý den těšil, ale které jsem „nemohl“ vytáhnout jinde a jindy, než na refýži při čekání na devatenáctku. Co se stávalo stále pravidelněji? Právě když jsem se začel, přijela tramvaj...

Naznačuji, že člověk, který má na hladině myslí tisíce propletených myšlenek, navíc ponořených v chaotickém zmatku nějaké té „špinavé“ a tělo a mysl stahující emoce (naštvanost, nenávisť, zlost, deprese atd., však to znáte), samozřejmě netuší, že někde tam má i informace o tom, jestli metro už přijíždí (a měl by tedy na eskalátoru popojít). Nedojde mu, že to, že se mu dlouhodobě nedaří a život jakoby mu házel klacky pod nohy, je snadno vysvětlitelné: buď příliš spěchá a nenechá situace dozrát (skáče do protivln), nebo je zpožděný a „vlna“ (dopravního spojení nebo života) mu vždy unikne. Nezvládnuté emoce totiž zatemní mysl dokonale i vůči vlnám daleko důležitějším...

Naznačuji, že když je člověk celkově v pořádku, harmonický – bez obvyklého zmatku myšlenek na hladině myslí – začíná fungovat na stále jemnějších energetických úrovních. Dobře a vydatně spí, dobře tráví, stále se (po)usmívá a nejen tramvaje, metra a autobusy městské hromadné dopravy, ale i události životní (a vztahové), stíhá a zvládá snadno, přirozeně a hladce, jako na vlně.

Chvála přítomnosti

Iluze myslí, že existuje budoucnost nebo minulost, je notorická a všeobecně asi nevyvrátitelná. Tak jako nás klamou smysly a my se domníváme (dokud nám to nevyvrátí ve škole a nepotvrdí obrázky z vesmíru), že Země nemůže být nějaká (země)koule, tak nás klame i způsob, jakým nám mysl na monitor mozku promítá náš svět. A také (a to je zdravotně ještě důležitější) to, jak nám předstírá, že žijeme na nějaké časové ose, a to, co jsme prožili před hodinou, skutečně existuje. Přitom současná věda už prokazatelně ví, že „žijeme“ jen v přítomnosti, a ta trvá maximálně dvě vteřiny. Vše ostatní je iluze, mája.

Ono zlaté pravidlo šťastného žití „Co děláš, dělej na 100 %“, je celkem snadné uplatňovat za babího léta, když jste zrovna dojeli (skrz dva závany vlhkosti, které vás pozdravně plesknou do nosu a tváří) na kole po cyklostezce k rybníku, v jehož vlnkách se třítí sluníčko v oparu zbytků ranní mlhy, na obzoru a břehu už začíná žloutnout a okrovět alej listnáčů, kachny (předtím asi vyrušené nějakým psem na procházce se svým páničkem) plavou tiše a v klidu uprostřed rybníka, a u břehu se v jemných vlnách na hladině opticky lámou stvolý rákosu a orobince a vytvářejí tak umělecky op-artové zarámování té dokonalosti.

Horší je to ve chvílích krizí, když něco bolí nebo se nedaří a den blbec se hlasitě připomíná každým detailem... ale i to se dá natrénovat. Velmi při tom pomáhá metoda svědka (malinký několikacentimetrový človíček vědomí nad hlavou reálného člověka vše shora – a tedy nezúčastněně, nenamočeně v emocích – pozoruje a nekomentuje). Stačí trénovat, vydržet a pak už si jen pobaveně dovolit i nějaký ten nahlédově ironický komentář: „To zase vyvádíš, co? Hezky ses rozčilil(a), jen co je pravda... Sluší ti to...“ A když je vědomí tam nahoře, tam „dole“ najednou není nad čím se čílit, není co těm druhým a osudu vyčítat. A tichá radost rozechvívá tělo a bytí.

Umění teď a tady ovšem není nějaký exotický vynález (v našich zemích již od 70. let min. stol. notně zpopularizovaný – i když jen mezi sběrateli undergroundových a art rockových alb a na psacích strojích přepisovaných spisků o indické duchovnosti – knihou Ram Dasse *Here and Now*). Zná a umí to každý, kdo se někdy „zapomněl“ v nějaké zábavné činnosti. Ať již při práci, při sportu nebo při hře na hudební nástroj. Nebo na příkré stěně skály nebo když celé hodiny maluje nějaký obraz či soustředěně okopává brambory.

Na jednom spikleneckém serveru se rojí diskuse o tom, že současná transformace (kosmických záření, posunu magnetických polí, posunu naší galaxie více ke středu a směrem k černé díře, ale i zemské atmosféry protkané

stopami po chemtrails) se u těch, kteří to mají „lepší“, protože se sebou něco dělají, projevuje zdravotními potížemi, zvláště pak bolestmi hlavy. Autoři příspěvků se navzájem utěšují popisem svých bolestí (asi tak, jako se ženy trumfují popisem svých porodních bolestí a komplikací). Hm. Mne když bolí hlava, je to buď změna atmosférického tlaku, nebo jsem to předchozí den či noc přehnal s pozorností tomu, co jsem právě dělal. A tak přestanu dělat, co zrovna dělám, vstanu (většinou od klávesnice počítače) a jdu na vzduch: hrabat listí, vytrhávat plevel, zaměstnat tělo. Když to jde, projedu se na kole. A rej nádherných obrázků babího léta, míhajících se kolem mne, tak jako hudba, spolehlivě stěračem přítomnosti očistí (přední) okno pozornosti...

Je to jednoduché: dokáže-li člověk být skutečně teď a tady, brzy také zjistí, že když je „průchozí“ (jako když otevře žaluzie), nemají se vnější negativní (elektromagnetické, energetické, myšlenkové a akustické) vlivy na čem zachytit a prostě proletí.

A objeví a (na)trénuje umění „nepřekážet“ si (a svému moudrému tělu) jak racionální, která tvrdošijně sama sebe přesvědčuje o své jedinečné neomylnosti, tak překotnou obranou (proti negativním zprávám a spikleneckým teoriím), a zvládnout (už teď nebo v budoucnu) i vnější vlivy. Chce to ale rozhodnout se a začít něco prakticky dělat. Nejen čekat, až to (štěstí, zdraví, vysněný partner, výhra ve Sportce) přijde samo. Přičemž do rubriky „něco dělat“ rozhodně nepatří psát o svých bolestech hlavy na internet. Tělo je onen (hudební) nástroj, díky kterému můžeme oceňovat nádheru přítomnosti. A o tělo – tak jako o automobil, byt nebo pleť – je třeba pečovat. Třeba tím, že stále delším pobytem v přítomnosti nebudeme překážet sobě ani imunitnímu systému... (Obvyklým stěžováním si na ty druhé a osud, vypočítáváním problémů a sledováním vražd a hororů na obrazovce totiž jen trénujeme negativní vyladění organismu.)

V létě mne na dvorku vyrušilo šídlo. Velká vážka. Říkal jsem si, že žije buď na nějakém tom zahradním rybníčku tady ve vsi, nebo dolétla až z rybníka Slatina. A podařilo se, přistihl jsem tam možná zrovna ji, a navíc spárenou – předváděly svou dokonalost letu a tvaru ve dvojici, jedno šídlo na druhé (vážce). Nejsem Dan Bárta, abych je stihl vyfotit, ale právě rozdíl mezi vážkou pozorovanou v plynoucí přítomnosti teď a tady a tou na statické fotce naznačuje i rozdíl mezi zázrakem (umění) být a žít teď a tady a pastí iluze, že život je to na fotce (monitoru, plátně) nebo v plánu a ve vzpomínce.

(Neuspěchaná, vychutnávaná) přítomnost, to je, oč tu běží. A jediné dnes, v přítomnosti, člověk může začít tvořit lepší příště.

Ženy a blahobyt

Za všechno se platí daň, a nemám na mysli jen tu ekologickou, dopravní (průměrná rychlost pohybu po větších českých městech se pomalu blíží průměrné rychlosti cyklisty, a někde i chodce) a jiné: dnes mi jde o tu, kterou budou muset někdy v budoucnu zaplatit ženy, které chtějí být nebo už se staly „samy sebou“. Militantní feministky upozorňují, že jejich „argumenty“ znám předem a že blog je subjektivní zamyšlení, které má bavit, upozornit nebo, jako v tomto případě, varovat.

Roky mluvím a píši o tom, že žena má propojenější mozkové hemisféry (než muž), což přináší jak výhody (může odpočívat tak, že si pokeká s kamarádkou), tak i nevýhody (např. s mužem či milencem si nikdy nepopovídá tak jako s kamarádkou). Jednou z dalších nevýhod je neustálé (i menstruačním cyklem podmíněné) váhání (to muži se naopak umí rozhodnout) a také až nesnesitelná bezbrannost vůči médiím a (především televizní) reklamě, stejně jako lehkost, s jakou nakonec, přes všechny řeči, že tak se chovat nikdy nebude, opakuje „program“ (rozuměj: chyby) rodičů.

Mnohé české ženy si přitom většinou vůbec neuvědomují, že dnes žijí luxusní životy (patříme mezi 5 % nejbohatších obyvatel planety Země), a neumějí přestat. Chtějí všechno. Když už mají vše, o čem jako dívky snily – tedy manžela, děti, dům, auto a digitální televizi (s pravidelnými sobotními velkonákupy ve velkoobchodech) – stejně nepřestávají toužit (po mladším muži, barevnějším automobilu či hezčím kostýmku ze strakatého časopisu) a chtít to všechno, nejradyji hned teď, mít doma. Jinými slovy, nepřestávají se trápit: protože kdesi kdysi vznikla neukojitelná touha založená na velmi naivní představě, že když budou mít další hračku (auto, chatu, kostým, milence), budou ještě šťastnější. A protože nejsou, touží a trápí se a „konzumují“ stále víc. A kdo to zavínil? Přece ten muž po jejich boku.

Abychom si rozuměli: právě tak naivně touží (a odjakživa toužili) po dalších hračkách někteří muži. Také oni (aniž by si toho byli vědomi) rozbíjeli a rozbíjejí život svůj nebo své rodiny. Dnes už v tom ale „nejdou“ sami. Současné střelbité se rozvádějící úspěšné ženy (pořad TV Barrandov o gigolech vypovídal nejen o těchto mužích, ale především o jejich klientkách) padly do pastí evolučně nastavených programů ženského mozku. A jak tak touží po dalším a novém a jiném (spotřebním zboží), jsou stále méně šťastné. A vyvádějí... (slovy klasika: „Nevědí, co chtějí, ale nedají pokoj, dokud to nedostanou.“)

Dlouhý rozhovor s někdejší idolem bohatých českých žen MUDr. Leošem Středou, multimilionářem a autorem všemožných zkrášlovacích i zeštíhlovacích prostředků, vypovídá nejen o něm, ale také o českých (a potažmo evropských) ženách.:

„Ženy celkově vždy chtějí, co nemají. Bělošky se opalují, černošky zesvětlují... Chtějí být krásné, a přitom vypadají jako mrtvolky. Dokážou se i zničit. A trh jim v tom napomáhá,“ komentuje svůj někdejší úspěch i celoevropský a západní trend.

Na otázku, jestli tedy kosmetika není obchodem s nadějemi, které se nikdy nenaplní, odpovídá: „Přesně tak. Já vyráběl krém, který v obchodní síti stál 135 korun. Kamarád to dal do jiné lahvičky, oparfěmoval to, a prodával nejprve za dva, pak za čtyři a nakonec za šest tisíc. A prodal to, protože ženy jsou přesvědčeny, že drahé krémy musejí fungovat. Proč by jinak byly tak drahé? V kůži máme stejně tzv. Schulzeho bariéru, která brání pronikání cizích látek. A protože všechny chemické složky jsou cizí látky, nic, co daný drahý přípravek obsahuje, se do ní stejně nedostane. To přednáším na univerzitě. Posluchačky mě poslouchají s otevřenou pusou.“

MUDR. Leoš Středa žil vždy několik let v Keni, v Thajsku, v Kambodži. Dnes žije na Filipínách se svými třemi mladými ženami z Kambodže, které ho milují a které se u něho v posteli pravidelně (podle abecedy) každou noc střídají. Přednáší v Česku na univerzitě a doma vyrábí dál své kosmetické trháky. Je šťastný. Realizoval sen většiny (jen českých?) mužů.

„Asijské ženy okouzlí v mnoha směrech,“ vysvětluje, „a nemám na mysli jen sex. Nejsou tak emancipované jako ženy na Západě. Protože nejsou zvyklé na blahobyť, nejsou naučené rozhazovat peníze a jsou velmi přátelské. Jsou vychované k tomu, aby manželovi doma dělaly pohodu.“

Nabízí se tedy provokativní (a varovné) otázky:

Co když stále zjevnější celková (a ve srovnání s většinou světa marnotratně zbytečná) nespokojenost českých, na stále větší blahobyť zvyklých žen nakonec donutí jinak pohodlné české muže prostě si pořídit dvě tři mladé Asiatky (které jsou poslušné a vychované pro službu svým mužům) a žít si šťastně někde v Asii?

Co když je jejich neschopnost „mít dost“ začátkem jejich konce (a ony nakonec zůstanou samy, bez opory a partnerství, jen se svými nenaplněnými a

neukojitelnými sny o dražších parfémecích a opálenější kůži a lepším zážitku s gigolem)?

Nejsou jejich bezedné a rozmazané touhy celospolečensky nebezpečné (například roste počet žen, které si nechají při porodu udělat „císaře“ na přání a nekojí, aby si nepokazily postavu, aniž se kdo zamyslí nad dlouhodobými zdravotními i psychickými následky těchto trendů)? Není tak, kdyby se spočítaly skutečné náklady a porovnal se zisky jako u kouření a automobilismu, jejich pro DPH tak důležitá spotřeba domácností kontraproduktivní a dlouhodobě celý systém spíše ničící než podporující?

Není jejich mužsky prosazovaná snaha o emancipaci začátkem jejich bezedného neštěstí? Nejsou ony tři mladé (z pohledu Západu nevzdělané) ženy Leoše Středy nakonec víc ženské a pro jakéhokoliv muže přijatelnější? Už jen proto, že „nejsou zvyklé na blahobyť“ (protože nejen v rámci současné ekonomické krize, ale i z ekologické perspektivy je cesta nastoupená nejen českými ženami cestou vedoucí do pekel?)

Tak ještě jednou: není nakonec, když si uvědomíme, že tyhle ženy zase až o tolik šťastnější nejsou, jejich a naše daň z blahobytu příliš velká? A znovu: nepodřezávají si tak tyhle ženy větev pod sebou samými, protože může nastat a asi nastane situace, kdy si čeští muži řeknou: „Všude hezký, a navíc přítulný a ne tak náročný (holky), tak co tady?“

Kvo kvo kvóty

Ne, nechci parafrázovat ten socialistický vtip, jak paní Kabrhelová (pro mladší: dlouholetá předsedkyně svazu žen) v tehdejší socialistickém parlamentu přesvědčovala pány komunisty, že není pravda, že ženy mají nižší inteligenční kvo-kvo-kvocient. Protože budou opět volby, pokusím se znovu naznačit, jak je a bylo by dobré mít přece jen více odpovídající zastoupení žen v politice.

Už nejméně třikrát jsem na internetu naznačoval, jak je důležité volit, respektive zaškrtnávat v seznamech té které strany ženy (pokud možno mladé a zelené) a nikdy jsem (kromě obvyklých anonymů) nezaznamenal nějakou relevantní námitku. Přesto je žen v politice stále méně a teď – soudě dle seznamů jednotlivých stran (ve kterých ženy jsou, ale až na nevolitelných místech) – jich bude ještě méně: téměř žádná.

I žurnalisté si toho všimli: budeme mít ve sněmovně nejméně žen z celé EU. A tak zkouší reagovat vláda. Jak to dopadne, když o tom budou opět rozhodovat jen muži? Vždy si nějaký důvod, proč odmítnout tu kterou ženu nebo dokonce princip, který pomohl upravit situaci v mnoha zemích Evropy – tedy povinné kvóty počtu žen – najdou. Samozřejmě jde o moc a peníze: kdyby v našem parlamentu seděl podobný počet žen jako v některých jiných evropských demokraciích, znamenalo by to konec kariéry až pro šedesát pět poslanců.

„Ve všech zemích Evropy, kde je třicet a více procent žen ve vysoké politice, otevřely brány do tohoto teritoria právě kvóty povinného podílu žen na kandidátkách,“ píše O. Kundra. Ani on si nemohl nepovšimnout důsledku tristně mužského (i když některé poslankyně už také myslí a jednájí mužsky) pohledu na věc: „Například ve Švédsku je v parlamentu i ve vládě zhruba polovina žen, a tak se tato země v řadě modernizačních kritérií umísťuje na předních místech na světě (od počtu vědeckých patentů přes znalost cizích jazyků a schopnost získat dobře placenou práci v mezinárodní soutěži až po konkurenceschopnost společnosti).“

Kde byly ještě před dvaceti roky Irsko, Finsko, Dánsko, Norsko a jak se změnila politika v Německu od doby, kdy tam „vládne“ Angela Merkelová? Psal jsem už před lety o tom, že zatímco muži vždy jen soupeří a nevidí dál než čtyři roky svého volebního období (důsledky jsou vidět všude kolem), ženy narozdíl od nich „umí dosáhnout dohod, v nichž je co nejméně poškozených a poražených“, jak říká socioložka Lawsonová. Podle jiných sociologů spočívá úspěch států s větším počtem žen v politice v tom, jak se díky nim řeší výzvy, před nimiž tyto státy stojí.

Pamatujete na mužskou reakci, když se naší vládě začalo dařit ve vedení EU? Jiní muži žárlivě vládu shodili.

„Vláda prý chce navrhnout, aby v každé trojici kandidátek byla jedna žena. To by mohlo znamenat, že podle výsledků voleb z roku 2006 by místo jednatřiceti mandátů jich ženy získaly šedesát pět,“ píše se v citovaném článku. Tipněte si: je náhoda, že se vládní návrh rozhodně do voleb nestihne a případně jej bude řešit až parlament následný, v kterém bude mužů ještě větší většina než dnes? A jak to s návrhem asi dopadne?

Jak z louže ven? Kapři si rybník ne vypustí. A tak vám, ženy, nezbývá, než se prostě sjednotit (jako to udělaly ženy ve výše zmíněných zemích) a vymoci si kvóty silou (klidně i demonstracemi: už vidím ty desítky tisíc žen, jak před parlamentem a sídly dvou největších politických stran skandují, protože jinak se pozornosti nedočkají: „Kvo-kvo-kvóty!“).

Desatero předpokladů (na cestě ke skutečnému ženství)

Protože nejen já, ale celá společnost potřebuje duchovní ženy jako sůl, a marně je (ji) hledám(e), a protože potkávám a slyším většinou jen o těch, které začínají, nebo o těch, které sice třeba léta pracují na poli cest k duchovnosti, ale okolnosti je donutily chovat se a jednat (a řídit své podnikání a životy) mužskými způsoby ("nosí kalhoty", aby v téhle maskulinní společnosti prorazily a cokoliv prosadily), činím tímto "desaterem" to, co v oblasti jiné hudby, tibetských mís, alikvotů nebo přirozených porodů: snažím se naznačit, jak by ty jinak (dokonale žensky) myslící a reagující Ženy bylo možno dlouhodobě vychovat.

Dokonale ženská (zdravá, intuitivní, přijímající a konejšivá) osobnost Ženy

by měla

1) být přirozeně a orgasmicky porozena (po chtěném a maminkou prozpíváném těhotenství), protože jen tak je v děťátku optimálně nastartováno zdraví a štěstí na celý život.

2) být v průběhu dětství jen chválena (a vychovávána na venkově u lesa). Do sedmi let by tak mohla být hotova její pevná a zdravá emoční struktura na celý život.

3) být učena a vzdělávána hrou (nejlépe v nějaké variantě waldorfské či jiné alternativní školy, kde se nespěchá), protože jen tak se dítě skutečně naučí jak učit, tak prohrávat (a růst zkušenostmi).

4) být učena matematice, ale i meditaci přímo zkušenými babičkami nebo z učebnic psaných ženami (ženský mozek je jiný, ale – není-li zablokován – stejně výkonný jako mužský).

5) první menstruaci oslavit s rodinou a kamarádkami, protože to nastavuje pozitivní vztah ženy ke svému tělu a k mateřství, a tedy i k sexu (a bezproblémovému početí a těhotenství).

6) pubertu prožít v bezpečné atmosféře docenění faktu, že se jí přestavuje mozek (dívka netuší, co se s ní děje; tolerantnější okolí znamená snadnější pubertu a pozitivnější průběh).

7) už od školy vědět o možnostech jak zvládnout emoce, o rozdílech mezi ženou a mužem a také o nebezpečí (především televizní a lživé časopisecké) reklamy, které hemisférově propojenější mozek ženy nedokáže odolat.

8) už od školy vědět o výhodách pozitivního myšlení a o nutnosti předporodní přípravy a během celého svého chtěného těhotenství zpívat (třeba mantry, opěvující budoucí pozitivní vlastnosti svého dítěte) a užívat si. Pozitivně (vy)laděná psychika těhotné je alfou a omegou optimálního vývoje dítěte a zdravého přirozeného porodu.

9) využít umění meditace a komunikovat se svým ještě nenarozeným dítětem. Celé období těhotenství totiž může být dokonalou meditací a léčivými lázněmi (kmenové buňky dítěte léčí i dlouhodobé zdravotní potíže rodičky).

10) porodit přirozeně, v malém porodním domě nebo doma, nejlépe jen ve společnosti dudy či pojišťovnou placené porodní asistentky (počet komplikací u porodu roste s počtem přítomných osob), nejlépe orgasmicky... a o zbytek už se postará příroda.

Permanentní vzpoura

Smysl pro spravedlnost, matčino přání, abych byl vždy slušný a poctivý, křestní jméno Vlastimil (abych miloval svou vlast) a taky celoživotní snahy nenechat se zpitomět, zglajchšaltovat, utlačit, zmanipulovat, to všechno ze mě udělalo alternativce. Nebylo to tak vždycky. Chtěl jsem být avantgardní, a tak jsem nadšeně čítával o avantgardních malířích a vynálezcích a architektech – a byl členem Pionýra a zapisoval si do sešitu všechny družice (většinou ty ze SSSR, protože o těch z USA jsem nevěděl). Byla to ještě neuvědomělá vzpoura proti přízemnosti tehdejší společnosti (psala se 50. a 60. léta) a hned po maturitě, kdy jsem prokoukl pokrytectví dospělých, jsem se vzbouřil vědomě a odešel z malého města do Prahy.

Dlouhé vlasy a rocková hudba pak byly vzpourou proti páprdům a zbabělcům na všech úrovních tehdejší společnosti, právě tak jako ranné Extempore a následně Amalgam byla vzpoura proti tehdejší beznaději hudby, která v českém podání vypadala jen jako odvar té oficiálně povolené. Hra na indické bubínky tabla byla vzpourou proti humpolácky nevytříbeným bubnům a k uzoufání a zblbnutí stejným rytmům a neustálému zvyšování hlasitosti.

Studium japonštiny a cesta do japonského buddhistického kláštera byly vzpourou jak proti instituci katolicismu, tak proti ubíjející podřízenosti malých českých dušiček, jejichž sny byly pro jistotu jen smetišťové. Zároveň to byla vzpoura proti výjezdním doložkám, devizovým příslibům a nutnosti volit komunisty (já nikdy nevolil a musel zvítězit v japonské soutěži v konverzaci, abych dostal dvouměsíční vízum, a přežil tam za 50 dolarů), a taky špatným překladům buddhistické a zenové literatury.

Zatímco japonština byla navíc i vzpourou proti (indoevropskému a písmenkovému) jazyku jako pasti a nadvládě levé mozkové hemisféry, Angličtina představovala vzpouru proti nemožnosti číst knihy ze světa a studovat třeba surrealismus (vyrostl jsem na podpultovém sci-fi v oddělení anglických knih a časopisů technické univerzity).

Propagace etnické a jiné (např. ambientní) hudby světa byla v dobách Jazzové sekce vzpourou proti stále hlasitějšímu rocku dinosaurických kapel, a celou dobu mého života předtím proti prefabrikovanému folklóru, jak se linul z povinných přijímačů jedné jediné stanice rozhlasu po drátě. Sedmnáct let práce nočního hlídače bylo vzpourou proti ekonomickému diktátu té doby, kdy společnost naprostou většinu ostatních donutila za kus žvance a pomeranč držet hubu a krok (z hlediska vyššího principu mravního rýt držkou v zemi).

Následné „svobodné“ povolání bylo vzpourou proti daňovým příznáním a diktátu šéfů a rodiny (uživil jsem ženu a dvě děti a přitom jsem byl neustále „doma“).

Samizdat (celé dny a měsíce t'ukání na psacím stroji) a následně vydávání časopisů (a dnes knih vlastním nákladem) bylo a je vzpourou proti cenzuře, ale i diktátu mnohých současných nakladatelů, kteří by klidně mohli prodávat uhlí nebo brambory, ale oni prodávají knihy.

Tajné (nepovolené) přednášky po celé ČSSR o indické hudbě (rozuměj: o svobodě a tréninku umění myslet) a duchovnosti byly vzpourou proti malomyslnému pragmatismu uťápnutých materialistů.

Pořady o tibetských mniších nebo o mantrách a indické hudbě ve studiu Českého rozhlasu Ostrava, stejně jako hra na tibetské mísy, organizování koncertů alikvotního zpěvu nebo kurzy hry na didžeridu byly vzpoury proti diktátu profesorů hudby, nutících mladé na přelomu 20. a 21. století poslušně šmidlat jako v 19. století.

Články a knihy o přirozených (a orgasmických) porodech byly dědečkovskou vzpourou proti arogantní zbabělosti, s jakou porodníci odmítají přiznat, že ukradli ženám porody, a desítky let nezodpovědně a beztrestně rodí systémově špatně.

To, že kompostuji a třídím odpad a že nepiju, nekouřím, nesladím a ani neřídím, je vzpourou proti ekologické devastaci současného kapitalistického a reklamně konzumního stylu života. Atd. atp.

Můj jinak klidný a šťastný život ve vši skromnosti a slušnosti je z jiného úhlu pohledu permanentní vzpourou. Právě proto neustále narážím. Právě proto jsem ale také zůstal slušný a niterně svobodný.

„Slušný člověk dnes musí dělat permanentní vzpouru proti úředníkům všeho druhu. Život ve slušnosti je vzpoura,“ ví i architekt Martin Reiniš, který to na plnou hubu řekl na konci dokumentárního filmu z roku 2006, kdy mu myšlenkově a lidsky zakrnělí úředníci ve vsi Krňany (všemocní ve svém zakrnění) nepovolili realizovat nádherný dřevěný v krajině zapuštěný dům (a předznamenal tak syndrom rozmáznutého projektu Národní knihovny architekta Kaplického).

Můj odchod z blogu Respektu byl proto vzpourou jak proti bojácným ajťákům a žurnalistům, kteří píší a konají, jak zákon zisku ústy nějakého investora káže, tak proti tyranii několika anonymů, kteří z něj udělali celkem snadno žumpu (protože se jich nakonec admini lekli a dikátorsky zakázali zákaz diskuse). A taky proti nesnesitelně naivnímu a vlastně (až na pár výjimek) zbabělému a typicky českému postoji mlčící většiny, která ne pro mne, ale pro záchranu svobody veřejného (zde internetového) prostoru neráčila hnout prstem.

Hudební tsunami

Když jsem v první polovině 70. let psával do svých samizdatových (na psacím stroji psaných a jen v pěti kopiích vydávaných) časopisů slogany typu *Proletáři všech zemí už jsou spojeni – rockovou hudbou*, smáli se mi. Taktéž si klepali na čelo, když jsem tehdy začal studovat indickou klasickou hudbu a hrát na tabla. Dnes je jasné (a prokázané), že je to právě hudba – a v posledních třech čtyřech dekádách především etnická (a předtím v evropské hudbě do té doby neslyšené etnické nástroje) – co (kromě jiného) vydatně prospělo sociálnímu soužití

různých ras ve velkých městech (Paříž, Londýn, Amsterdam, New York, Seattle, Toronto atd.). A co nakonec nesmírně obohatilo i západní hudbu.

Tvrdím, že právě world music pomáhá z lidí vychovávat tolerantní individuality, nikoliv rasisty. A že to jsou právě exotické hudební nástroje, které pomohly západňanům objevit, ocenit a obdivovat tamní virtuosity – a v důsledku toho i tamní kultury. Existuje několik tisíc rozdílných hudebních kultur – o kolika z nich se dozví české děti? Tvrdím již pětatřicet let, že hudba – a zvláště její jakési pomyslné a námi většinou v té době nezaznamenané vlny, jakési neviditelné, ale slyšitelné tsunami, pomohly změnit svět. A že každá jiná hudební kultura nás samotné (a naši kulturu) obohacuje víc, než jsme si schopni a ochotni připustit.

Zkusme si vzpomenout: koncem 60. let min. stol. se Západ konečně dostal k objevu (a pomalému porozumění a nakonec i ocenění) sítáru, resp. konceptu klasické indické hudby.

V 70. letech to bylo jamajské reggae. V 80. letech australské didžeridu, v 90. letech indická bhanga (a indické rytmy), a v současné dekádě africký buben džembe. Stále nedocenené jsou například i pionýrské pokusy hudebníků té či oné tradice, např. spolupráce Raviho Šankara s houslistou Yehudi Menuhinem, jazzového klarinetisty Tony Scotta s japonským hráčem na koto Šiniči Juizem. Širší veřejnost stále nedocila (a nejspíš ani nezaznamenala) vliv zpěváka stylu qawwal a kyal Nusrata Ali Fateh Khana, který svým extatickým zpěvem propojil Hindy, súfisty a Sikhy (a byl pro Západ objeven Peterem Gabrielem) nebo vliv klasické indické hudby na Johna McLaughlina (vzpomeňme Shakti s indickými hudebníky a zvláště s hráčem na tabla Zakirem Hussainem) či na spoluzakladatele minimalismu Philipa Glasse (nebo na tvorbu hudebníků jako Michael Vetter, Stephan Micus a také Frank Perry).

Samozřejmě zjednodušuji a zevšeobecňuji, rád bych ale důrazně připomněl tu stále nedoceňovanou a přitom tak nesmírně užitečnou roli, jakou sehrála etnická hudba (a například zmíněné nástroje) v postupné asimilaci imigrantů do té které západní společnosti.

Efekt to mělo bumerangový: přijetí Raviho Šankara v USA a v západní Evropě později zvýšilo zájem o hru na klasické hudební nástroje v samotné Indii. Rastafariáni, reggae kytaristé a bubeníci ohromně zvýšili respekt Jamajky a tamní kultury i na samotné Jamajce. Přijetí didžeridu pomohlo změnit postoj bílých k Australcům (původním obyvatelům Austrálie) a dokonce i tamní zákony (a mimochodem, když to dobře dopadne, tak za takových dvacet let postavíme didžeridu pomník, protože pomůže národu zbavit se rýmy, astmatu

atd.). Uhrančivé a transovní rytmy na indické dholaky pomohly etablovat novou již v Londýně narozenou generaci Indů (a zpětně v Indii docenit tradiční rytmy a rituály). Vlna zájmu o autentické africké rytmy přivedla i české hochy až ke studiu afrických tradičních rytmů přímo v Mali, a zpětně malijským unuděným mladým přinesla nejen obživu, ale i respekt.

Podobně u nás vlna zájmu o tibetské mísy (a v důsledku toho i o tibetskou duchovnost) nebo alikvotní zpěv (Praha zažila už několik ročníků vícedenních festivalů té tak jiné, až exotické vokální a duchovní techniky) pomohla změnit postoj mladé generace k hudbě, kterou do té doby zažila jen jako drezůru. Znáám hocha, který jen tak s flétnou vyrazil do Nepálu a na tamních ulicích hrál sám i s místními hudebníky (a seznámil se tam s Manosem, flétnistou, který již roky doprovází zpěváky manter Devu s Mitenem). Vím o desítkách dalších Čechů, kteří odjeli do Indie (na Bali, na Nový Zéland) poznat jinou kulturu, ale také naučit se tam hrát na nějaký tamní nástroj. Znáám party ostravských (a moravských a pražských) hochů, kteří i díky každoročním studijním pobytům v Africe dokonale zvládli hru na africké bubny... a lidsky nesmírně povyrostiti. Vím o jiných jinak nenápadných mladých, kteří jezdí na víkend do Beskyd a celou noc u ohňů bubnují a hrají na didžeridu, aby pak mohli meditovat na východ slunce.

Mimochodem, koncert Amalgamu v Lucerně v roce 1979 poprvé u nás spojil tři odlišné i různě staré hudební světy: svět indické hudby (můj indický učitel hry na tabla se sice nejdřív ostýchal, ale pak se nechal unést atmosférou a předvedl excelentní výkon) a latinskoamerických rytmů (já hrál na konga a různé další doma vyrobené perkusní nástroje, můj přítel – jurodivý malíř se zrzavým afro účesem, dlouhým plnovousem a malířským baretem – na peruánskou flétnu), s tehdy u nás velmi čerstvým světem punku (odvážně dohola ostříhaný přítel s violoncellem byl právě takovým zjevením). Představil i jednoduché melodie a často jen jeden jediný znějící nástroj či osamělý hlas... ten koncert se po třiceti letech málem dostal i na CD, ale ztratil se magnetofonový pásek s původním záznamem.

Naznačuji, že i u nás pak tahle „jiná“ (exotická, etnická) hudba zpětně probudila zájem o hudbu jako takovou. V jakési mohutné vlně vrací hudbě roli, která jí přináležela: léčit, povznášet, přinášet radost a dokonce i extázi. Provokativní revolucionář ve mně sní i o jakési hudebně-etnické vlně tsunami, jež by smetla všechny ty školometské a zkameněle konzervativní profesory, co ubíjejí přirozenou hravost a epou mladé duše do několik set let starých forem pouhé interpretace, a otevřela dveře českých konzervatorií a akademií i indickým (čínským, balijským, tibetským a dalším) učitelům a zájemcům o jiné než ty naše formy tzv. hudby.

Naznačuji – v duchu toho, co bylo napsáno výše – že právě tohle by mohlo podnítit a urychlit pozitivní vývoj i naší společnosti směrem k toleranci na všech úrovních. Tahle hudební vlna tsunami by mohla výrazně a hlavně pozitivně změnit nás všechny. A stále může.

Ono se chumelí

Několik až třeskutých zpráv opět zapadlo v běžném bahýnku běžných „senzací“, jakoby se nechumelilo. Jenže když se člověk probere z letargie (zlo)zvyků a malomyslného mávání pomyslnou rukou (já to stejně nezměním), měl by žasnout. A pokusit se změnit alespoň svůj postoj ke zprávám, které jsou ze své podstaty třeskuté a potenciálně transformativní. Pak by zjistil, že ono se vážně chumelí...

Na Marsu prý kdysi byl život. Díky novým elektronovým mikroskopům si vědci pořádně „posvítili“ na vzorky z meteoritu nalezeného před 25 lety v Antarktidě. Zajímali se o krystalky magnetitu – nikoliv nahodile uspořádané, ale v podobě, v jaké je produkují některé pozemské bakterie. Už před lety o bakteriích tušili, ale dosud neměli dost silné mikroskopy, aby si byli jisti. V roce 1996 udělal americký prezident Bill Clinton z meteoritu označeného ALH 84001 (objeveného v roce 1984 v Antarktidě) „celebritu“.

O dvoukilogramovém kameni prozradil, že je čtyři miliardy let starý, před 16 miliony let ho náraz jiného meteoritu vymrštil z povrchu Marsu – a před 13 tisíci roky dopadl na Zemi. „Hovoří to o možnosti života. Bude-li objev potvrzen, určitě to vnese úžasné porozumění do toho, co věda zatím zjistila o vesmíru,“ říkal o původním zkoumání kamene Clinton. Skeptici tehdy zvítězili, ale současně citlivější přístroje umožnili vše přehodnotit. „Data ukazují, že meteorit je plný důkazů, které podporují existenci života na Marsu nebo v jeho podpovrchové vodě v dávné historii planety,“ napsal nedávno server Spaceflight Now. „Je to velmi silný důkaz života na Marsu,“ říká David Mackay, který se meteoritem zabývá od jeho objevu v roce 1984.

Copak tohle není zpráva zpráv? Copak lidem nedochází, že to znamená, že život existuje (nebo alespoň existoval) i jinde než na Zemi? Že naše (většinou sebestředně chlubitvá) izolovanost je právě takovou iluzí, jako myšlenka na člověka jako vrchol evoluce?

Další zpráva (já ji zaslechl ve „vědeckém“ pořadu rádia Leonardo), která prošla bez většího zájmu, se týká právě tvora, kterého všichni vnímáme jako synonymum překonaného pravěku. Ptakopysk je zvíře podivné a záhadné. Není tedy divu, že poslední objev jeho neobyčejných vlastností a schopností přišel až v polovině 90. let minulého století. Při studiu chování ptakopyska ve velkém akváriu vědci zjistili, že tento vačnatec reaguje na malé změny elektrického

proudu. Začali jev zkoumat blíže a přišli na to, že ve svém kachním zobáku má tenhle podivuhodný savec zařízení na detekci velmi slabých elektromagnetických polí. Jak vysvětlil (jakoby se nechumelilo) jeden z výzkumníků: „Každý, i ten sebemenší živočich, kolem sebe produkuje velmi slabé elektromagnetické pole, které je ptakopysk schopen detekovat, a tak ví – i ve velmi kalné vodě, ve které převážně žije – kde se nalézá jeho kořist.“

No není to převratná informace pro tisíce lidí, kteří vidí (nebo věří, že člověk je při určitém tréninku schopen kolem hlav a těl jiných lidí vnímat tzv.) auru, jakési slabé elektromagnetické pole (a v něm rozpoznat případné nehomogenity, tedy jeho poškození a příčiny zdravotních i duševních potíží)? Není to facka jako hrom do tváří těch, kdo považují ptakopyska (a jiná zvířata a rostliny a jinou havěť, ba dokonce příslušníky domorodých kultur) ze méněcenné, nedosahující kvality „civilizovaného člověka“? Není to naopak výzva začít (hinduisticky a buddhisticky) vnímat všechna ostatní stvoření (a celou přírodu) spíše jako zázrak než místo pro dobývání a exploataci? Obávám se ale, že většina lidí by nádhru a závažnost téhle zprávy nezaznamenala, ani kdyby je kopla do zadku.

Jistě, lidský mozek je zázračný, ale také zázračně snadno obalamutitelný: dokáže se nadchnout tajemstvím vesmíru a lidské duše, zároveň se ale nechá zblbnout dobře udělanou reklamou (a iluzorností svého způsobu vnímání a davem atd.): už nepozná, co má skutečnou váhu. Rozbílí atom, dobývá vesmír, ale v globálu je nepoučitelný a stále zrychlujícím se tempem směřuje, jakoby se nechumelilo, ke globální katastrofě.

Jenže ono se chumelí. Přitom umění rozeznat důležité od povrchního se dá trénovat také rozpoznáváním těch zpráv, které převracejí naše dosavadní chápání sebe a světa kolem nás.

V příštím životě ženou

Čím bych chtěl být v příštím životě? Už když jsem se (v roce 1979) vrátil z Japonska, říkával jsem, že japonskou ženou v domácnosti. O třicet let (a řadu knih a dvě manželství a stovku seminářů s ženami a o ženách) později to vím najisto: v příštím životě bych chtěl být ženou (i když samozřejmě ne v Čechsku nebo Afghánistánu).

Když to říkám na seminářích, všem ženám, nejen těm emancipovaným, obvykle spadnou údivem brady. Jenže pak v průběhu těch dvou nebo pěti dnů (jedná-li se

o víkendový, nebo týdenní seminář) řada z nich pochopí, že to myslím vážně a že pro své tvrzení mám pádné důvody.

Jako člověk celý život se snažící o (a později kultivující to, čemu se říká) duchovnost a muž, který musel jak samotnému „ladění“ mozkových hemisfér (například ve formě tisíců hodin meditací), tak snahám o překonání zavedených stereotypů a přeprogramování kulturních iluzí a mýtů věnovat hodně úsilí, závidím ženám: ony totiž harmonizovat své mozkové hemisféry meditací nemusí. Jim stačí pokecat si s kamarádkou. Jinými slovy: žena – když mluví – funguje v obou hemisférách, a rozhovorem s kamarádkou si rovnou i odpočine (a navíc umí to, co my muži nezvládáme: zároveň mluvit a naslouchat).

A co se týká oné mužské nutnosti a potřeby medítovat (a pravidelně tak „česat“ myšlenky a udržovat kvalitu myšlenkového procesu) za účelem duchovních a extatických zážitků, ta může být ženám šumafuk. Ony za účelem dosažení osvícení medítovat nemusí také proto, že jim stačí užít si devět měsíců těhotenství (jako ozdravných lázní) a pak přirozeně, nejlépe orgasmicky, porodit. Jen takto totiž gigantické dávky hormonů připraví rodící ženu na jakýkoliv fyzický i duševní výkon. Takto orgasmicky přirozeně porodivší žena by mohla skály lámat a na celý další život už ví, co je zač a jaké netušené rezervy jí evoluce nadělila. Je si jista sama sebou (je přirozeně sebe-vědomá) a ničeho se nezalekne. Z dívky se tak (porodem) zrodí Žena.

Zatímco muž a jeho lidský a duchovní vývoj se podobá metaforickému žebříku (co se jednou naučí, už jen tak nezapomene), ženu udržují hormony vždy polovinu menstruačního cyklu v jakémsi racionálním útlumu (co kdyby počala?)... což by se z jiného úhlu pohledu dalo nazvat „pravidelným přibližováním k duchovnosti“. Díky menstruaci jsou tak ženy vždy půl cyklu jakoby omámeny, ale to jen z hlediska výkonných mužů, kteří se do podobných stavů dostávají tradičně pomocí alkoholu a drog. Jenže zatímco mužům z toho přinejlepším ztvrdnou játra, ženy po přechodu jako když se najdou...

V tomto smyslu se dá jejich „lidský“ a duchovní vývoj přirovnat ke spirále. Znovu a znovu se ocitají v jednom bodě. Jenže, po přechodu – hurá, všechny za život získané zkušenosti, dovednosti a hlavně znalosti, které jsou v jejich myslích uloženy jako v záložně, jsou náhle k dispozici. Ty ženy, které byly předtím celou dobu uvolněné (tedy usměvavé a nenaježené), dokáží vše využít (jakoby mávnutím kouzelného proutku) – z takovýchto žen jsou ony pohádkové babičky kořenářky, bylinářky a rádkyně celých vesnic či komunit, šamanky a „čarodějky“, schopné radit v mnoha oborech lidské činnosti.

Tím, že mají ženy propojenější mozkové hemisféry, jsou také emočně odolnější (abychom si rozuměli: nepíšu o těch mužsky jednajících a feministicky naježených nebo poškozených) než většina mužů (kteří musí schopnost zvládat emoce – tak jako meditaci – dlouhodobě trénovat). Po hormonální přestavbě mozku v pubertě už jsou ženy prakticky hotové, a například v zamilovanosti je to muž, kdo se musí cele změnit (přechodně zženštit): ženám stačí (i při milování) zůstat své.

No a těhotenství (obrovská hormonální transformace a dlouhodobá léčba kmenovými buňkami děťátka): hormony a evoluce postupně vypínají racionalitu a nechávají fungovat instinkty a intuici. Jinými slovy, zatímco my muži se musíme pracně a trpělivě dostat z nadvlády jazyka a racionálního (levohemisférového) myšlení, ženám stačí otěhotnět (jejich racionalita je tak dlouhodobě vypnuta a jejich mozky i myslí si zvykají na jiný než běžně povrchní způsob vnímání reality): jsou té skutečné, přirozené „duchovnosti“ celý ten čas mnohem blíže.

Právě tak žena vlastně nepotřebuje hudbu (v její povznášející a původně terapeutické funkci). Tu si museli vymyslet dávní mužové, protože jediné v rámci aktivně provozované hudby (rituálu, kreativního činu) se jim dařilo a daří zažívat slastné extatické okamžiky propojení mozkových hemisfér (protože většinu času svých životů fungují převážně v jedné, levé mozkové hemisféře).

A když k tomu přičtu moc, jakou mají ženy nad muži (pokud si jí jsou vědomy a umí s ní zacházet)... A že tou největší „zbraní“ (fuj, takové mužské slovo!) je ženě nahota a mdloby (muž – chce-li uspokojit ženu – musí nosit kytky, chválit, vyznávat lásku, kupovat další a další drobnosti, zatímco ženě stačí přijít nahá), je snad už zřejmé, proč bych si přál být ženou.

Ženy umí rozeznávat a užívat si víc barev a vůní než muži, mají schopnost daleko lépe intuitivně vycítit emoce toho druhého, lépe snáší bolest, špatné emoce a následné nemoci atd. Navíc se dnes už ví, že každý člověk je nejprve ženou, a teprve po nějaké době se „něco“ pokazí a mohutné dávky testosteronu nasměrují plod k vývoji v muže.

Naznačuji, že i když se to „umí“ a muž se stane skutečným Mužem, ve srovnání s tím vším, čím – když nespěchá a zvládne to žensky – se stává skutečná Žena, se má co ohánět. Také proto bych rád byl v příštím životě ženou.

A naznačuji také, jak trpím, když vidím, jak se stále větší počet (nejen) českých žen snaží nalézt a realizovat své Ženství mužsky.

Desatero šťastného mateřství

Asi jen deset procent z těch přibližně 200 000 žen, které jsou u nás každý rok těhotné, aktivně vyhledá nějaké informace o způsobech porodu a možnostech, jak přispět k jeho hladkému průběhu. Naprostá většina spoléhá na „pana doktora“ a nemocnici (pardon, porodnici). A na ženské časopisy, které oplývají jak radami, že třeba pít a kouřit se v těhotenství nemá, tak fotkami těhotných celebrit se sklenkou vína či cigaretou v ruce hned na vedlejší stránce.

Nenamlouvám si, že by zrovna mé (zatím jen alternativní) rady upoutaly víc než těch několik těhotných, které už samy vědí, co a jak. Právě těm je tohle následné desatero určeno. Co když ale tahle stručná a pádná forma zaujme i další? Takže, kromě všech těch jim známých a zdravých zásad, které je třeba v době těhotenství dodržovat, radím:

Nastávající (či o těhotenství vážně uvažující) maminko,

1. celé těhotenství buďte šťastná a zpívejte si.

Neplánujte na devátý měsíc stěhování, malování nebo diplomovou práci.

(Čím více maminka jiný stav prožívá, tím lépe dítěťátko všestranně prospívá.)

2. rodte v tichu a teple (nejlépe doma, v porodním domě, nebo v co nejmenší porodnici, jako doma), přirozeně a nejlépe orgasmicky.

„Počet komplikací roste s počtem osob u porodu.“ Michel Odent

3. přirozený porod je základ zdraví a štěstí jak pro vás, tak pro vaše dítě na celý život.

Informujte se a pak už si nenechte porod ukrást (zatvrzelými porodníky a personálem).

4. nejméně ještě celý první rok života dítěte si nadále užívejte zázraku mateřství.

Vše spojené s miminkem, i přebalování a zvláště pak kojení, je a může být meditací.

5. prvního půl roku (a co nejdéle i poté) dítě nikam (nejlépe ani do kočárku) neodkládejte. Buďte (i v duchu) stále s ním.

„Dítě do šesti měsíců by se nemělo bosou nožkou dotknout země.“ Balijské přísloví

6. Kojte co nejdéle.

Budete mít inteligentní a zdravé dítě.

7. Děti (ale i partneři) potřebují být hlazeni.

Hlaďte děti, aby lépe rostly a vyvíjely se, a své muže, aby neměli pocit, že jsou po narození děťátka odsunuti na druhou kolej. Aby už neexistovali nedomazlení lidé.

8. Malé děti (a zvláště chlapečci) potřebují být povzbuzováni a chváleni, chváleni, chváleni.

V šesti letech je struktura emocí hotova na celý další život. Žádný zákaz nikdy nenaučil dítě pořádku, příklady a soutěživost táhnou.

9. Neomezujte vývoj svého dítěte zastaralými a překonanými mýty (vašich matek a tchýní).

Zvláště kluci (evolučně) potřebují běhat, padat, rvát se a soutěžit, aby byli o to více muži.

10. Čím víc se budete mateřství (přínejmenším těch devět měsíců těhotenství a poté dalších devět měsíců kojeneckého věku dítěte) naplno věnovat, tím víc si pak budete celý další život svůj i svých dětí vychutnávat.

Neinformované matky si chtějí v těhotenství ještě užít (zábavy, vína, cigaret), ale pak se celý život ony i jejich děti vlastně úplně zbytečně (zdravotně a emočně) trápí.

Muži to mají těžší

Jednu dobu jsem při prezentaci nejnovějších objevů na poli neurověd (co se týká způsobu našeho vnímání nebo rozdílů mezi muži a ženami) používal floskuli „poprvé v dějinách lidstva“. Poslední dobou zpráv na tato a jiná zajímavá témata i v denním tisku přibývá, ale stejně jsem byl hodně a příjemně překvapen, když se mi dostala do rukou německy důkladná, ale i (sebe)ironická kniha o mužích. Budu tedy dlouze citovat (občas si neodpustím možnost to či ono zdůraznit) a komentovat. Jak už naznačuje nadpis, toto zamyšlení navazuje na článek *V příštím životě ženou*, číslovka v nadpisu zase upozorňuje na fakt, že materiálu je na několik (přesně dvě) pokračování.

Kniha *Muži: výzkum živočišného druhu* vyšla v roce 2001, takže její autor, spisovatel, anglista a historik kultury Dietrich Schwanitz (zemřel v roce 2004) neměl k dispozici řadu novějších výzkumů. I tak ale napsal knihu, která (pro české čtenáře podruhé v historii lidstva) předesílá a potvrzuje všechna nová zjištění o naprosté rozdílnosti nejen anatomie a struktury mozku, ale i chování mužů a žen. Po knize manželů Peasových (*Proč muži neposlouchají a ženy neumí hledat v mapách*, Alman 2000) by to měla být další povinná četba, která – bude-li přijata bez předsudků – by mohla – z jiného úhlu pohledu než u Peasových – pomoci radě žen pochopit kromě těch tolik odlišných tvorů i svoje neúspěchy při pokusech o jejich civilizování. A muži si (snad) užijí satisfakce.

Tvrdím již řadu let (dříve – do vydání knihy manželů Peasových – jsem v diskusích s rozhořčenými a naježenými ženami „prohrával“, protože nebylo na co se odvolat), že zatímco žena ve své podstatě přirozeně „ví“, co je a kam jde (hormony provedou ženu a její tělo všemi ryze ženskými fázemi jejího vývoje: kromě puberty a menstruace tedy např. i těhotenstvím a přechodem), muž se musí se svou existencí téměř nepřetržitě utkávat a o svou křehkou identitu prakticky neustále zápasit. Z vlastní zkušenosti (kterou jsem si mnohem později ověřil rozhovory s jinými muži) a pocitu jakési osudové nespravedlnosti (coby mladík a muž jsem si všechna ta nejrůznější nedorozumění protrpěl až do dna a záviděl spolužačkám a kamarádkám jejich přirozenou jistotu a nadhled: byly vždy jaksí dospělejší) jsem ženám vždy záviděl. Již tehdy jsem začal tvrdit, že žena se rodí ženou, aniž by pro to musela něco udělat (a i ten nejagresivnější muž je tváří tvář nahé ženě jako beránek), ale mužem se člověk musí stát. **„Muž je formován řadou (iniciačních) rituálů, ve kterých ob stojí, jen když v sobě potlačí a umlčí vše, co v něm bylo dětské a ženské. Ale ani ten nejsebevědomější muž se své základní nejistoty nezbaví. Musí proto své rituály mužnosti periodicky opakovat,“** potvrzuje mé tehdejší pocity Schwanitz.

„Muž se v civilizaci necítí doma. Tak jako buvol potřebuje širou step s kalužemi, kališti a bažinami, potřebuje muž svou dílnu, garáž, hřiště a hospodu, kde se může bahnit ve společnosti jiných mužů,“ píše dále a dovozuje: **„Pro pobyt v civilizaci musí být vychován. Civilizace byla vynalezena ženami. Jejím skutečným cílem bylo zkrocení muže.“**

Souhlasím, zvláště s přihlédnutím k současné atmosféře společnosti. V této souvislosti nabádám své čtenáře, aby začali volit (zkušené „zelené“) ženy. I Schwanitz už totiž ví, že **„k civilizačnímu pokroku docházelo jen tehdy, když měřítko chování určovaly ženy. Tím, že přinesly mír do jednotlivých sociálních prostorů, vytvořily civilizace.“**

Celé roky také nepřetržitě píšou o nedorozuměních mezi muži a ženami. O tom, že jejich jazyk je jazykem psa a kočky. Schwanitz to formuluje podobně: „**Muž musí mlčet. Nebo jinak, nemůže o svých niterných pocitech mluvit jako žena. Ženy a muži totiž vnímají dělení svého vnitřního světa rozlišně. Ženy svůj vnitřní svět vnímají odděleně. Vnější svět je zajímavý jen s ohledem na to, jak ovlivňuje jejich vnitřní svět. Proto se tak zajímají o divadlo, film, umění a lásku. A protože disponují stejnou měrou jak vnějším, tak vnitřním světem, předpokládají, že muži jsou v tom stejní. Ale i v tom se mýlí.**“

Jak já se tehdy styděl... Jak nicotný jsem si připadal ve srovnání se spolužáky, ale hlavně spolužačkami. Jak jsem trpěl, když jsem někam musel jít s matkou. Před dívkou, která se mi líbila, jsem nebyl schopen se vymáčkout. Schwanitz o tom píše:

„**Proces odpoutávání se od matky je pro chlapce jedno velké drama. Její nepřítomnost je v kojeneckém věku vnímána jako životu nebezpečný šok chladu, proměna světa. Teprve postupně se dítě naučí svět jako stabilní prostor odlišit od matky. Avšak matka nikdy neztratí ono privilegované postavení, že kdysi představovala pro dítě celý svět. Vzpomínka na to je uložena v podvědomí každého dítěte. Chlapci v pubertě musí svou pohlavní identitu budovat proti matce. Musí se od ní co nejvíce odlišovat, a navíc se zříci všeho, co by odlučovací proces ztěžovalo, např. tedy mazlení. Nedostatečná obrana proti ženskosti přitom hrozí ztrátou vlastní identity. Mladý muž proto hledá záchranu v neutralitě. Prchá z říše citů, a začne mít rád přehled. Hledá pořádek. Sbírá známky, zajímají ho váhy a míry, sestavuje tabulky, mapuje svět. Teprve když to vše dal dohromady – když v sobě neutralizoval matku, může se věnovat jině, druhé ženě.**“

Přesně to jsem tehdy – a nejen já – dělal. Známky, nálepky, seznam prvních družic... a četba: doufal jsem, že mi pomůže klasická literatura. Až mnohem později jsem našel citát Josefa Škvoreckého, že ti, co umí sbalit holku, ji sbalí, a ti, co to neumí, o tom píšou.

A protože jsem byl vždy spíše malý a nevyspělý, trpěl jsem i v chlapecké (třídní) partě. Schwanitz mužům dnes dodává další možné vysvětlení tehdejších komplexů. Čtete, ženy, abyste svého syna a muže více chápaly:

„**Protože si sám sebou není jistý, je chlapec i mladý muž vychloubavý, chce být středem pozornosti, je hlučný, předvádí se. Tím přehlhušuje svůj pocit nejistoty.**

Musí do jisté míry znečitlivět, musí své city a hnutí mysli ignorovat. To se podaří jen tak, když veškerou svou pozornost koncentruje na vnější svět. Muž miluje jasné poměry, mlhavé poměry vnitřního světa ho iritují. Jsou příliš prchavé. Pokud by si i přál zablédnout za hranici, vystavil by se nebezpečí, že se tak hráz prolomí a jeho opět zaplaví pocity a on by se tak

znovu stal dítětem nebo ženou. Proto je tváří v tvář ženě muž neschopen komunikace.“

Nejvíc mne tehdy rozčilovalo (a i dnes jsem z toho smutný), že mi ženy nerozumí. A jak mne nespravedlivě obviňovaly. Ty mi to děláš schválně! Já přitom jen byl sám sebou. Moc jsem se snažil, abych byl srozumitelný, a stejně jsem nebyl pochopen a často ani vyslyšen. A tak jsem o nedorozuměních mezi muži a ženami (jejich příčinách a případných řešeních) od poloviny 80. let (kdy se mi do rukou dostaly první články o rozdílnosti našich mozkových hemisfér a mužů a žen) hovořil a psal. Schwanitz to vidí stejně, jen z poněkud jiného úhlu: „Žena by měla vědět, že je nesmyslné se ptát muže na jeho city. V okamžiku nejvyššího vzrušení se snad dá strhnout ke sdělení „Miluji tě“, protože ví, že se to od něho očekává. Avšak další nuance této základní výpovědi považuje ze nepatřičné. Dodatečné otázky jej zaženou do úzkých. Předpokládá, že žena ví, že ho tak klíčová výpověď stála dosti přemáhání. Nepochopí, proč to ona nemůže pochopit. Její naléhání, aby jí vyprávěl o své lásce k ní obšírněji, považuje ze neslušné a zarážející. O bohatství jejího vnitřního života nemá ani potuchy.

Samozřejmě by mohl podobně obšírně vyprávět o stavbě modelů bezmotorových letadýlek, tam by se uměl vyjádřit mnohem diferencovaněji než při popisech svých nálad. Ona ale nepochopí, že nejvyšší formy vyjádření již dosáhl v jiném oboru, než je popisování vlastní psychiky. A tak se vztah mezi mužem a ženou podobá vztahu, jaký má pes k milované paničce. Protože neumí mluvit, položí jí k posteli kost. To je jeho vnitřní řeč. Panička mu nerozumí, vynadá mu, že zaneřádl koberec, a pes zmizí se staženým ocasem do boudy, kde se věnuje svému koníčku, ohlodávání kostí.“

Muži to mají těžší II

Muži to mají, vážené ženy, mnohem těžší než vy. A fakt, že je mnohdy úmyslně v jejich nejistotě dále znejišťujete, ničemu neprospěje. Doposud jste mohly netušit, jakou moc nad námi máte; dnes ale, také díky knize Dietricha Schwanitze (a snad i mým článkům a knihám), je tu možnost odvěké nedorozumění vyjasnit.

Ukázalo se totiž, že ani ty nejemancipovanější ženy nejsou o to víc šťastné. „Měly bychom se na emancipaci vykašlat a nechat chlapy, ať nás zase živí. Přiznejme se, že jim se to líbí a nám taky,“ prohlásila nedávno jedna taková. Roky píšu o tom, že snaha žen dosáhnout „rovnosti“ mužsky je kontraproduktivní jak pro ně, tak pro celou společnost. A (materiální, citová

a partnerská) neukojitelnost některých vede – a možná i dovede – jejich muže k jednoduchému řešení: utéct.

„Prožíváme jednu z největších sociálních revolucí, které tu kdy byly: likvidaci rodiny, jak jsme ji dosud znali,“ píše ve své knize o mužích Dieter Schwanitz a prorocky nabádá: „Bude nutné, tak jako na začátku civilizace, najít další motivaci k tomu, aby muži dál hráli roli otců.“ Když tak vidím, co se v poslední dekádě děje s množstvím českých žen a jak nedbají varovných signálů a mužsky tvrdě vyžadují svou emancipaci, jsem rád, že mám další pádné argumenty. Psal jsem v řadě svých zamyšlení i o tom, že současné emancipační trendy, ilustrované odchody žen od svých milujících manželů a dokonce dětí, jsou krátkozraké a nebezpečné. „Nebudou-li nalezeny nové prémie za otcovství, prásknou otcové do bot. Platí to tím víc, čím více je znehodnocováno to nejdůležitější uspokojení, které dosud svazek muže a ženy činilo výhodným: trvalá sexuální připravenost ženy,“ varuje i Schwanitz (trvale naježeným připomínám, že ta, která svého muže miluje, je vždy připravena, zatímco naježená „vnímá“ jen rozdílnosti, a proto je naježená a k milování nepřipravená).

Značnou část své knihy věnuje neschopnosti mužů a žen spolu komunikovat.

„Ženy komunikují symetricky a muži asymetricky. Ona miluje dialog, on sólová vystoupení (v konkurenčním boji v politické aréně zaujímá monolog první místo),“ pregnantně formuluje základní charakteristiky mužů i žen.

„Mnohé ženy po dlouholetém studiu mužů tvrdí, že muži neumí komunikovat. Ve skutečnosti je jim jen zatěžko komunikovat přiměřeně v rámci neformálních vztahů všedního dne a v rodině. Místo aby naslouchali, mají tendenci poučovat. Místo aby si povídali, přednášejí proslovy. Žena, která má tendenci konverzovat, brzy pochopí, že si nejlépe popovídá s kamarádkou (což ji uvolní, ale neřeší problém). Má pocit, že když s mužem mluví, je vypnutý. A protože přemýšlí v pojmech ženského jazyka, musí se nutně domnívat, že už o ni ztratil zájem, že je mu lhostejná“, tvrdí Schwanitz a naznačuje tragikomičnost tohoto základního ženského omylu:

„Co žena ale neví, je skutečnost, že muž nevnímá ani své vlastní pocity, že se spíše vyhýbá tomu, aby o nich vůbec mluvil, a že komunikace s ženou pro něho představuje výjimku.“

Přitom pokud by si žena uvědomila rozdílnost mužského vnímání, určitě by přišla i na řešení jinak neřešitelného problému komunikace s mužem: **„Všechny její snahy ho poučit jsou zbytečné. Vždyť ho tím vyzývá k boji! A už jsou oba ve smyčce a žena má jedinou možnost: udělat něco jiného. Může mu např. zakázat být přívětivý, zdvořilý a vstřícný, on bude chtít okamžitě tento zákaz porušit a žena ho bude mít tam, kde chce.“**

Celé roky některé tvrdohlavé hledačky sebe sama nabádám: Zkuste „prohrát“ jednotlivou bitvu a vyhrajete válku (jinými slovy: zkoušejte se stát ženami ženskými metodami). A cituji Yoko Ono, která prohlásila, že na Hitlera by jí stačily tři dny. Protože když to umí, může žena „kultivovat“ svého muže snadněji, než si myslí (už jsem to někde zmínil: oficiální údaj psychologů zní, že „transformovatelných“ je – při správných postupech – 85 % mužů).

„Když žena do muže šťourá, napomíná ho, cítí muž, že se s ním jedná jako s dítětem. Místo toho, aby se vlastní matka stala jeho ženou, mění se jeho žena v jeho matku a poučuje ho. To ohrožuje jeho křehkou identitu. Proto je alergický na každý výchovný pokus,“ upozorňuje Schwanitz.

Psal jsem také mnohokrát o tom, že muž (se svým tunelovým viděním) to máslo v otevřené lednici (a smetí pod gaučem nebo vlas na sukni partnerky) prostě nevidí. Vyčítat mu to je zbytečné a marné. Také Schwanitz naznačuje skutečnou příčinu jednoho z nejčastějších důvodů vzájemných sporů: **„Proč je tak těžké přimět partnera ke spolupráci na domácích pracích? Na ty jsou expertky ženy a ty jsou vždy šéfký. Ony dávají pokyny, ony kontrolují. Muž vždy stojí jak zpráskaný pes. Žena by se tedy, chce-li, aby jí muž pomáhal, měla vyvarovat velitelského tónu své tchyně. Navíc by měla respektovat, že muži mají jiný pracovní styl. Opovrhují každou sisyfovskou práci, jež je ale podstatou všech domácích činností: stále se cyklicky opakují. Muž ale chce být hrdinou.“**

Muži to mají těžší III

„Ženám se zdá,“ píše Dieter Schwanitz, **„jakoby se muži chovali naprosto odcizeně. Ženy netuší, že muži nesoupeří pouze s určitou osobou, nýbrž se všemi. Iluze, že muži jsou v podstatě stejní jako ženy, jen s jinou anatomí, zvyšuje pocit odcizení, jakmile žena iluze ztratí.“** Téměř polovinu svého života se pokouším ženám (nejen kolem sebe) naznačit, že by měly co nejrychleji (díky posledním zjištěním o rozdílnosti mužů a žen, a také knihám, jako je ta, ze které již potřeťi cituji) zkorigovat své neplatné a zavádějící představy o mužích.

Psal jsem a často hovořím o zásadních nedorozuměních v posteli. Láska a sex jsou věci, ve kterých je muž ještě zranitelnější a bezmocnější, než si ženy vůbec odvažují připustit. Odhlédněte, milé dámy, od toho, že z hlediska nezaopatřené pozorovatele je milování docela absurdní situace („*To potěšení je prchavé, poloha směšná a následné výdaje astronomické,*“ prohlásil údajně lord

Chesterfield), a zkuste se – i ve svém zájmu – na „věc“ podívat očima Schwanitze (a mužů všeobecně):

„V sexu je žena taková, jaká je: scénář sexu její podstatě ani nepřidá, ani neubere. Křehké mužské ego je ale obnaženo. On totiž není hned mužem, musí se postupně naučit to dokázat.“

I z vlastní zkušenosti vím, jak bezmocně zmatený je hoch před dívkou (učitelkou, krásnou ženou) a jak neuvěřitelně (snad nevědomě) kruté dokáží ženy být. Proto tvrdím, že na některé poznámky (zvláště při milování) by měly mít zbrojní pas.

„První sexuální kontakt je mimořádnou událostí. Ale i zde je vztah obou pohlaví asymetrický. Symbolicky cennějším teritoriem je stále jen tělo ženy. Ze muž při tomto dobývání nasazuje a dává k dispozici své tělo, se považuje za samozřejmé.“

V jistém smyslu je muž vždy v nevýhodě. On musí konat a je velmi pravděpodobně, že se nikdy nezavděčí. Zatímco propojenější mozkové hemisféry dívek a žen umožňují vždy nalézt nějaký ten obchvat, pro muže je vždy vše buď a nebo, život nebo smrt. Každá výtka ženy je nepochopitelný a nespravedlivý trest s celoživotním dopadem. A ženě přitom stačí být nahá a všechno vzdělání muže je náhle k ničemu.

„Procesy ženského těla – ovulace, menstruace, těhotenství a kojení – jsou pro muže hádankami, na které užasle zírá. Ženská erotika je prožívána silněji na vlastním těle než na těle někoho jiného. Muž je jiný, prožívá svůj účinek v těle ženy. Jinakost jejího těla jej přivádí do varu. Právě ta měkkost ženského těla je tak vzrušující.“

Z tohoto úhlu pohledu jsou všechny ty róby a šaty a volány a řasy a krémy a rtěnky (které byly do 20. let minulého století výsadou prostitutek) pro muže, kteří se chtějí dostat k onomu měkku, jen zbytečným zdržováním. A právě tak zbytečné a umělé je všechno to hubnutí a anorexie a kontrola faldů... ženy se dnes (zbytečně) zdobí a kráší a případně trápí spíše pro kamarádky a své iluze, protože muži naopak milují kypré a oblé tvary. Zatímco muž se při každém pokusu o milování se svou partnerkou vydává na nejistou a dlouhou cestu, ženě stačí (pod)lehnout (si), protože (jak ví i Schwanitz): **„Terénem pro sexuální setkávání je pro oba tělo ženy. A tak proti sobě stojí muž a žena s odlišným smyslovým vnímáním: muž s pornografickým pohledem a žena s celkovou smyslovou senzibilitou, která je zaměřena na vnímání blízkosti, na doteky a mazlení.“**

To muž se musí cele podrobit ženským zákonitostem, o kterých nic netuší a které jsou pro něho naprostou záhadou. To muž nemá ponětí, jak ji hladit a dotýkat se (pokud ho to citlivá partnerka nenaučí), to muž se musí popřít a změnit:

„Láska změní muže na krátký čas v ženu. Stává se pozorným, láskyplným, dbá na duševní rozpoložení své milé, plně se řídí jejími očekáváními, zanechává svého konkurenčního chování, mluví pouze o citech, otevře své nitro a snaží se vyhnout všem názorovým rozdílům. Vytváří se tak podmínky pro velkou iluzi, že jsou si oba milenci, navzdory rozdílům pohlaví, tak podobní. Nebo jinak, žena začne podléhat iluzi, že její milence se podobá ženě.“

Čtěte pozorně, dámy, protože (poprvé v dějinách) máte příležitost zahlédnout skutečnou duši muže:

„Žena neví, že láska je pro muže nadměrně namáhavá, že je to stylizace a on musí konkurenční boj pověsit na chvíli na hřebík. Že muž se láskou promění mnohem víc než ona. A že čím víc se muž láskou změní, tím větší je výška, ze které následně padá. Na vrcholku podává vrcholové výkony, ale je to jako s křivkou sexuálního vzrušení: netrvá to moc dlouho.“ Už víte, proč tvrdím, že domácí násilí je startováno ženami (a je důkazem naprostého a bezvýhodného zoufalství do kouta zahnaného muže)? Zní to pro ženy až krutě, ale je to tak: **„To, co žena v lásce považuje za vlastnosti svého milovaného, tu báječnou něhu, tu strhující senzibilitu, je ve skutečnosti jen forma komunikace.“**

Zatímco muž nemá kam utéct než do politiky, hospody a ke koníčkům, ženy to mají zase lehčí: **„Náhražkou mužského pohledu se stalo zrcadlo. S ním udržuje žena intimní vztah již od puberty.“**

Mimochodem, muži to mají „těžší“ i na úrovni genů. Zatímco ženy existují v nepřetržité linii (babička, matka, dcera atd.), muž se narodí a umře. **„Zatímco geny žen se stále kombinují, chromozom Y se vyskytuje pouze u mužů. Ten si nevyměňuje žádné geny s jinými chromozomy. Mužský gen na chromozomu Y nikdy nepřechází do ženského těla, zůstává pouze v tělech mužů, a nemá tedy nejmenší představu o tom, jaké to je nacházet se v ženském těle.“**

Důsledky oněch mnohaúrovňových nedorozumění mezi muži a ženami vidíme všude kolem sebe, a lepší to nebude, dokud si muži i ženy nezačnou být naplno vědomi svých rozlišností. **„Zatímco chlapi se ve svých mužských smečkách mučí iniciačními rituály a zkouškami tvrdosti, dívky soutěží o intimitu. Nacvičují vztah. A také jiný dialekt. Ženy vnímají svět jako síť vztahů, zatímco muži používají svět jako hierarchický systém, v němž je nutné si vybudovat své místo. Mužská komunikace slouží konkurenci a imponování. Nejde o to přiblížit se partnerovi, ale o uhájení vlastní pozice a odkázání ostatních do patřičných mezí.“**

A to již naznačuje bezvýhodnost současného systému vládnoucích stran a tzv. demokracie, založené na mužském principu konkurence (říká se tomu politická soutěž), a tak potvrzuje, co píší a říkám celé roky: jediné ženy (budou-li samy chtít) mohou změnit svět. A třeba jsme ke změně (i k řešení jeho problémů, založených na nedostatečném a zatím spíše iluzorním poznání sebe sama) zas o kousek blíže – i díky knize Dietera Schwanitze.

Hojnost

Ne že by mezi muži nebyli skrblicí a lakomci a ne že by úplně všechny ženy byly jako ta z pohádky (o zlaté rybce), jež nikdy neměla dost (a proto přišla o všechno). Jen mne poslední dekádu zaráží, že i ty, které pečují o své zdraví (a zdraví svých rodin), padají do pastí reklamy a spotřeby... a nikdy nemají dost. Indická bohyně hojnosti Lakšmí – počítač mi tvrdohlavě a příznačně nabízí slovo Lakomí – poskytuje svým uctívacům hojnost všeho, co potřebují. Totiž, abych to „západním“ bohatým lidem (a mezi ně patříme i my tady v Česku) a hlavně ženám správně přeložil: ne tři auta, ale jedno, je-li potřeba; ne stále bohatšího manžela, ale jednoho a nafurt; ne stovky bot, svetrů a triček (no nekupte to, když to bylo ve slevě), ale právě jen tolik, kolik kdo nevyhnutně potřebuje. Hojnost si západané (a hlavně ženy) stále více pletou s lehkomyšlným plýtváním.

„Největší chyba mé ženy je, že vydělává tolik,“ cituje v příloze MF Dnes jedna autorka kamaráda, a píše i o tom, že jsou to právě ženy, které jsou nadějí ekonomů (ekonomická síla žen představuje největší nový trh v dějinách ekonomiky). Zmiňuje i nadšení finančníků z toho, že utrácějící ženy se více než muži orientují na zdraví, vzdělání a děti, což jsou všechno pravidelné investice do budoucna... Onen kamarád pak ale pragmaticky (na konto vysokých výdělků své ženy poradkyně) dodal: „Moje žena sice hodně vydělává, ale taky všechno utratí.“ Potvrzuje tak výše uvedená zjištění finančníků a stále častější články o „shopohličkách“, které nákupy doma ani nevybalují.

S penězi je paradoxně potíž: čím víc jich máme, tím méně šťastni jsme (protože se vždycky najde ještě dražší auto či kabelka, bohatší sousedka, novější model šatů). Psychologové už dávno zjistili, že milionáři (pokud své bohatství nezvládnou) nejsou šťastnější (naopak, nutnost starat se o vydělané peníze je vysiluje a zneklidňuje) a že výhra v loterii většinou přinese problémy. Ukázalo se, že nejšťastnější jsou ti, jejichž příjem je lehce nad průměrem té které společnosti. Výzkumy štěstí žen konstatují podobný trend: čím víc mají peněz a čím vyšší postavení, tím méně jsou šťastné (a spokojené v sexu).

Plíživé nebezpečí neustále se zlepšující finanční situace žen souvisí i s jejich postavením ve společnosti. McKinsey & Co., zřejmě nejuznávanější poradenská společnost na světě, zpracovala na toto téma skutečně vyčerpávající studii. Nazvala ji *Na ženách záleží* a blogger Pepper de Callier cituje: „Společnosti s vyšším zastoupením žen ve vedoucích funkcích dosahují lepších finančních výsledků.“ Dále uvádí i konkrétní čísla: „Vezmeme-li si jako měřítko návratnost investice, jsou tyto firmy o 10 % nad oborovým průměrem. Pokud jde o příjmy před zdaněním a úroky, dostáváme se na 48 % nad průměrem. A pokud se zaměřujete především na cenu akcií, pak při použití příslušných oborových indexů vykazují akcie společností s vyšším zastoupením žen mezi léty 2005 – 2007 až o 17 procent vyšší růst. A další zajímavý fakt: společnosti s genderově vyváženou (doufám, že někdo vymyslí lepší termín) správní radou překonávají – podle všech měřítek – společnosti, jejichž správní rady se skládají pouze z mužů či pouze z žen.“ Hm. To je ta (zdánlivě) dobrá zpráva.

Utrácivé a hašteřivé ženy tu byly vždycky, nikdy jich ale nebylo tolik a nikdy neměly tolik příležitostí utrácet (příkladem par excellence je svět módy). Madla Vaculíková např. tvrdí, že mravní devastaci téhle země v padesátých letech zaviniily ženy. Komunisté potřebovali upevnit svou moc a protože chlapi couvali, tak jim posloužily ženské. Za slibované pračky a ledničky udělaly tu špinavou práci v roli všech těch ředitelek všeho. A jak píše A. Melichová v *Hospodářských novinách* (v článku *Žena a moc – docela drsný příběh*): „Životní družky diktátorů minulého století byly v drtivé většině k jejich politice loajální, mnohé se na krutostech aktivně podílely a někdy dokonce své muže předčily. Především se však snažily, aby se jejich muži udrželi při moci. Vůdčí postavení přeče skýtá kromě jiného i kožichy, šperky, paláce...“

Tamtéž citovaný australský psycholog Steve Biddulph v knize *Mužství* píše: „Západní společnost nenabízí fungující způsob života. Namísto toho představuje nesourodý a vykořisťovatelský stroj na shromažďování peněz v rukou několika jednotlivců a jakousi lidskou výkrmnu, jež zabíjí ducha svých obyvatel... Ženy už získaly v mocenské hierarchii mužů své pevné místo, ale svět se v důsledku toho nijak nemění.“

Pokud si ovšem jak muži, tak stále sebevědomější a emancipovanější ženy neuvědomí, jaké nebezpečí se skrývá v jejich rostoucí ekonomické a tržní síle, čekají nás těžké časy. Stále víc vydělávající a utrácějící ženy sice posílí ekonomiku, ale rozbijí rodinné vztahy, a (jako žena onoho mužika z pohádky) nakonec zůstanou samy se svými vysokými platy... ale nebudou o to šťastnější.

Nabízí se citat naši babičky: „Válku na vás, šlupky z brambor byste jedly,“ a povzdech, jestli ona ta hojnost dneška (ilustrovaná strakatými ženskými

časopisy) nevěští konec našeho zítřejšího světa, jak tušil už Josef Váchal (viz jeho: Svět se řídí do d'áblovy řiti). Naznačuji, že ženy ještě více než muži – přes všechny své potenciály – jsou asi také spíše a jen zvířátka, cele ovládnány hormonálními procesy svých těl. Že lehkost, s jakou i ta zdánlivě nejskromnější žena podlehne lákání utrácet a v utrácení ztratí své nejlepší ženské vlastnosti, je nesnesitelně snadná.

Indická hudba nezná harmonii, protože Indové tvrdí, že člověk je nedokonalý a ve větrech emocí se klátící tvor, který k principu harmonie vesmíru ještě nedospěl (proto používají jen rytmus a melodii). Je stále zřejmější, že ani lidé současnosti – a zvláště ženy – k hojnosti ještě nedospěli.

Naznačuji, že hodně vydělávající (a hodně utrácějící a ekonomiku západního stříhu tak „zachraňující“) ženy nejsou a rozhodně nebudou spásou společnosti, právě naopak. A jelikož už víme, že v krizi jsou lidé zdravější (a hladovky prospívají), možná by ženám – a zvláště těm českým, popleteným navíc nedobrovolnou skromností za komunismu – nějaká ta (nedobrovolná a spotřebitelská) hladovka prospěla. Protože hojnost a současné naježené a stále „bohatší“ ženy, to k sobě nepasuje. Protože ženy, jak zjišťuje i A. Melichová, „přebírají mužský životní styl a jejich zkušenost přestává být odlišná“.

Řešení naznačuje výše citovaným australským psychologem zmíněné slovo „duch“ (a přirozený orgasmický porod, dodávám). Duchovní člověk (a duchovní žena) je nepodplatitelný(á)... i když jen do určité výše. Váchal měl recht: už jedeme s kopce. Také proto, že nás evoluce nevybavila dostatečnými brzdami a že moc (a naditá peněženka či kreditka) dokáže zkorumpovat i duchovního člověka (a žádná žena nedokáže odolat zbytečnému – ale zlevněnému – svetříku či diamantu)...

Naznačuji, že současná stále rostoucí finanční nezávislost žen je z hlediska (pozitivního, duchovního a ekologického) vývoje lidstva stále kontraproduktivnější. Tak jako jazyk, televizní reklama, symfonická hudba či atomová elektrárna je i hojnost spíše pastí než dobrodiním. Nejsme na ni, hormonálně ani psychicky, připraveni.

Žáci nenávidí matematiku

Výsledky mezinárodního výzkumu ukázaly, že české děti nenávidí matematiku a v téhle nenávisti jsou „nejlepší“ na světě. Zatímco běžný čtenář zalapá po dechu a v duchu zalituje, že matematiku u nás, až na výjimky, neumíme učit, Miloš Čermák napsal do Lidových Novin článek, ve kterém tuhle zprávu označil za „skvělou“ a tvrdí: „Matematika je jednou z nejkrásnějších disciplín lidského myšlení, ale není to krása, kterou uvidí každý. Abyste její krásu pochopili, musíte matematice odevzdat spoustu času a hlavně dřiny. A to není nic příjemného ani populárního.“ Takové zmatení pojmů a dojmů (a zaměňování důsledku za příčinu) jsem už dlouho – a to je na českém žurnalistickém rybníčku co říct – nečetl. A tak, zdravě nabuzen, vytáhl jsem na jedno odpoledne šanony a zkusím naznačit, jak hluboce se pan Čermák – jsa zřejmě kdysi poškozen svým učitelem matematiky – mýlí.

Zatímco jinde ve světě roste počet učitelů, ale i úředníků na ministerstvech školství nebo mládeže, kteří znají nebo alespoň hledají způsob, jak žactvo pro matematiku nadchnout, a např. objevili důvod, proč se školačky s matematikou dříve spíše potýkaly (učebnice matematiky proto dnes pro dívky píše ženy a děvčata pak studují matematiku se stejnými úspěchy jako chlapci), pan Čermák předkládá své osobní zkušenosti a dojmy: „Vždy se směji, když někdo říká, že není chytrý na matematiku, ale že je chytrý na dějepis nebo na cokoli jiného. Smutná pravda je, že kdo není chytrý na matematiku, není chytrý vůbec“.

Jeho hlubokou radost, když se mu podařilo vyřešit první složitou diferenciální rovnici („nevím, jestli nějaká jiná duševní činnost může takovou čistou a ničím nezpochybněnou radost poskytnout“) mu přeji, ale používat tento argument jako důkaz toho, že „učitelé matematiky musí být nenávidění a obáváni“ je podobné, jako (slabší povahy necht' prominou třeskutou metaforou, ale na hrubý pytel hrubá záplata) být pyšný na koncentrační tábory, ve kterých řada lidí objevila krásu lidské solidarity a možnost držet dietu.

Nesouhlasím s tvrzením, že „k matematice patří i to, že její učitelé jsou často podivíni... jestli s těmi mými byla zábava, tak v takovém tom sadistickém smyslu, že se vysmívali našim nevědomostem a dávali najevo nadřazenost,“ protože dnes se už nade vši pochybnost ví, že skutečné učení je založeno právě na laskavosti a umění vysvětlovat pozitivně (a pochválit). Však i pan Čermák, sice ironicky, ale přece jen utrousí: „Někteří učitelé se už nechali slyšet, že by matematiku šlo učit jinak. Asi mysleli zábavněji. Že prý to jde, dokazují zkušenosti ze zahraničí,“ aby hned pokračoval v úplně jiném duchu: „Jestli chtějí učitelé matematiky soutěžit v oblíbenosti, necht' si udělají aprobaci na

hudební výchovu. Ale jako učitelé matematiky musí být obávaní a nenávidění.“

Možná pan Čermák nezná slavnou písničku skupiny Pink Floyd z alba The Wall, která již v 80. letech jasně vyjádřila odpor právě proti těm učitelům (matematiky), které adoruje. Psychické deptání a ponižování žáků a časté zneužívání autority (onen „dark sarcasm in the classroom“) totiž vadilo odjakživa, teprve dnes ale prokazatelně víme, jak silně devastuje dětskou psychiku.

Americký psycholog Noel McInnis popsal již v 80. letech vyučování takto: „Dvanáct let vězníme dětské tělo v omezeném prostoru, jeho energii v omezených aktivitách, jeho smysly v omezených situacích, dětskou sociabilitu v omezeném množství kamarádů, mysl dětí v omezených zkušenostech o světě kolem nich. Co je naučíme? Neučit se to, co chtějí.“ Jako by přesně popisoval hodiny matematiky na většině českých škol (o čemž svědčí právě výsledky výše zmíněného výzkumu).

Pan Čermák totiž asi hezky dlouho nečetl nic z oblasti nejnovějších objevů na poli neurověd. Netuší, že dnes je, právě co se týká obávaných pedagogů a otců, všechno jinak. Netuší, že jak děti do šesti let, tak i všichni starší školáci by měli být spíše chváleni a povzbuzováni, a že neustálá kritika a tresty za chyby a dlouhodobý stres školáků, kteří se třesou strachy před každou hodinou matematiky, s sebou přináší celou řadu psychických, někdy i celoživotních, traumat.

Cituji (Martin Uhlíř): „Lidé, kteří měli stresující dětství, trpí zvýšeným výskytem rakoviny a ischemické choroby srdeční, častěji páchají sebevraždy a upadají do závislosti na návykových látkách. Jejich mozek se mění – ubývá nervových spojů, zvětšují se dutiny vyplněné mozkomíšním mokem, slabne paměť a podobně.“

„Když na děti křičíte, reakce bude přesně opačná,“ ví i Peer van der Kreeft z univerzity v Gentu, který řídí evropské preventivní programy pro práci s drogově závislými dětmi. Psychologové dnes vědí, že když se dítě bojí, nepamatuje si, co by si jinak zapamatovalo. Pokud v dětech převládá strach (jako na hodinách matematiky s učiteli vyzdvihovanými panem Čermákem), dochází k postupnému vytváření necitlivosti a k posunutí v emočním vnímání. Citově otupělý člověk pak mimo jiné ztrácí soudnost, schvaluje násilí a snáze se stává bezcitným násilníkem. Jsme-li totiž vystaveni situaci, kdy se máme nějak zachovat, náš mozek sahá (podvědomě) do repertoáru předem připravených modelů, který se buduje v dětství. Agresivní jedinci mají tento repertoár velmi chudý, s převahou násilných řešení.

„Mozek se ‚zasekne‘, prožívá-li stres, i když ‚slepota ke změnám‘ může někdy být užitečná.“ (Eva Hníková).

„Nejvíc škodí, když vraždí kladný hrdina,“ hlásá článek na téma násilí v médiích a naznačuje, jak asi musí škodit dítěti, které se do školy těšilo, učitel (matematiky) vzbuzující neustálý strach (MF Dnes). Také dětská psychiatrička Dana Janotová ví velmi dobře, že „v prvních ročnících školy se dítě začíná citově orientovat a více než vzdělání jsou pro něj důležité vazby. V učitelích hledá vzor a je velmi citlivé na křivdy. Jsou-li jeho první zkušenosti špatné, má to negativní vliv na celý jeho budoucí vztah ke škole a učení.“

Dítě přitom ze školy nemůže utéct a musí celé roky žít v podřízeném, dlouhodobý stres přinášejícím postavení. Ono stálé napětí (např. z obávaného učitele a jeho hodin matematiky) prokazatelně vyvolává celou řadu konkrétních a sledovatelných zdravotních potíží (negativně ovlivňuje i strukturu mozku, oslabuje imunitní systém, zatěžuje srdce a oběhový systém – důsledkem je vysoký krevní tlak, zvýšená hladina cholesterolu, zpomalené vylučování a přebytek stresových hormonů atd.). Dnes navíc víme, že když se nesmíte obhajovat, srdeční tep se zvyšuje: „Psychologové dospěli k poznatku, že lidé, kteří musí dlouhodobě zastírat skutečné pocity a nesmí se obhajovat, trpí tzv. emocionální disonancí, která může vyvolávat deprese nebo tzv. syndrom vyhoření.“

„Kde se v dětech bere zločin? Morální chování se rodí z bezpečné vazby mezi matkou a dítětem,“ soudí v článku na toto téma psychiatři (MF Dnes). Bezpečná vazba mezi školákem a jeho učitelem – jak z logiky věcí a zkušeností rodičů vyplývá – je ovšem právě tak důležitá a obávaní učitelé matematiky čermákovského typu k ní zcela jistě nepřispívají, právě naopak.

„Teror v české škole: české školství neumí připravit žáky pro život v moderním světě a co víc, znepříjemňuje jim učení navždy“, tvrdí titulke článku Jany Donovan, ve kterém vypráví jedna maminka, jak „celou základní školu zažívali neustálé stresy, např. když paní učitelka dala Jakobovi dvojku z tělocviku s odůvodněním, že nestojí v řadě.“

„Děti jsou vojensky podřízeny absolutní autoritě učitele. Jejich přirozené instinkty jsou potlačeny,“ napsal i Martin Komárek (MF Dnes, 5. 9. 2006) a dospěl k závěru: „Moderní stát už nepotřebuje vychovávat potravu pro kanóny. Základní škola? Zrušit!“

Přitom přibývá i českých učitelů, kteří na vlastní kůži zjistili, že „škola poškozujee děti“, a začali s tím i něco dělat. Jak píše např. Michal Mieziva (Očima učitele): „Nejenže na léta školní docházky neradi vzpomínají, ale shodují se, že jako žáčci často nechápali smysl toho, co se učili... Respektují vůbec učitelé způsob myšlení dítěte?“

Na setkání PAU (Přátel angažovaného učení) ve Vodňanech na jaře roku 2004 třicet učitelů z celé republiky došlo k závěru, že „mnoha dětem dnes brání být sebou samými málo kvalitní komunikace, příliš autoritativní vedení a kritika, manipulace dospělými a málo bezpečí, nedostatek citové odezvy a opory atd. S tím vším musí „angažovaní“ učitelé bojovat denně a jednou z jejich neúčinnějších zbraní jsou hry. Děti se díky vhodně voleným a vedeným hrám stávají vyrovnanějšími, jistějšími, lépe komunikují slovy i mimoslovně, uzavřenost se učí vyvážit otevřeností a stud odvahou. Získávají nové informace a obavu být sami sebou vystřídá radost z objevování vlastních schopností... Třída je zrcadlem svého učitele. Klidný, pevný a laskavý třídní mívá obvykle ve třídě dobrou atmosféru. Ten, kdo prožívá dlouho neřešený vnitřní konflikt, může být jako člověk velmi vzdělaný a přátelský, v jeho/její třídě se však většinou nedá učit.“

Přibývá i pozitivních zkušeností. Jedna studentka popsala své zážitky z vysoké školy na universitě v Nottinghamu: „Přednášel nám třeba skvělý profesor, který dokázal všechno srozumitelně vysvětlit, a příjemné bylo, že nás chválil za každou druhou věc a to dodá člověku sebevědomí... Semináře stály za to, vždycky probíhala diskuse, a když jsem odcházela, měla jsem skvělý pocit. Ne jako v Česku, když odcházíte znechucený z toho, že vám zopakovali to, co na přednášce, a vy zase víte, kolik toho nevíte.“

Rostoucí počet psychologů a učitelů si navíc konečně začíná uvědomovat to, co tibetští lamové věděli již před tisíci lety: žáci plní i podvědomá očekávání pedagogů. To, že vědomě vnímáme jen méně než 20 % z toho, co registrují naše smysly, se snad již všeobecně ví. Programy v mysli vybírají a třídí, co je pro člověka v tu chvíli důležitější, a navíc vše zabarvují v závislosti na právě převládající emoci. Ukazuje se ovšem také, že náš mozek registruje a zaznamenává vše, co prožijeme. Vypadá to, že máme na harddisku své mysli přesně a do detailů nahranou každou vteřinu svého života. Vypadá to, že právě tak máme v jakési imaginární databázi zaznamenanou každou, zvláště negativní, emoci.

Důsledky všeobecně panující ignorance dospělých, rodičů a učitelů k vnímavosti dítěte či školáka, jsou nedozírné. Ukazuje se, že když do třídy vstoupí apatický učitel, kterému je jedno, co a jak bude učit, a který si chce předepsanou látku jen „odučit“, jeho žáci jsou za několik let právě tak apatičtí a bez zájmu. Když učí učitel (nebo učitelka), který(á) dokonce své povolání a žáky nesnáší, s nevyšlovenou myšlenkou, že „rostou leda tak pro kriminál“, klidně se může stát, že za několik let tihle žáci vytvoří agresivní party, jejichž vůdci brzy začnou s kriminálními přečiny.

A naopak, když učí nadšený učitel, který ve svých žácích vidí budoucí lékaře, vědce, vrcholové sportovce nebo dokonce nositele Nobelovy ceny, výsledky jsou neuvěřitelné. Marilyn Fergusonová v do češtiny dosud nepřeložené knize *Spiknutí vodnářů (Aquarian Conspiracy, 1984)* v kapitole Nové formy učení uvádí příklad jedné učitelky prvních tříd v jedné malé kanadské škole, která nastartovala na úspěšnou vědeckou dráhu celou řadu svých prvňáčků.

Tak jako se nedá prolhat k pravdě, tak jako nepolepšíte drzého a neposlušného synka tím, že ho budete trestat a zakazovat mu jeho záliby, tak nenaleznete příčinu toho, že čeští školáci nenávidí matematiku, pomocí vypočítávání negativních jevů nebo adorací „podivínů“, ze kterých jde strach. Mozek totiž mění nastavení svých programů podle toho, jaké je zadání a jak dlouho v tom kterém modu pracuje. Podle toho také vypadají výsledky jeho činnosti. A „zadání“ učitele (matematiky), který nahání jenom strach, pravděpodobně časem promění každého potenciálního Gándhího v potenciálního Bin Ládina.

Tvrdím (spolu s rostoucí řadou dalších), že právě tak jako příliš medikalizované porody, je to právě příliš autoritativní výchova (včetně oněch obávaných podivínských učitelů matematiky), jež je jednou z hlavních příčin politických, sociálních a ekologických hrozeb současnosti.

Nejsmutnější na tom je, že v zemi Jana Ámose Komenského už více jak dvě a půl století tupě sledujeme linii, vytyčenou Marií Terezií, stereotypně vykonávanou učiteli, kteří neumějí učit (nikdo je to nenaučil), a propagovanou a tím i udržovanou špatně vyučenými žurnalisty typu pana Čermáka, kteří vydávají své nouze za ctnosti a nadále dezinformují veřejnost.

Karel Havlíček Borovský totiž napsal již v roce 1851: „Nechceme míti učené poddané, chceme míti hodné (rozuměj: hloupé) – to jest velmi známý výrok jistého nepřítelů dávno zemřelého císaře. Kdybychom nežili ve státním spojení, dávali by rodičové své děti, kterým by dobrého vzdělání opatření chtěli, k mužům známým pro svou učenost a moudrost a u těch by se jistě za polovici času a za polovici útrat dvakrát tolik naučily, co se naučí nyní, kdežto stát jako všechno jiné i vyučování vzal do svého monopolu a skrze 18 let (od 6-24) nechá mládež mořiti z většího dílu nepotřebnými vědomostmi a svěřuje vedení její z velké části lidem, kterým nejde nikdy tak velice o rozšíření vědomostí, o zvelebení národu, jako vlastně o své zaopatření, a kteří také se obyčejně vyznamenávají jen otrockou oddaností k velmožům než láskou k vědám.“

Problém není v žácích, pane Čermáku, ale v učitelích, kteří v nich i na počátku 3. tisíciletí vyvolávají a udržují strach (nejen z matematiky) a pěstují nenávisť (k učení vůbec).

Oddělená výchova dívek a hochů

Znáte to: pro noviny je nejlepší nějaká špatná, nejlépe tragická zpráva. Novináři často hledají spor a problém i tam, kde vůbec neexistuje. Zvláště titulky některých novin (a to nemám na mysli ty bulvární) vynikají v přehánění, až někdy připomínají pověstné „Rádio Jerevan“. MF Dnes otiskla článek s názvem: *Oddělená výchova dívek a hochů? Bush je pro.*

Citují: „Dosud platilo, že sloučená výuka na základních školách pro dívky a chlapce je nedotknutelným výdobytkem západní civilizace. Jenže administrativa amerického prezidenta George W. Bushe soudí jinak. Ministerstvo školství USA včera představilo nový zákon, který vstoupí v platnost 24. listopadu. Veřejným školám dává podstatně větší volnost než dosud při zavádění oddělené výuky. Školy mohou děti oddělit při výuce některých předmětů, jako je např. matematika... Stejnopohlavní třídy mohou být v určitých ohledech pro žáky užitečné, řekla vysoká úřednice ministerstva.“
Dále se v článku uvádí, že i odpůrci nového zákona sklízí úspěchy (sic!) - po jejich návštěvě v jedné škole v Louisianě tamní ředitel a jeho tým od záměru oddělit chlapce a dívky upustili, ale že faktem je, že „počet tříd s oddělenou výukou v posledních letech stoupá. Zatímco v roce 1998 takové třídy otevřely pouze 4, letos jich je už 228.“

Svět se mění a právě tak by se měly měnit i způsoby, jakými s ním seznamujeme děti ve školách. Dnes už nejde o koedukaci kvůli svobodě náboženského vyznání nebo v zájmu snahy překonat pruderii konzervativní společnosti. Naopak, ukazuje se, že takto oddělení chlapci a dívky se budou v určitých předmětech cítit (a učit) lépe.
Jde právě o onu matematiku, zmíněnou v onom článku. Jako se v posledních desetiletích téměř revolučně mění naše poznání toho, jak nám funguje mozek a jak jsou ženy jiné než muži, právě tak by se měly změnit i metody výuky.

Ukázalo se, že ženy mají daleko horší prostorovou představivost, takže ony proslulé slovní příklady (např. „Z bodu A vyjelo auto rychlostí 60 km v hodině. Za dvacet minut vyjelo stejným směrem jiné auto rychlostí 90 km v hodině. Dostihne první auto, ještě než dojede do bodu B, který je od bodu A vzdálený 100 kilometrů?“) jsou pro ženský mozek nesrozumitelné. Dívky jsou následně učitelé a spolužáci ironizováni, stydí se, zablokují, a matematika se stane jejich životním traumatem.

Dnes ale již víme – a ve školách na západ od nás už to i praktikují – že oddělit dívky od chlapců a vyučovat je z učebnic psaných ženami, ženským způsobem, je prospěšné pro všechny. Dívky se učí např. matematiku na praktických

úkolech (stříhají si na šaty, váží a odměřují suroviny na koláče, které si pak upečou atd.). A hle, překvapení: matematiku zvládají bez problémů a potom dokonce studují i matematicko-fyzikální fakulty. I co se týká matematiky totiž nejsou horší než chlapi, jen jsou jiné.

Mimochodem, jedna paní učitelka, která založila svou soukromou školu a pracuje na základě poznatků ruské rodové školy, si přímo v praxi také všimla, jak jsou kluci a holky rozdílné bytosti. Jak má každé pohlaví jiné potřeby a jiný rytmus během dne. Zjistila, že při výuce obvykle pracovala celá skupinka do určitého času velmi dobře. Poté ale chlapi volili velmi akční činnosti, zatímco dívky byly zpočátku poklidnější, ale nakonec i je chlapi strhli do své hry – běhání, schovávání se za stromy, „střílení“ na sebe klackem. Ukázalo se, že je třeba děti rozdělit a připravit trochu jiný program pro kluky a pro holky. Když šli do lesa, dívky se zase od kluků samy oddělily, a tak se vytvořily zpočátku dvě skupinky připravené proti sobě bojovat (samozřejmě na úrovni slov a nálady). Dívky to však rychle přestalo bavit. Konstatovaly, že jsou princezny a kluci princové a musí je chránit! V dětech je všechna moudrost už přítomna, jen je třeba ji posílit a nezničit, jak to dělá běžný program konzumních televizí, uvědomila si paní učitelka.

Mírné zděšení několika amerických odpůrců „oddělené“ výuky chlapců a dívek, stejně jako novinářské nepochopení tématu, jsou tedy spíše ukázkou zbytečných obav před neznámým a žurnalistické neprofesionality, než skutečného problému. Naopak, už aby i u nás mohly dívky počítat zlomky a trojčlenku nad nastříženou látkou na šatičky a děti ve všech typech škol byly chváleny a povzbuzovány.

Jinými slovy, výuka chlapců a dívek by měla být v jisté fázi jejich vývoje oddělená, aby si potom o to lépe rozuměli.

Skončily socialistické doby „rovnoprávnosti“ žen a mužů a traktoristek a pilotek za každou cenu.

Role muže a ženy jsou nezastupitelné.

Odišné, ale vzájemně se doplňující.

Na daleko hlubších úrovních, než zatím tušíme.

Desatero šťastného manželství

(verze pro ženy)

Protože, jak věděl už Mohamed, do žen a melounů se nevidí, nenabízím recept na manželství celoživotní. Ale jsem přesvědčen, že odhalení některých zásadních rozdílností (kupodivu stále většině žen i mužů neznámých) a dodržování některých z níže uvedených doporučení by mohlo podstatně přispět ke klidu a míru ve vztazích a k vzájemnému lidskému i duchovnímu růstu obou partnerů. Samozřejmě, že existují i (porodem a výchovou) poškození muži, na které nic z uvedeného neplatí, ale i podle oficiální psychologie jich je 85 % „reformovatelných“. Nabízím tedy až přehnaně zjednodušená pravidla pro chápavé a nenaježené ženy. Doufám také, že se najde nějaká moudrá a zkušená, která sepiše podobné desatero z pohledu ženy (tedy verzi pro muže).

1. Všechno, co v manželství mezi mužem a ženou nefunguje po prvních dvou třech letech soužití, je pouhé sémantické nedorozumění (a ze strany muže jde o zmatené reakce pramenící z jeho nejistoty: absolutně nerozumí ženské řeči, a už vůbec ne jakýmkoliv náznakům – při komunikaci s ním je třeba být co nejstručnější a nepřesnější).
2. Muž má poněkud jiný mozek a jiné tělesné reakce než žena, takže ta ho – většinou nevědomky – mučí např. tím, že ho nutí hned po příchodu z práce (lovu jelena) si povídat, „chápat“ ji, reagovat na její emoční stesky atd. V tom se ale žádný muž nevyrovná kamarádce.
3. Co rozhodně žena nemá dělat: vytírat muži pod nohama (ten tak ztrácí archetypální dotek se zemí); mluvit o něm (dokonce ani v dobrém!) s kamarádkami; tahat ho po nákupech; chtít po něm i po letech, aby jí (znovu!) pravidelně vyznával lásku (když už to párkrát udělal) atd. (Snažit se ulovit stejného jelena dvakrát je z jeho pohledu přece nesmysl.)
4. Už od batolecího věku je dobré a nutné muže chválit, chválit a zase chválit. Jedině tak z kluka vyrosté skutečný muž, který pak bude umět komunikovat i s ženami (a také diskutovat, prohrávat, uctívat, ale také stát si za svým, chránit slabší a imponovat ženám).
5. Kluk musí (stále ta evoluce) běhat, skákat, prát se, lézt na stromy, dupat do louží, soupeřit a soutěžit – je třeba ho nechat stát se tak skutečným mužem. Žena by mu neměla zakazovat (coby paní učitelka) běhat o přestávkách po chodbách

škol, nebo (coby matka a manželka) přepínat televizní kanály, nebo mít v pokoji nebo na pracovním stole tvůrčí chaos.

6. Muž má tunelové vidění, takže máslo v lednici (vous na umyvadle, smetí v rohu pod gaučem nebo chlup na svém saku či jejím kostýmku) opravdu, ale opravdu nevidí! Ženu vnímá většinou jako celek (a její krásou je často tak zasažen, že raději zavírá oči).

7. Muž netuší, že žena má až desetkrát citlivější kůži na celém povrchu těla, takže pokud ho to ona tolerantně nenaučí, vždy ji „pohladí“ pádným plácnutím (nejraději na nějakou oblínu): dělá to, co sám má nejraději. Milování, hlazení a dalším něžnostem ho musí žena naučit (a pokud to s ním umí, je nakonec jako poslušný a dobře cvičený pejsek).

8. Láska partnerská se (po prvních dvou třech letech zamilovanosti) utváří a formuje společnými zážitky a aktivní péčí (o toho druhého). Pokud muž dostane delší než několikaměsíční práci v cizině, měla by žena jet s ním (jinak se brzy rozvedou).

9. Bez mužů to, přes veškerá přání feministek, prostě nejde. Přes vnější různost se muž a žena dokonale, zvláště na jemnohmotných úrovních, doplňují. Např. žena by si měla nechat vždy, když jí muž na delší dobu odjede, jedno jeho triko nevyprané a občas k němu čichnout. Jeho feromony spolehlivě upraví její menstruaci a ona bude o to více Ženou (právě tak blahodárně jí manželovy feromony pomohou u porodu).

10. Žena má o 30 % víc propojení mezi mozkovými hemisférami než muž („vycítí“ každou přetvářku či náznak lži), a tak je to především ona, kdo vytváří sexuální, partnerskou i rodinnou pohodu v manželství... Je to ona, kdo se umí dohodnout (nesmí ale převzít mužské způsoby řešení problémů). Každý muž je nakonec přesně takový, jakým ho jeho žena (tím, jak o něm myslí a mluví, jak ho chválí a co od něho očekává) udělá.

Šťouchátka

Nic není takové, jakým se zdá být. Okřídlený bonmot z Lynchova seriálu dokonale ilustruje i to, co se nám děje v hlavách. Opět se ukázalo, že náš myšlenkový svět je daleko složitější, než si psychologové a filosofové ještě donedávna myslívali. Psychologové teď začínají hovořit o tom, že každý z nás je komunitou soupeřících osobností a štěstí jedné téhle virtuální osobnosti často způsobuje trápení druhé. Walt Whitman to zjednodušil: „Jsem široký, jsou ve mně davy.“ Pokusím se naznačit, že na jedné straně jsme daleko více, než je nám milé, řízení a ovládnání netušenými a podvědomými procesy, ale na druhé straně, když známe „know how“, můžeme ovládat sebe sama i na podvědomých úrovních daleko lépe, než zatím tušíme... a pomocí různých figlů – třeba i tzv. šťouchátek – také natrénovat přeměnu sebe sama v někoho jiného.

Článek Paula Blooma, jenž ke mně doputoval po internetu, a ze kterého budu v tomto svém zamyšlení citovat, přináší celou řadu úvah a zjištění o tom, že ony soupeřící „osobnosti“ naší mysli jsou „reálné“ (alespoň pro nás, případně naše psychiatry), a také o některých důsledcích, ale i výhodách s nimi spojených. „Sociální psychologové objevili např. rozdíl v tom, jak přemýšlíme sami o sobě a jak přemýšlíme o jiných lidech – máme například tendence přisuzovat své špatné chování nepříznivým okolnostem, a špatné chování ostatních jejich povaze. Tyto předsudky se ale začnou rozplyvat, pokud přemýšlíme o sobě v dávné minulosti nebo ve vzdálené budoucnosti. Naše vnímání sebe sama v takových časových vzdálenostech je mnohem bližší tomu, jak vnímáme ostatní lidi. Ačkoliv tedy může být obtížné přemýšlet o osobě, která bude zítra žít ve vašem těle, jako o někom jiném, uvažovat o sobě za dvacet let jako o cizí osobě, která bude žít ve vašem těle, již tak obtížné není. Může to být důvod, proč se mnoho mladých lidí nezajímá o spojení na duchod: mají pocit, jako by měli své peníze dávat cizímu člověku.“

Ve svých rozhodnutích jsme daleko méně „svobodní“, než si připadáme. V novějších experimentech s dospělými se zjistilo, že „nenápadné drobnosti mohou mít překvapující vliv na naše rozhodnutí. Příjemné vůně, třeba vůně čerstvě pečeného chleba, způsobují, že se lidé chovají mileji a jsou ochotnější pomoci neznámým lidem. Pachy, jaké dokáže vyloudit například sprej z obchodu s vtípkou, zase způsobují, že lidé se začnou soudit. Když lidi necháte luštit pomíchané věty, o pár minut později se budou chovat lépe, když se ve větách vyskytovala slova jako *čest*, namísto negativních slov jako *neomaleně*.“

Celé roky se snažím účastníky svých seminářů a přednášek přesvědčit o tom, že vulgární mluvou nebo (bezmyšlenkovitým) používáním negativních slov – jako

třeba *problém* (to nemá chybu, strašně krásný, je to bezvadný aj.) – podvědomě programujeme tělo a ono se pak i fyzicky chová negativně (je připraveno na setkání s problémem či něčím strašným). A opačně, když si slovo *problém* i uprostřed problémů nahradíme slovem *radost*, jakkoliv to zpočátku vypadá násilně, tělo se přizpůsobí, uvolní a případné problémy zvládá lépe a rychleji. „Hrajeme“ si na štěstí a za chvíli začneme být šťastní. „Děti se s radostí dokážou na chvíli stát třeba lvem nebo vojákem. Dospělí si to také dokážou užít: zkoušení alternativních identit je, jak se zdá, jednou z věcí, kvůli kterým vynalezli internet. Socioložka Sherry Turkleová zjistila, že lidé často využívají svých online avatarů, aby mohli v relativním bezpečí prozkoumat své možnosti,“ píše Bloom.

Psycholog Thomas Schelling a filosof Jon Elster pro tyhle a podobné jevy zavedli termín sebepodmiňování (self-binding). Sebe podmiňování znamená, že jedna aktivní osobnost v nás chystá opatření proti jiné, kterou by se časem mohla stát. „Odysseus chtěl slyšet zpěv sirén, ale věděl, že by jej to donutilo skočit do moře. Nechal se tedy svými námořníky přivázat ke stěžni. Lidé, držící dietu, si kupují malá balení jídla, aby se později nemohli přecpat. Kuřáci, kteří se snaží přestat, požádají své přátele, aby jim nikdy nedali cigaretu, i když by prosili jakkoliv úporně. Jdete koupit budík, který se odkutálí, jakmile vás začne budit, a abyste ho vypnuli, musíte vstát z postele a jít tu zatracenou věc najít,“ uvádí Bloom. Svůj článek psal za pomoci programu, který na jím zvolenou dobu vypínal internetové připojení a nedovolil mu je zapnout dříve. To ho nutilo, aby skutečně psal, místo aby se probíral emaily a pročítal blogy.

A to už jsou ona v nadpise zmíněná „šťouchátka“ (nudges, od nudge – pošťouchnutí, popostrčení). Když se například do pánských mušlí na záchodku umístí umělé mouchy, chlapi je soutěživě trefují a nemočí vedle. Jídlna na první místo menu dá zdravé jídlo. Firma nabídne spořicí program, v němž se odvozy automaticky zvýší, když dostanete přidáno. Schodiště vypadá jako píano a vydává tóny, a hraví lidé po něm skáčí a běhají pro zdraví.

Takhle jsme „pošťuchování“ i společensky. Jak např. říká psycholog Daniel Gilbert: „Navzdory tomu, co můžete číst v tisku pro širokou veřejnost, jediným důsledkem ‚syndromu prázdného hnízda‘ je zvýšený výskyt úsměvu.“ Jinými slovy, ptá se Bloom, proč lidé věří, že jim děti přinášejí tolik radosti? Gilbert to považuje za iluzi, chybu v emocionálním předvídání. Potřeby společnosti jsou naplněny nejlépe, když lidé věří, že mít děti je dobré, a tak jsme zaplavováni obrazy a příběhy o tom, jak skvělé je mít děti. Myslíme si pak, že nám děti přinesou štěstí, ačkoliv ve skutečnosti tomu tak není.

Důsledky oněch podvědomých virtuálních soubojů v našich myslích jsou někdy dalekosáhlé. „Mnoho krutých činů bylo spácháno lidmi, kteří nemohli nebo nechťeli kontrolovat své krátkodobé impulsy, nebo jejichž jednání, jako například opíjení se, vedlo k otupělosti jejich dlouhodobé osobnosti. Ale zločiny páchají také inteligentní lidé, kteří přijmou za svůj pečlivě promyšlený žebříček hodnot, který jim dovoluje ignorovat intuitivní pocit, že nejednají správně. Mnozí vlastníci otroků byli racionální muži, kteří však svou inteligenci používali k hájení otrokářství. Tvrдили například, že to je v zájmu zotročených. Další podporu nacházeli v Bibli – černoši jsou podle ní potomky Hama, který byl Bohem určen jako „sluha sluhů“. Teroristické činy, jakými bývají třeba sebevražedné atentáty, nebývají provedeny v krátkodobém pominutí smyslů – jsou důsledkem hluboce zakořeněných přesvědčení a z nich vyplývajícího dlouhodobého plánování.“

Jinými slovy, s radostí konstatuji, že i západní věda postupuje, i když často metodou slepých uliček – nevdává, že je zkratka delší, zato je méně pohodlná – stejným směrem, kterým se vydali již před tisíci lety indiští jóginí, zenoví mistři a tibetští lamové. Šťouchátka manter, mandal, muder, ásán, metafor a smyslové deprivace, to všechno už kdysi dávno umožnilo našim duchovním předkům pozitivně transformovat různé ty k hříchu a obžerství ponoukající virtuální osobnosti v jejich myslích. Vždyť co jiného než megašťouchátka jsou původní rituály a náboženství (konkrétně např. Desatero)?

A řešení našich potíží? Ano, má obvyklá duchovnost (a přirozené orgasmické porody). Nemůžeme z pasti, dokud nezjistíme, že jsme v ní. Jakmile už víme, proč se to či ono děje, začneme nalézat i řešení. Snad i tento článek pomůže hledačům sebe sama lépe pochopit příčiny jejich „problémů“ (a ten, kdo se naučí vnímat je jako radosti, tedy sebedopodmiňovací metodou, už vykročil správným směrem) a nalézt i metody a šťouchátka, která je vyvedou ze slepých uliček mysli, plné soupeřících „osobností“.

Hlubší souvislosti

Jednou z výhod dlouholeté práce na „bdělém vědomí“ (nebo taky nácviku umění být vždy teď a tady a co dělám, dělat na 100 %) je jistý automatismus, s jakým lze vidět minci jakoby zároveň z obou stran. A výsledná lehkost a samozřejmost, s jakou na hladině mysli vyvstávají alternativní řešení a tím i schopnost „moudře“ poradit. Pokusím se, na příkladu komentářů ke dvěma z čtyř vybraným ukázkám, poodhalit další a hlubší souvislosti příčin rozvírající se propasti mezi sny a skutečností, mezi ženami a muži (které povrchního a spěchajícího čtenáře možná hned nenapadnou). Třeba tak někomu „připravenému“ pomůžu. A těm snaživějším snad naznačím, co všechno se může v trénované a efektivní, emocemi nezpožděné mysli za pár desetin vteřiny „rozvinout“ ...

„Našla partnera, který ji měl rád zpocenou a slanou a v jejím milovaném běžeckém úboru, který ji měl rád al fresco a al dente a kořeněnou vším, co téměř dvacet let schovávala ve svém libidu.“ Ian Macdonald, Řeka bohů

Tisíciletá snaha žen přizpůsobit si své muže (a změnit je k obrazu svému) nemá emancipované řešení, protože hruška nikdy nepochopí jablko. Přitom jak romantické romány a filmy, tak sny (všemožně podporované strakatými časopisy a televizními reklamami) žen překypují vizemi milionářů na bílém koni (nebo v bílém Mercedesu), jejichž koníčkem jsou domácí práce. Přitom většina mužů sní o nenaježené ženě, která by neměla tolik napomínacích a otravných řečí, byla prakticky vždy ochotna a schopna se pomilovat (protože v oné první fázi zamilovanosti to přece ženy dokáží) a pochopila by jejich ironické komentáře a mužské provokativní žertování. Rádi by, aby ženy byly zároveň jako jejich kamarádi, ale navíc sexy a schopné udržet domácnost v pořádku.

Všichni nakonec předstírají, že jsou někdo jiný, hezčí a přítulnější (líčení řas a obličejů žen je jedna z neškodlivějších lží téhle společnosti, a hormony způsobená radikální změna mužů v hrdličky v období zamilovanosti pak nevydrží více než dva roky).

Každá společnost (matkou, babičkami, autoritářskou školou a diktátem módních trendů) zmanipulovaná žena přitom někde v hlubokém nitru je schopna a dokonce i ochotna milovat toho svého takového, jaký je: tedy i poněkud nepořádného (on ale skutečně to smítko na umyvadle nebo pod gaučem nevidí), zapomínajícího na výročí svatby nebo dokonce narození (evolučně mužský mozek pracuje ne s detaily, ale s výhledy, plány a prognózami). Každá žena ve svém nitru mužskou silou tak trochu opovrhne, ale zároveň sní o tom, jak ji ten její pevně sevře v náručí, zvedne do výšky a mrskne s ní do postele.

V tomto smyslu jsem stále smutnější z toho, že kdykoliv kdekoliv poznamenám, že každá žena je, umí-li to, svému muži bohyní, archetypem ženství, právě tak jako každý muž může být své ženě archetypem mužnosti a oporou, reakcí bývají jen nevěřící a odmítavé úšklebky.

Navíc málokomu dochází, že skutečné dlouhodobé bezpodmínečné partnerství (manželství) je velmi vzácné: aby se dva tak jiné vesmíry sladily, je potřeba zázrak a rostoucí kupa kompromisů (které jsou snadné, když člověk nic nečeká, ale je připraven na všechno). Připomenu dávnou americkou anekdotu: dva bývalí spolužáci se vždy za pět let setkají v jednom baru. Zatímco jeden ukazuje fotografie svých milenek a potom manželky a potom dalších a dalších dětí, ten druhý je stále posmutněle sám. Stále hledá svůj ideál. Když se opět potkají, ten druhý je stále smutný, jenže na obvyklou otázku „Stále jsi nenašel ten svůj ideál?“ odpoví: „Ale našel.“ „Cože,“ vyděsí se první, „tak proč jsi tak smutnej?“ „Protože ona taky hledala svůj ideál.“

A tak zmínka o muži, který ji měl rád „*al dente*“ a „kořeněnou vším, co celý život schovávala ve svém libidu“, vyvolá vzrušující představy jak u žen, tak u mužů: s touto ženou a pro tuto ženu je milování (ale i soužití) dokonalé, nepředstírané, nezmanipulované, přirozené jako dýchání a navíc orgasmických pět centimetrů nad zemí.

„S čím byste si hrál, kdybyste byl dívka?“ Zeptali se Woodyho Allena. „Nejspíš se svými řadry,“ odpověděl.

Tak jako žonglér musí být dokonale teď a tady, s vypnutou racionalitou (musí zapomenout, co se učil a naučil vědomě, a nechat natrénované tělo, ať si poradí), tak i komik, který musel roky bavit živé publikum narázkami a okamžitými vtipy (přičemž „myslet“ na vytvoření nějakého vtipu nefunguje), tak se i Woody Allen naučil (spolu)pracovat se svou intuicí. Určitě i on býval překvapen, jaká to moudrost z něho občas vypadla. Naučil se zapomenout, co ho učili, improvizovat na teď a tady okamžiky a žonglovat se slovy.

Na první úrovni je to (z hlediska čtenáře) vtipné a automaticky smích provokující zjištění, že i slavný komik býval a snad i je potrefen evolučním a společenským prokletím mužské sexuality, tak snadno vzrušitelné pouhým pohledem na ženská řadra (cizí neštěstí vždy potěší).

Na druhé úrovni člověku dojde, že to je vlastně pravda: kdyby byl Woody dívkou, byl by jí jen jako herec, stále v mužském a tedy mužsky reagujícím těle (pro něhož je hlazení tak podivně měkké a přitom ladně a oble uspořádané hmoty tou největší touhou a nakonec i slastí).

Na další úrovni člověku dochází, že jako muž jen těžko může po ženách žádat, aby reagovaly, jako kdyby byly já (muž), a to celé naopak.

Nakonec člověku dojde, že Allen na tu jen zdánlivě nesmyslnou otázku (protože neexistují blbě otázky: až na výjimky existují jen a jen blbě odpovědi) odpověděl tak pravdivě a upřímně a dokonale, jak to jen šlo a jde. Tím ovšem zároveň všímavým poodhalil i nemožnost a nesmyslnost snah žen (ale i mužů) přizpůsobit partnera k obrazu svému. Nebo jinými slovy, racionalitou projevít iracionalitu. Protože slova jsou past a myšlenka se (přečasto) dělá v ústech (ne v mysli).

A v jiné souvislosti: naivní představy mládeže jsou v naprosté většině jen a jen naivní a člověka nikam neposunou. Protože jen málokdo dokáže překonat vlastní (navíc většinou iluzorní) limity. V jisté chvíli se každý (a každá) dospívající přestane vyvíjet emočně (to už v sedmi letech), rozumově (to často po vychození školy) i lidsky: nikdy nepozná sám (sama) sebe, nikdy nenaplní všechny ty možnosti, které mu (jí) zázrak života (osudem, evolucí) nabídl.

„Kluk“ v muži si pak nedokáže představit nic, co je nad úroveň kluka, a jeho odpověď je logická: dívčí ňadra ho fascinovala od dětství, tak kdyby byl dívkou... jenže co s muži a ženami, kteří a které zůstanou na doživotí na oné instinktivní, základní (zvířátkovské) úrovni?

Pupek

Diktát všech společenských časopisů (a Sokolských sletů a sportovců a modelů všech částí 20. století) byl a je „břicho zatnout, prsa vystrčit“. Léta se občas zmiňují o „důvodu“, proč jsou (při vší účtě) vojáci z povolání, co se týká bystrých reakcí a chytrosti, poněkud v nevýhodě. Zkusili jste někdy v tomto vojensko-sokolském postoji na chvíli vydržet? Prsa vystrčit, břicho zatnout? Za chvíli budete popadat dech, protože si tak svíráte tepny a do mozku jde méně krve a tedy i kyslíku... a po třiceti letech ve službě je vaše myšlení totálně „zelené“. Ne že bych měl něco proti rovnému, vzpřímenému postoji, právě naopak. Jde mi o ono „břicho zatnout“. O chlapský pupek (pivní břicho). O siluetu chlapa. O odvahu nepodlehnout panujícímu celospolečenskému diktátu. O umění být a zůstat přirozený.

Když jsem počátkem 70. let minulého století cvičil jógu, dostal jsem se také k pránajámě, józe dechu. Jeden mladý cvičitel v téhle disciplíně vynikal: uměl

dokonale předvádět tzv. plný jógický dech, při kterém hodně a viditelně pracuje i břicho. Tedy, ono se nádherně nafukuje, ale dokáže se také (při tzv. bandze) dokonale „vcucnout“ (až dozadu k páteři). Obdivoval jsem pružnost břicha (a samozřejmě i těla) onoho hochy, ale také samozřejmost, s jakou se nestyděl za svůj „pupek“ (který se hezky klenul, navzdory už tehdy panující zásadě, že zvláště mladý muž má mít břicho ploché).

O pár let později jsem při přípravě na cestu do Japonska prostudoval vše, co se tehdy u nás (v desítkách každodenně prozkoumávaných antikvariátů) dalo sehnat. Včetně obrázkových knih o životě na dálném „šikmookém“ východě. Všiml jsem si, že tzv. daruma, zlidovělý bodhisattva (původně japonský bůžek štěstí, ale i v Číně a všude tam, kde žijí Číňané, je soška „šťastného buddhy“ až zlidovělá), byl a je postavička s nádherným vyklenutým pupkem. Jinými slovy, symbolizuje člověka, který nikdy neměl hlad a mohl si dovolit pupek, ale i muže, který má od počátku věků přirozený sklon k tomu mít (pivní, i když tehdy pivo neznali) „pupek“, ale i umění být co nejdéle vědomím v haře (ve třetí, energetické čakře).

O třicet let (a pobyty v zenových centrech v Polsku a dlouhodobou práci s harou a pravidelné období nabírání hmotnosti vždy na zimu a hubnutí na jaře) později jsem konečně dosáhl svého (duchovně chlapského) ideálu. Tedy, někdo mne vyfotil (do té doby jsem vždy fotil já ty ostatní) tak, že jsem se konečně viděl – sedím na židli (ve Frýdku Místku v sále semináře na jevišti) v dokonale uzemněné a tedy vyrovnané, soustředěné pozici (viz fotografie na zadní straně obálky): pod košilí se rýsuje hara. Někdo by mohl říct „(pivní) pupek“, ale mýlil by se. Tohle je dokonalý vnější znak: jak umění být šťastný, tak schopnosti kašlat na panující dogmata a představy o mužském ideálu, a navíc i dlouhodobé práce s harou (včetně systematicky cvičeného umění „nenamáčet“ se po každém slově do emocí, umět být jaksi v „nadhledu“, ale i umět si ze sebe a životních strastí dělat srandu).

Naznačuji, že každá doba diktuje své normy a že zvláště v současné době tak mocných (až nemocných) médií je velmi těžké – jste-li dorostenka či studentka – nezačít kouřit (když všechny spolužačky kouří) nebo nestydět se za své břicho (když média překypují obrázky svalnatých bříšek vybraných nagelovaných modelů). Přitom tak jako mají starší ženy přirozeně větší zadky, pokleslejší prsa nebo celulitidu (podkožní tuk se jim usazuje na bocích a hýždích), tak má většina starších mužů (patřících ke konkrétnímu typu postavy) přirozeně pupek. Zatímco donedávna všude na východ a jih od nás byl pupkatý muž pozitivním vzorem, dnes už i tam strakatým časopisům a rubrikám ze světa celebrit věvodí muži s břichem „vzorně“ zastrčeným.

Jenže jak vědí ti, kdo cvičí tai-či nebo jinou formu dálněvýchodních obranných umění (kde se pracuje s konceptem centra těla a člověka – hary), nebo ti, kdo cvičí zazen a meditaci v chůzi (tedy umění udržovat vědomí jakoby pod pupkem) – umět se soustředit do hary (pod pupek), či umět pránajámicky dýchat (a mít tedy větší pupek než by se slušelo) nebo umět být jednoduše šťastný, se nakonec vyplatí. A při pohledu na plochá břicha modelů (a na chodníky a hospody a tribuny fotbalových stadionů plné pivních pupků) člověku znovu dojde, jak je všechno relativní.

Onen šťastný budzík s velkým pupkem je totiž, kromě jiného, i symbolem člověka, který je svůj: neskočí na lep konjunkturálním trendům a módním výstřelkům, má rád sebe a své tělo a požitkářsky si užívá darů života. Nestydí se za svůj pupek, naopak, sálá z něho potěšení, že jej má. Možná je to i tím, že už nejsem nejmladší, tedy že jsem zmoudřel i věkem, ale spíše si myslím, že to je těmi lety meditace: jsem dnes pyšný (a z fotky, na které je zvěčnělý, i když pod košilí, to je snad cítit) i na svůj pupek.

Dobře porozen

Někdejší heslo mladých mužů – gentlemanů Dobře oholen, dobře naladěni! bych rád obměnil: Dobře porozen, celoživotně dobře naladěni! Nedávno jsem se setkal hned se dvěma příběhy týkajícími se dobře (rozuměj: přirozeně, bez medicínských zásahů, a jednou dokonce doma) porozených dětí, které stojí za komentář.

Před mnoha lety jsem psal ve své knize *Nová doba porodní* o metodě „baby plus“ (těhotné ženy nosily na látkovém pásu malý přístroj na baterie, který vysílal stále složitější rytmické programy, na něž děťátko reagovalo). Takto stimulované (a již od třetího měsíce komunikující) děti se rodily v optimální porodní váze, vždy tím správným koncem (tedy hlavičkou) dolů, s otevřenými očima, usměvavé a – jak se později zjistilo – velmi inteligentní.

Adámek, jedno z dětí stimulované přístrojem baby plus, vyrostl jako z vody a již chodí do první třídy. Rodičům až donedávna nedošlo naplno, že jeho neutuchající a výjimečná aktivita, stejně jako zvědavost a ochota k jakýmkoli hrám jsou něčím neobvyklým – neměli s čím srovnat. Až když Adámek začal chodit do školy se ukázalo, že nejen školu zvládá jakoby levou rukou. Jdou mu

i všechny sporty (plavání, karate), začíná se chovat velmi svědomitě a jaksi daleko rozumněji, než by se vzhledem k jeho věku dalo čekat.

Naznačuji, že jsou-li takto (metodou baby plus, nebo pravidelným zpěvem maminek v těhotenství) stimulované děti mnohem inteligentnější (v okamžiku porodu jim prý neodumřely miliony osamocených neuronů, jako nám ostatním, ale naopak; tyto neurony stimulované neverbální komunikací, matčíným zpěvem nebo poslechem rytmů, a tedy spojené dendrity jako do copánků, jim zůstaly), jsou chytřejší, výkonnější a efektivnější nejen v těch měřitelných a sledovatelných disciplínách a aspektech, ale ve všem.

Mimochodem, rodičů takových dětí je určitě víc a pravděpodobně také netuší, co a jak dál: možná by se měli dát dohromady (anebo se přinejmenším ozvat).

Občas se setkávám s chlapečky, porozenými přirozeně a doma, a obdivuji jejich dokonalou koordinaci pohybů (levou zadní zvládají všechny ty různé koloběžky a kolečka a skateboardy) i jejich přirozenou komunikací se sourozenci nebo s dospělými. I to, jak jsou sebevědomí a jak se dokáží vyjádřit. Jak jsou (na vše) šikovní.

Známý, který pracuje v laciné indické samoobslužné jídelně, vyprávěl, jak pozoroval (protože se domníval, že za ním bude muset utírat podlahu) asi pětiletého kluka, který si sám naložil různá jídla na papírový prohýbající se tácek, omáčku až po okraj, sám si vše nechal zvážit a sám vše bez zaváhání, pozorně a pečlivě, odnesl na svůj stůl k mamince. Známý navázal rozhovor a kontrolně se mezi řečí jeho maminky (téměř spiklenecky) zeptal: „Rodili jste doma?“ „No samozřejmě,“ zněla odpověď, „to už je dnes normální, ne?“

Uff. Hurá. Když mi to vyprávěl, zatetelil jsem se intenzivní radostí. Tak přece. Celé roky přednáším a píši jak o možnosti přirozených porodů, tak o jejich výhodách. Celé roky se také těším, až se začnou množit „korálky zadostiučinění“ a i já budu slyšet o dětech, které začínají měnit svět... protože se dobře (správně, nepoškozeně) narodily. A sním i o tom, že někdy v budoucnosti (bude-li jaká) se například politici (budou-li vůbec třeba) budou vybírat nejen podle vzdělání, ale spíše podle toho, jak byli porozeni. Protože ti optimálně porození budou zárukou optimálního (lidského i politického) chování a jednání. A bude jich čím dál víc, protože bude přibývat i žen, tedy jejich maminek, které na otázku, jestli rodily přirozeně a doma, odvěti: „No samozřejmě, jak jinak...“

Samozřejmost?

„Třeba má lidstvo dávno vyměřený čas...“ Václav Havel

Iluze jakési základní a zásadní životní jistoty, které propadají všichni kolem – i když tuší, že způsob, jakým lidstvo zneužívá přírodu, by mohl vést ke katastrofě globálních rozměrů – zdá se být opomíjena stále víc i těmi, kteří by měli pamatovat na zadní kolečka. Armády a vlády světa mají jakési naftové či potravinové zásoby pro případ nějaké války či povodně a katastrofické filmy detailně předpovídají tu dobu ledovou, tu zase zemětřesnou. Přitom samozřejmost, s jakou pokračujeme v plýtvání vším, nedbáme na kvalitu vztahů a pranic se nepřipravujeme i na ten nejkatastrofičtější scénář, je téměř trestuhodná: pokud na něj dojde, vlastně si jej zasloužíme.

Jeden možný (duchovní) postoj je prastarý, překvapivý, a je-li zvládnut, i překvapivě účinný (totiž: netrap se tím, co nemůžeš změnit, a prostě změň, co změnit lze). Slavný zenový kóan (taková spíše metaforická situace) vypráví o člověku, který utíká před tygrem, přepadne přes sráz a drží se, vise nad propastí, jen kořenů, zatímco nahoře číhá šelma. Situace je bezvýchodná, ale najednou viselec spatří přímo před sebou keřík velkých červených jahod. Sáhne tedy po jedné a dá do úst: „Ó, jaká lahoda!“

V tuto chvíli není důležité, že pro buddhisty představuje onen tygr hrozbu zbytnělého ega a závoj Máji (iluzi našeho vnímání) a celý příběh, jako ostatně všechny podobné, je metaforickou pomůckou a zároveň návodem, jak se dostat za onen iluzorní závoj myšlení a také za slova: jak k nim nebyt připoután.

Podobně latiníci citují slavné Carpe Diem, využij dne. Tedy ne užívej si bez ohledu na ostatní, ale využij dne, všeho co prožíváš, žij na 100 % (jak ostatně radí i slavná zenová poučka). Přestože buddhisté (a guruové a šamani a zenoví mistři) již tisíce let učí, že život, jak jej vnímáme, je iluze a existuje jen a jen přítomnost (a minulost a budoucnost jsou iluze mysli), a přestože moderní věda už zjistila, že měli a mají pravdu, a přestože moudří všech věků radili a radí, že budoucnost vytváříme tím, co a jak žijeme dnes (v přítomnosti), samozřejmost, s jakou tohle všechno dnes a denně (stále stejně) naivně přehlízíme a pinožíme se se svými kuličkami (jakkoliv luxusně vyhlížejícího trusu), je do nebe volající.

Jak se tak blíží rok 2012, množí se i katastrofické vize konce světa (včetně stejnojmenného amerického velkofilmu). Včetně návodných knih, radících

zbudovat betonové bunkry někde vysoko v horách, se zásobami potravin nejméně na rok a s knihovnou, plnou učebnic a příruček, jak pěstovat to či ono. Protože jestli se koncem onoho roku přepóluje planeta a zemětřesení (a následné tsunami a globální zima) zničí vše, co potřebujeme k životu, pak se naopak vše, co plní média, včetně našeho každodenního pachtění a rozmazlené nespokojenosti, ukáže jako nanejvýš malicherné. V posledních hodinách existence si nakonec přeče jen, tak jako umírající hříšníci, uvědomíme, jak jsme ty poslední roky promarnili a jak jinak bychom žili, kdybychom věděli, že to budou roky poslední. Přestože nás varovali a princip předběžné opatrnosti velel připravit se a naplno si života užít. Ó, jaká lahoda, mít teplo v zimě, střechu nad hlavou, denně co jíst a pít, užívat propojení se světem a pozitivně vyzobávat rozinky a třešničky přítomnosti.

Život sám, natož tak rozmařilý, jaký prožíváme posledních dvacet (ale možná už šedesát) a globálně pár set let (Adam Michnik tvrdí, že tak jako v posledních dvou dekadách jsme se neměli posledních 300 let), není samozřejmý. Nesnesitelně samozřejmá je snadnost, s jakou se planeta prostě oťrese (potká planeta planetu a ptá se: „Jak se máš?“ „Ále, mám lidstvo.“ „To přejde,“ utěšuje ji druhá) a s jakou se na ní obnoví to, co je „přirozené“. A tak až v posledních okamžicích existence života zjistíme na vlastní těla a myslí to, co nám připomínali Indiáni, že totiž arogantní betonové megapole a asfaltové sítě dálnic pro jeho veličenstvo automobil (např. podél nového úseku dálnice na Hradec Králové jsou na obou stranách desítky kilometrů plotu, trvale rozřezávajícího krajinu a vězníciho zvěř a lidi v omezených koridorech: denně takto kvůli dopravním stavbám mizí desítky hektarů půdy), stejně jako zásoby zlata a virtuální účty v bankách, se dýchat, pít a jíst nedají. Výsledná katastrofa je rozhodně pravděpodobnější, než to, že náš současný plýtvavý a povrchní způsob života bude pokračovat do nekonečna.

Přičemž už před čtyřiceti lety věděl např. Jan Vodňanský, že „život visí na nitce“, a velikost viru prasečí či jiné chřipky, který nitku života může lehce přetřhnout, je ve srovnání s velikostí člověka naprosto zanedbatelná. Právě tak miniaturní a nahraditelní, co do srovnání s velikostí planety nebo dokonce galaxie, jsme i my.

Nabízí se i jiná (celkem laciná, ale pod kůži se zadírající) paralela: že rok 2012 a změnu magnetických pólů s kilometrovými tsunami přežijí jen ti připravení, tedy otužilí a duchovní a skromní lidé žijící vysoko v horách. Jaký je dnes nejduchovnější národ na světě, který navíc umí přežít v pro nás nesnesitelných klimatických podmínkách? No přeče Tibeťané (a je jedno, jestli dnes žijí spíše v Ladaku a Sikhimu, než v samotném už tak počínštěném Tibetu).

Terapii globálním šokem (ať už bude vypadat jakkoliv) – i pro ty až zoufalé výkřiky všech varujících a neoslyšených – si prostě zasloužíme. A všechny ty současné tak rozmařile zbytečné rozvody a mužsko-ženská nedorozumění a horečné utrácení za pitomosti se nakonec ukáží jako zřejmá slepá ulička (znovu si vybavuji citát spisovatele Procházky z roku 1968: „Když se loď potápí, protože má pod čarou ponoru díru velikosti vrat do stodoly, rozumný kapitán neposílá plavčíka natírat stěžeň.“) a bude příliš pozdě si plácát do čela: jak jsme to mohli nevidět? Naopak samozřejmost, s jakou se dá sáhnout po jahodě, i když člověk visí ze srázu, v situaci, která zdánlivě nemá žádné řešení, je, kupodivu, kromě pečlivé mnohaleté přípravy (na kterou je už dnes, stejně jako na pozitivní zvrat v ekologickém vývoji, pozdě) jediným moudrým řešením nejen téhle hypotetické (ale tak modelové a příznačné) situace. Opakuji, metafora má pomoci nahlédnout iluzornost našeho stylu myšlení a připoutanosti ke slovům (a tohle a jen tohle pochopení pak následně umožní vyřešit i jiné zdánlivě neřešitelné situace).

Život není samozřejmost a nakonec budeme mít jen to, co nám patří.

Tibetská kadibudka

Už jsem o tom psal a hovořil nesčíslněkrát (a sám sebe také často přistihuji při tendenci i když už dávno ne odsoudit, tak stejně aspoň šmahem pominout, co nemám vyzkoušené): povrchní soudy po povrchním ozkoušení toho či onoho jsou zavádějící a notně zkreslující. V zájmu věci a člověka samého se rozhodně vyplatí věnovat se čemukoliv právě tak důkladně a poctivě, jako tomu, co mne živí (co umím a roky dělám).

Když skupina Relaxace slavila třicet let svého trvání koncertem v Atriu na Vinohradech, měl jsem tam také být. Pozván jsem byl a chvíli jsem i uvažoval o tom, že si přijdu zavzpomínat. Když jsem totiž v roce 1979 odjel do Japonska, a mé zájmy přestaly být po dvou posledních úspěšných vystoupeních (s Jirkou Mazánkem na jamních a s příležitostnou kapelou Amalgam na podzimních Jazzových dnech) hudební, hoši, s nimiž jsem se zajímal o hudbu, které se teprve mnohem později začalo říkat „world music“, se nudili, a tak si založili Relaxaci.

Jirku jsem ke koncertování dostal já. Slyšel jsem ho jako jógína hrát na kytaru a jeho neškolený, syrový a k posluchačům až bezohledný styl dlouhatánských improvizací mne zaujal: dokázal se dostat až do tranzu. Nikdo s ním ale nemohl hrát veřejně, protože vůbec nadržel rytmus (vypadával, občas hrál náhodné liché

rytmy, zrychloval atd.). Já tehdy hrál na tabla, jejichž složité rytmy stejně nikomu nic neřikaly, a tak jsem začal Jirku citlivě doprovázet. Znělo to děsně exoticky.

Od poloviny 70. let jsme nadšeně poslouchali (a půjčovali si a vzájemně přetáčeli) první elpíčka např. Stephana Mícuse a polské skupiny Ossian a tehdy tak vzácné nahrávky klasické indické hudby. K vystupování jsme ale potřebovali „řizovatele“, tedy nějakou organizaci (s razítkem), která by se za nás ideologicky zaručila. Dlouho jsem razítko nemohl sehnat, až se ozvala jedna starší paní, kterou jsem znal ze svých akcí pro různé oddíly jógy. Dověděla se o našich potížích a sama se nabídla: byla totiž učitelkou v hudební škole a disponovala oním pro nás tehdy až mýtickým razítkem. A že nám ho klidně na ten zřizovací papír otiskne. Byl jsem jí moc vděčný a zeptal se, co za to. Ale, co by, mávla rukou, pak si ale vzpomněla: víš co, možná byste nám mohli zahrát na vánoční besídce. Já slíbil a zapomněl.

Když mi pak zatelefonovala, že za týden je besídka a přijde tak 60 dětí s rodiči, a ať si dáme záležet, že to je akce, která má nalákat nové zájemce ke studiu hudby, poněkud jsem znejistěl. Pak jsem ale dostal nápad, vybral jsem kredenc a na pódiu jsme se spoluhráči sestavili celou baterii obrácených hrnců (na jejichž dna jsme hráli měkkými paličkami), různě znějících šálků na čaj a skleniček, já přidal svou baterii domácích perkusí (dřívěk, nařezaných kovových tyčinek, dětských hraček a mysliveckých vábniček) atd. Opona se rozhrnula a my si začali hrát. Dětem i jejich maminkám spadly brady a téměř 40 minut se ani nehnuly: to, co viděly a slyšely, určitě nečekaly. Nakonec jsme skončili a rozhostilo se třeskuté ticho, které si děti intuitivně nechtěly nabourat potleskem. Až za delší dobu sál prořízl hlásek jednoho tříletého kluka, který sobě, mamince, všem připraveným a nám „hudebníkům“ pojmenoval, na co přišel: „Mami, já už v životě nemusím na žádné koncert!“ Mimochodem, dnes je z něho jeden z nejlepších hráčů na saxofon u nás.

O mnoho let později jsme zahráli záměrně podobně i na HAMU: už to ale nebyly hrnce, nýbrž sestavy tibetských mís a steel drum, indicky znějící housle a šakuhači, a celé to bylo laděno improvizčně a netemperovaně. Polovina zvědavých studentů postupně s hrůzou v očích odešla, pár odvážných s hrůzou v očích zůstalo (aby pak opustili dosavadní způsob studia) a jenom naši hudebně neškolení známí byli tou ukázkou, že tajemství hudby se lze dotknout i bez mnohaletého drilu, nadšení.

Naznačuji, že kdysi, před lety, byl každý, kdo uměl zahrát na sítar nebo tabla, králem (mezi jednookými). Jenže pak čas oponou trhnul, bylo možno jezdit i do Indie naučit se hrát „indicky“, a průkopnictví mělo být nahrazeno skutečným mistrovstvím. Oldřich Janota má pravdu: být českým Indem už dávno nestačí.

Proto jsem nakonec na ten koncert nešel: byl jsem na podobném před deseti lety a zjistil, že hrají totéž a právě tak „česky“, jako před lety.

„Část rekvizit, které Relaxace dlouho používala jako charakteristické, se stává veteší. Tibetské mísy mají nadále svůj andělský zvuk sfér, ale oproti prvotnímu okouzlení už tušíme, že nás ke spáse nedovedou a že zvuky tibetské mísy, stejně jako třeba tibetské kadibudky, jsou prostě jen jedním ze zvukových projevů tohoto světa,“ napsal Oldřich Janota ve své zprávě „o historii a přítomnosti české hudební improvizace“ (jak zní podtitulek článku *Být českým Indem už nestačí*, jenž je jakousi recenzí zmíněného koncertu Relaxace).

Těm, kteří nezůstali u jednoho vyslechnutí, kteří celé roky i pomocí tibetských mís pracovali na prohlubování úrovní poslechu a chápání souvislosti a kteří se tak naučili skutečně naslouchat (i tomu co je za hudbou), těm nemusím zdůrazňovat, že zvuk tibetské mísy stejně jako zvuk tibetské kadibudky sice je („jen“) jedním ze zvukových projevů tohoto světa, ale že jde spíše o to, co ze všech těch zvukových projevů získá posluchač. Jestli jen povrchně exotický a okamžitě zapomenutý dojem, anebo hlubší impuls k dalšímu studiu a nácviку slyšet víc, než jsme byli zvyklí.

Tibeťané mají záchod v prvním patře svých domků a vykonávají potřebu dírou tak, že vše padá do přízemí, do většinou cihlami ohrazeného rohu chlívku. Výkaly se pak, smíseny se slámou a hnojem po dobytku, použijí při hnojení políček.

Chci tím říct, že zatímco pro nás je cinknutí mísy zvukem, připomínajícím ohlašování oběda, a třepotání praporu jen třepotáním praporu, pro Tibeťany je zvuk mísy pozváním do tajemného světa duchů (vibrací), kam dokáže vejít jen někdo, ale když už jednou pozná tajemství zvuku, pozná zároveň i tajemství vesmíru. Protože zvuk je Bůh (Nada Brahma). Zvuk padajících výkalů předává prostým Tibeťanům zprávu (modlitbu) o dalším pozitivním příspěvku ke koloběhu života (bude pohnojeno políčko, bude obilí, bude campa) a vzdělanějším buddhistům i slavné rčení jednoho mistra, který na otázku *Co je to Buddha?* odpověděl: „*Suché hovno na klacku,*“ (protože si mniši tehdy utírali zadek k tomu určeným klacikem).

Tibeťan (a každý skutečný hledač) vidí a vnímá duchovno a posvátno v každém záchvěvu modlitebního praporku nebo otočení modlitebního mlýnku. Kam se na intenzitu jejich víry a vytrvalost, s jakou ji provozují, hrabeme. Oldřich Janota má (z našeho europocentrického pohledu) svou pravdu, ale zároveň nemá pravdu, protože mu nedochází, jak jinak (intenzivněji, pozitivněji, procítěněji, pravochemisférověji) zní zvuk mís a padajících výkalů Tibeťanům (jinak voní seno koňům a jinak zamilovaným).

Přál bych všem českým hudebníkům i jejich posluchačům, aby jejich nasazení (jak při hře, tak při poslechu a v životě) bylo nejméně tak intenzivní, jako je duchovnost Tibeťanů, a celému našemu plýtvavému světu, abychom se svými

výkaly dokázali zacházet tak jako oni. Protože jak mísa, tak zvuk „kadibudky“ mohou dovést člověka k osvícení nebo přinejmenším ke stejné intenzivnímu poznání, že hudba (a zvuky) jsou daleko víc, než nám řekli (jak kdysi zjistil i onen tříletý hoch). Naznačuji, že tibetská mísa a tibetská kadibudka jsou součástí tibetské (každodenní) duchovnosti, jen o pár úrovní výš než to, co si o svých mísách a nástrojích a výkalech myslíme (a jak s nimi zacházíme) my.

Desatero budoucím rodičům (pro pokročilé)

1) Po přirozeném (nejlépe orgasmickém) porodu doma nebo v malém porodním centru, jen s duloou nebo porodní asistentkou, neodkládání do kočárků (na Bali např. tvrdí, že dítě do 6 měsíců věku by se nemělo dotknout bosou nožkou země) a co nejdříve kojení se pokuste svým dětem **co nejméně překážet** v optimálním vývoji. Devět měsíců těhotenství je totiž jen první polovinou doby, potřebné ke správnému vývoji mozku: i druhých nejméně devět měsíců je životně důležitých.

2) **Děti potřebují lásku a poté (důsledné) hranice.** A co nejvíce komunikace, tedy smyslových a vzdělávacích podnětů (když zdravé dítě „zlobí“, znamená to, že už mu coby zdroj informací nestačíme), včetně toho základního: vědomí, že matka je nablízku, nejlépe i v myslí, s ním. Když v temné noci přijde někdo z rodičů dítě (po jeho zavržení) pochovat, ono vždy předem zapne svalové partie odpovídající úchopu muže nebo ženy: tak dokonale je (téměř telepaticky) se svými rodiči propojeno.

3) Zásadní pravidlo kojeneckého a batolecího věku – **hladit, hladit, hladit** (a zpívat) **a být mu nablízku.** Nikdy dítě neodkládejte před televizor (sledování televize vede k tělesné, ale i duševní degeneraci), podvědomě to vnímá jako zradu a ztrátu kontaktu. Dlouhodobější oddělení od rodičů vede k pozdějším poruchám učení. Pamatujte také, že přílišná hygiena dítěti škodí (nevybudoje si tak dostatečnou imunitu) a že dítě vnímá synesteticky a potřebuje především milující atmosféru (vycítí i to, co si myslíte). A mimochodem, mateřské šišláni není nic škodlivého, naopak(!), kojeneček slyší nejlépe právě v těchto frekvencích.

4) Dítě by mělo vyrůstat co nejvíce v přírodě, tedy (ještě předtím, než se naučí číst a psát) poznávat a poznat svět v jeho přirozené, trojrozměrné formě... a hlavně v příbězích. Ne z obrázků a ve dvou rozměrech. **Čtete mu a vyprávějte si s ním** (třeba znovu a znovu o tom, jak se narodilo, ale klidně si i vymýšlejte, to děti milují). Nezapomeňte, že současné děti už mají jiné (např. pro počítače připravené) mozky a intuitivně chápou daleko víc, než tušíte.

5) Heslem pro výchovu dítěte do 7 let (tehdy má již vytvořenou emoční strukturu na celý život) budiž **chválit, chválit, chválit. Zvláště chlapečky**. Protože každá nespravedlivá výtka (dítě spolehlivě rozezná, kdo je hodný a kdo zlý, a naopak nedokáže pochopit logické vysvětlení rodičů, proč to či ono nedělat, protože jeho mozek ještě nemá vybudované obvody pro pochopení principu příčina – následek) se na celý život nahraje na hard disk a v budoucnu v podobné situaci zarezonuje (a podvědomě a nezvladatelně vyprovokuje tutéž negativní emoční reakci).

6) **Kluci musí** (evoluce!) **běhat, skákat, lézt po stromech, kopat se a prát**, jinak nevyrostou v opravdové muže. Poskytněte jim také nějaký ten letní tábor, potřebují partu (i ti výjimeční, co se neperou). Odřená kolena a boule k tomu nenahraditelně patří. S holčičkami zase oslavte jejich první menstruaci a nechte je v pubertě dělat, co musí (přestavuje se jim celý mozek): nemohou za to, co vyvádějí (tak jako ženy s PMS). A ve škole je učte matematiku z učebnic psaných ženami. Jinými slovy, nechte je (samozřejmě pokud to není nebezpečné) dělat, co je baví.

7) **Děti totiž plní i podvědomá přání svých rodičů (a pedagogů)**. Berte je proto vážně, s respektem (přílišná autorita škodí právě tak jako její absence). Učíte je z 90 % ne tím, co jim říkáte, ale tím, jak to říkáte, jak se při tom a k nim chováte, a jak, i o nich, uvažujete. **Dovolte jim dělat chyby**, vždyť i vy je děláte, a někdy si vyměňte role. **Nechte je rozhodovat**, ale také nést za to zodpovědnost. Děti do osmi let mění jen pochvala, trest nikdy.

8) **Děti (a lidé) se totiž nelépe učí a skutečně naučí jen hrou**. Dokud se nezmění (státní i hudební) školství, zkuste je učit doma (ve školách je mučí nehybností, trestají za to, co ani nemohou umět, a naopak málokdy chválí za to, co jim jde). Nevnucujte jim ale své pocity a názory (jejich mozky na to nejsou připraveny, nejsou to malí dospělí) a už vůbec ne (dnes již zastaralé) představy o tom, čím by se měly žít. Jejich povolání dnes stále častěji ještě ani neexistují.

9) **České maminky, své syny po pubertě musíte**, aby z nich vyrostli zdraví, sebevědomí a tolerantní partneři (nejpozději když je jim 21 let), **vyhnat z mama hotelů: nejlépe do ciziny**.

10) Vše z výše uvedeného platí pro zdravé rodiče a zdravé děti. **Nic se ale nesmí přehánět**, přičemž matky (ale i ti otcové, kteří byli u porodu svého dítěte) většinou intuitivně vědí co kdy a jak. A pokud si nejste jisti, alespoň svým dětem „nepřekázejte“, anebo svou (racionalitou ušpiněnou) intuici znovu oprašte.

Kusanec štěstí

Proč křičíš že máš žízeň, když jsi po kolena ve vodě?

„Vdá se nebo zajde jiným způsobem a život kolem ní projede rychlým autem. Bžum. Nashledanou, pane život. Může si oči vyplakat, že si s ní ani nepopovídal. ... Jak žena dopadne, je totiž jednoduchá početní úloha,“ napsala Petra Hůlová v Lidových novinách ve sloupku *Urvat si ten kusanec štěstí*. A protože je jen další v dlouhé řadě (nespokojených) žen a protože i ona míchá hrušky s jabkama (nebo spíš píše a hovoří za hrušku, která ve světě jablek – udolána jablečnou reklamou a moštem – zoufale chce „rovné šance“), pokusím se znovu naznačit, v čem spočívá zásadní existenciální omyl dnešního emancipovaného ženstva.

Jak v posledních deseti patnácti letech stále častěji odhaluje a potvrzuje funkční magnetická rezonance, ženy vnímají, myslí a jednají docela jinak než muži. Dokonce i na genetické úrovni. Co se týká vnějších pohlavních znaků, sexuality a rození dětí, ale i struktury mozku, rychlosti buněčných reakcí a epigenetických změn (v závislosti na vlivu vnějšího prostředí) vypiplala evoluce v posledních desítkách tisíc let (ale co se týká rozdílných funkcí a propojenosti mozkových hemisfér, v posledních milionech let) ženy k dokonalosti. Právě tak jako muže. Jenže se ukazuje, že ta ženská dokonalost je přece jen jaksi výkonnější a s tou mužskou hodně, hodně nekompatibilní.

Ať se inženýři lidských duší a komunističtí ideologové krouť jak krouť, dnes už by mělo být většině informovaných lidí na světě jasné, že žena je evolučně stvořena k docela jiným účelům než muž. A že po dvou třech letech (heroinového) opojení zamilovaností (aby se vůbec odvážil spojit se a předat geny další generaci) se hormony a styl života muže (lovce jelenů) vrátí k tomu, čím ve skutečnosti vždycky byl a je. Opačně, ženská emancipace funguje, jde-li o rovnost platů nebo rozsah volného času, ale je zcela nesmyslná, co se týká rozdílných stylů a metod běžného žití.

Řešení není v až zoufalé snaze vyrovnat se mužům v jejich mužských disciplínách, ale v možnosti zůstat nebo stát se ženami ve všem a se vším, co dělá ženu ženskou. Dálněvýchozí ženy se většinou (připraveny tradicí a výchovou) ve svých rolích manželek a matek dokonale najdou a také proto jsou spokojené a šťastné. Dnes už je navíc známo, že skutečná láska stojí na třech nohách: sexu, blízkosti milovaného a možnosti o něj pečovat (příčemž péče o vlastní tělo a šatník se nepočítá, není-li motivována snahou více se líbit tomu svému a nikoliv kamarádkám, zahleděným do strakatých časopisů).

Většina českých žen (alespoň podle toho, jak je potkávám, jak si s nimi povídám na seminářích či přednáškách a jak mi piší) nezvládá své hormony (ani je nenapadne si o tom něco zjistit), nesnesitelně snadno podléhá lákání televizních reklam a okamžitě ze své neukojitelné nespokojenosti viní své partnery. Čím rovnější mají ženy šance, čím víc kurzů bohyň absolvují, čím jsou „emancipovanější“, tím víc jsou nešťastné a nespokojené. Ten jejich kusanec štěstí je spíše slovní kusanec, kterým okamžitě obdaří své muže, než umění radovat se z toho, co mají (a ne trápit se tím, co všechno ještě nemají).

I zde zaměňujeme příčiny za důsledky: tak jako jsou až příliš časté porodní komplikace spíše důsledkem odcizené atmosféry a systému českých porodnic a rutinních metod mužů porodníků, než problémem rodiček samotných, tak je i naprostá většina problémů všech majetku chtivých žen (doporučuji neplést si hnízdící pud s hamižností) a českého feministického hnutí (a tažení) spíše důsledkem zásadního genderového omylu posledního století, kterým byl a je boj za rovné šance (viz věta v úvodu o hruškách, které se chtějí stát jablky).

Protože dobře porozená a dobře (rozuměj, nepřerušovaně přirozeně) porodivší žena je přirozeně (po radikální přestavbě mozku v době těhotenství a otevření stavidel všech dalších evolucí tak vymakaných hormonálních revolucí – domorodé kultury vždy věděly, že porod je šance pro dívku zrodit se v Ženu), sama ze své podstaty, ženská. Na ženskost neexistují školy či genderové návody. Tak jako kočku nikdo nemusí učit lovit myši, tak ani žena (vybavena instinkty lépe než muž) nepotřebuje (mužské) rady jak rodit, kojit, pečovat, vychovávat.

Ony kusance štěstí leží (jak dnes, často už pozdě, zjišťují i některé české nanejvýš emancipované intelektuálky) spíše v oblinách měkkého ženského těla a schopnosti porodit a vychovat děti a přijímat, hladit a rovnocenně, i když naprosto jinak, doplňovat opečovávaného muže, aby byl dokonalý v těch svých evolučně mu daných průzkumech a lovech...

Žena, která „bojuje“ za svá práva a chce se vyrovnat mužům (a být političkou, kulturistkou, vzpěračkou, další doplňte sami) a která místo sebe naježeně napravuje svého partnera (či syna), bude mít jen vyšší hladinu testosteronu a niterný pocit zklamání... Ten svůj, evolucí předem daný kusanec štěstí, který většinou dokonce každou noc leží vedle ní v manželské (nebo dětské) posteli, pro všechna ta nesmyslná (levou mozkovou hemisférou vyplozená) genderová a feministická hesla prostě jen nevidí a neslyší.

Rozlité mléko

(rozhovor s novinářkou o porodech)

„Dobrý večer, připravuji pro časopis *Instinkt* článek o tom, jak ženy hledají samy sebe a naplnění svých duchovních potřeb. Vzhledem k tomu, že se dlouhodobě věnujete právě ženám a jejich duchovnímu životu, obracím se na Vás s prosbou o zodpovězení několika otázek. Postačí mi vždy několik vět. Prosim, odpovězte mi do čtvrtka,“ napsala mi v úterý novinářka, která v poslední době „proslula“ několika snad dobře míněnými, ale poněkud tendenčně a konjunkturálně psanými články o porodech doma. A tak jsem co nejstručněji odpověděl (viz níže), navrhl možnost delšího rozhovoru, a uvidím(e), co z toho bude.

1) Co ženám v současnosti nejvíce chybí?

Hrdost na to být ženou, schopnost odolat nátlaku rozvedených kamarádek a televizních (a časopiseckých) reklam, informace o tom, jak jsou muži jiní, a umění občas „prohrát“.

Ale nedívám se jim, až tak za to nemohou. Byly většinou špatně porozeny, nemají se rády (např. v Indii holčička první menstruaci slaví týden s celou rodinou) a jsou dnes zmateny: místo aby byly více ženami, bojují (mužskými formami) za větší uznání – aby končily v materiální hojnosti, ale nešťastně a samy, bez stálých partnerů.

2) Proč podle Vás ženy vyhledávají různé duchovní semináře a akce? Co si z nich odnáší?

Protože jim nikdo neřekl, co to obnáší být ženou (nezvládají své hormony), snaží se vzdělávat samy, jenže lektorky mnoha takových seminářů jsou v naprosté většině jen o pár lekcí před účastnicemi. Zcela zde chybí nějaká ženská duchovní a morální autorita (herečky a bulvární časopisy moudrou ženu rádkyni nenahradí).

A tak houfně navštěvují semináře (říkám tomu *syndrom seminářové bohyně*). A co si asi mohou odnést ze semináře *Bohyně sexu za víkend* – než ještě větší zmatek v hlavě? Nedojde jim, že zatímco s kamarádkami si hezky popovídají, s partnerem to prostě není (evolučně) možné. Místo, aby po návratu (z takového semináře) toho svého pohladily a pomilovaly, vynadají mu, že jim zkazil život a milovat neumí.

3) Jaké ženy přicházely a přichází na Vaše semináře? Lze je nějak charakterizovat, např. věkově?

Všech věkových kategorií, zvidavé a dnes už i přece jen více informované než před deseti, patnácti lety. Jsou sebevědomější, ale mnohdy zbytečně útočné a předem naježené (ať začnou muži, křičí vždy, když vyprávím, že jediné ony mohou začít měnit svět, třeba jen tím, že své muže a syny začnou chválit). Bohužel, většinou chtějí vyřešit vlastní nejistotu obviňováním svých partnerů a někdy i mužů všeobecně.

A spěchají: zatímco spisovatelka C. Pinkola Estés psala svou knihu dvacet let, české rychlokvašené šamanky chtějí *béhat s vlky* už za víkend.

4) Ve své tvorbě se věnujete také těhotenství, porodům a mateřství. Proč právě těmto tématům? Jak na Vaše názory reagují ženy samotné?

Když jsem před dvaceti lety zjistil, že na svých muzikoterapeutických seminářích pomáhám učit zpívat již druhou generaci žen, a když jsem před deseti lety (při narození první vnučky) zjistil, že české porodnictví je stále hluboko v socialismu a že na způsobu porodu záleží např. i to, jestli bude dítě klidné, zdravé, optimistické a hudebně či jinak nadané, tedy také jestli bude umět zpívat, soustředil jsem se poté ne na řešení důsledků, ale na prevenci.

Dnes už to nebývá tak zjevné, ale ženy mi většinou z počátku vůbec nevěřily a stále nevěří. Jedna studentka zdravotní školy mi po přednášce na téma přirozené porody a jejich výhody (mimořadně, učitelky z mých přednášek rovnou houfně odcházejí) řekla: „No, znělo to moc zajímavě. Ale kdyby to byla pravda, tak bychom se o tom přece už dávno učily!“

Ženy mi nevěří, zvláště když vyprávím, že jsou na tom lépe než muži (zatímco muž musí např. celé roky meditovat, aby se dal duchovně do pořádku, ženě stačí pravidelně si popovídat s kamarádkami a pak přirozeně a nejlépe orgasmicky porodit) a že v příštím životě bych chtěl být ženou. Nebo že stačí, aby si v těhotenství zpívaly a vše bude optimální (čím víc maminka jiný stav prožívá, tím líp děťátko všestranně prospívá). Ale už je to lepší, ještě nedávno mne v diskusích a v e-mailové korespondenci jen napadaly, urážely, pomlouvaly.

On totiž současný (i ekologický) stav společnosti zrcadlí i to, jak přistupujeme coby společnost k těhotenství, k porodu, k výchově dětí atd. Všichni jsme oběti obětí. Děloha je přitom prvním ekologickým prostředím, tvrdí prenatalní psychologové: jak se k dítěti chováme, když je ještě v děloze, tak se pak ono bude v dospělosti chovat ke společnosti a okolí.

V článku pak vyšlo toto: „Ženám chybí hrdost na to být ženou, je jednoznačně přesvědčen duchovní učitel a guru alternativní ženské spirituality Vlasta Marek. Současná společnost je příliš mužská a ženy mají problém se prosadit. Navíc jich chybí ženské duchovní vzory. Podle něj ale ženy za svou situaci nemohou:

„Byly většinou špatně porozeny a nemají se rády. Ženy jsou dnes zmateny, místo toho, aby byly více ženami, bojují mužskými formami za větší uznání, aby skončily v materiální hojnosti, ale nešťastné, samy a bez stálých partnerů“, dodává.

A o kus dále: „Ženám nikdo neřekl, co obnáší být ženou, a tak se snaží vzdělávat samy, jenže lektoři mnoha takových kurzů jsou v naprosté většině jen o pár lekcí před účastnicemi,“ upozorňuje guru Vlasta Marek. Podle něj mají návštěvnice duchovních seminářů syndrom seminářové bohyně a jsou závislé na dalších dávkách duchovna.

A tak jsem autorce napsal:

Píšete: "Porodníci vyprávějí o případech, kdy až dlouhé přemlouvání zatvrzelých matek odmítajících císařský řez i v nejkritičtějších stavech zachránilo život jim i jejich dítěti".

A v jiném článku v témže čísle: "Lenka Mauderová si po narození svého syna prožila doslova peklo... Poporodní psychóza přichází plíživě... Drtivá většina žen prožívá tak zvané poporodní blues."

Porodníci ženám zatajují, že skutečnou příčinou komplikací (a následných císařských řezů) jsou právě oni a jimi ženám vnucený systém, kdy k porodu dochází v nepřátelském prostředí: chybí intimita, teplo, šero, pocit bezpečí. Právě takto odcizené porody a zasahování lékařů do přirozeného průběhu přirozeného porodu způsobují, že celý složitý hormonální systém je přerušen a tělo a psychika rodičky pak reaguje: porod se zastaví – a nastoupí operátor a císařský řez je pak skutečnou záchranou. Jenže to vše, jakkoliv hrdinsky to vypadá, je až důsledkem předchozí ignorance mužů porodníků. Právě proto, že drtivá většina žen rodí v porodnicích, následně nedokáže navodit mateřské city, je zmatena, a dostaví se laktační psychóza nebo poporodní blues... což jsou zdravotní komplikace, které ve společnostech, kde ženy rodí v bezpečí (domova nebo malého porodního domu) prakticky neznají.

Až budete příště psát o poporodní psychóze, zjistěte si nejprve, jak probíhal porod. Když je mléko rozlito, je nesmyslné psát články o spotřebě hadrů na vytření a důležitosti a nezbytnosti jejich výroby i výrobců.

Paní novinářka zareagovala okamžitě:

Děkuji za Vaši reakci. Nicméně oba texty jsem konzultovala jak s gynekology, tak psychology i psychiatry. Tedy si za vším, co jsem napsala, stojím. Schválně jsem dohledávala, jestli je laktační psychóza moderní záležitostí a zda je možné vyhledat spojitost mezi medicínsky vedenými porody a jejím výskytem. Nicméně jsem narazila na skutečnost, že laktační psychóza je popisována už od starověku, kdy se rodilo zcela "přirozeně".

Odpověděl jsem: „Od starověku totiž hrály roli i ostatní negativní vlivy a podmínky v rámci těhotenství (hlad, stresy válek, nemoci, neinformovanost žen atd.). „Přirozeně“ se rodilo jen na císařských, královských či šlechtických dvorech.

Vím, můj hlas byl a ještě stále je osamocen, ale doufám, že se ještě vy, mé čtenářky, dožijete stavu, kdy porodníci budou vědecky odůvodněně přednášet o tom, že jedině porod v malém porodním centru, v intimitě, šeru, teple, a bez přítomnosti mužů, je normální a bezpečný...

Zkuste se pročíst mými blogy v rubrice *Ženy a porody*, a pak se mnou udělat rozhovor na tato témata... anebo si aspoň položit otázku: "Co kdyby měl pravdu?" A nejde o mne, ale o Vernyho, Freiberga, Leboyera, Wagnera, Odenta a další... a o rodičky a budoucnost světa.“ Novinářka se už neozvala.

Meditace prací

Když se někdo doví, že se na mých seminářích „pracuje“, i když se to jmenuje meditace prací, obvykle se zarazí a netuše, do čeho jde, poprvé „pracuje“ přes všechny instrukce tak, jak je zvyklý(á). Je-li příležitost, pracujeme denně, a tak jedna účastnice dostala šanci reparátu: a vsutku, druhý den si to všechno předpisově vychutnala. Tomu, kdo to nezažil, možná budou některé části záznamu nepochopitelné, ale jsem si jist, že si následný Lenčin popis (jako pádnou ilustraci rčení Viděl jsem a zapomněl, uslyšel jsem a zapamatoval si, udělal jsem a pochopil) nejen ti, kteří to už v nějaké formě někdy zažili, ale i ti, kteří o tom takto ještě nikdy neuvažovali, vychutnají.

Dobrý den, posílám moc pozdravů ze severu a jedno slíbené doznání zážitku z meditace prací. Jsem 90-ti procentní žena v domácnosti a k počítači se uchyluji ve vzácných volných chvílích, kdy děti jsou ve škole, ve školce a muž na služebních cestách. A to právě nastalo, tak plním slib.

První pokus meditovat prací – mytí oken – byl omyl. Myla jsem okna jako doma, jen jsem se snažila pozitivně myslet, že to dělám s láskou a ráda a dobře apod. Byla jsem příjemně naladěná, poslouchala jsem, co se děje okolo, vadil mi jen zápach přípravku na leštění. Snažila jsem se vypnout myšlení na cokoli, na potom, na předtím – docela to šlo, byla jsem taková vygumovaná. Doma (a to si uvědomuji až teď) se totiž naprosto běžně při většině prací zabývám v duchu tím, co budu dělat až tohle dokončím – prostě plánuju, přemýšlím a vymýšlím strategie na další postupy – co udělat dřív – kolik věcí stihnu udělat zároveň – co se s čím dá skloubit. Nehoní mě časový stres, pracuji odpoledne pár dní v týdnu.

To můj mozek mě takhle používá! Stále vymýšlím jak to udělat nejlépe, nejefektivněji. HA! – PŘI MEDITACI SE TO DĚLÁ JINAK!

A druhý den jsem to zakusila na vlastní kůži, to byl nádherný objev! Tvoje věta: „Musíte se do toho jednoduše zamilovat,“ mě nakopla. Po společné diskuzi, kde zaznělo i tvoje „Zkuste poslouchat všechny zvuky okna,“ jsem už věděla, že to nebylo ono a těšila jsem se a doufala, že ještě budu moci naleštit nějaké to mlýnské okno a přitom se do toho zamilovat.

Přistoupila jsem k oknu, poklonila se mu, řekla jsem mu, že budu jen s ním a pro ně. Chtěla jsem tu práci milovat a SLYŠET. Objevit zvuky mytého okna byl skvělý úkol. Otevřela jsem okenice a zařehal kůň – hehe – už to začíná. A koncert se rozezvučel naplno, šustila jsem novinovým papírem po zdi, po dřevě, po skle, ťukala jsem a bouchala (zkoušela jsem i bubnovat v různých rytmech) hadříkem při leštění, stříkala jsem posvátně saponát a slyšela, jak jeho kapičky dosedají na sklo! Tolik ZVUKŮ, NEČEKANÉ BOHATSTVÍ. Občas jsem vpustila na koncert i sólisty z okolí a skřípla jsem si prst – HA! – MNICHOVA PŘÍHODA S FIALOVÝM PALCEM – TAKÉ MÁM TO ŠTĚSTÍ!! HIHI – opravdu jsem se rozzářila – co všechno se může stát, kolik krásného a nečekaného.

Náhle zazněl odněkud zvuk mísy a já bum do lokte – zase dar – už se směju nahlas. Čistím, jde to samo a snadno, nemusím se k žádnému místu vracet jako včera. Téměř končím, prohlížím si sklo – dokonalá hmota – dochází mi, jaký je to úžasný materiál pro všechny zaryté materialisty – hmota, která je, je tu, je sakra „pevná a neprostupná“ a NENÍ VIDĚT – JAKO TOLIK VĚCÍ V NAŠICH ŽIVOTECH.

Najednou prásk do kolene, když lezu dolů – takhle obouchaná jsem nikdy po umytí jednoho okna nebyla – tolik darů, hihi. Celé tělo se účastní mé meditace, nejen ruka – jééé já zapoměla leštit cvičně levačkou – a HLE – KDE SE ZAPOMNĚL NOS? – ani jednou jsem si nevšimla, že sprej vlastně včera výrazně nevoněl – dneska asi nesmrděl? Děkuji oknu, že je tak nádherně nablýskané a VENKU ŘEHTÁ KŮŇ.

Jejda jejda to bylo zážitků, dochází mi to postupně, bylo to ono. Takhle se na to musí. Byla jsem tím tak naplněná a šťastná, občerstvená, ale připadala jsem si jako blázen. Až tohle budu chtít někomu povyprávět, vím, že mě pochopí jen ti, co to zkusili. Ti ostatní „normální“ by se mi jen vysmáli, že si platím kurz a pak tam ještě zdarma dělám (jejich škoda).

O ničem

Proces vedoucí k předání slovně nepředatelné individuální zkušenosti propojení mozkových hemisfér a objevu trhliny v realitě zároveň (říká se tomu vhléd nebo osvícení a pro tuto úvahu není důležité, že jako všechno ostatní se i kenšo nebo satori vyskytuje v mnoha kvalitativních verzích) je záhadný, ale zároveň nádherný. Učitel může v přímém přenosu (musí být trpělivý a proces kvašení mysli studenta neurychlovat) sledovat, jak křehce mohutné jsou duchovní proudy, upomínající každého adepta duchovnosti, že ono mýtické osvícení již je geneticky ukotveno v jeho vlastním mozku, jen si nepřekážet (rozumem, myšlením, úsilím) a dostatečně se vyčistit. Jak si tak píši s těmi, kteří se nestydí a využívají možnosti on-line duchovního poradenství, užívám si. A rád předávám, abyste si užili taky.

Nejprve připomenu slavnou historku (spojenou s životem slavného zenového mistra a patriarchy z 8. století Chuej-nenga), ilustrující ono „nic“, jehož si začátečník nevšímá, jež ale rozhoduje o tom, jestli člověk „pochopil“, nebo se jen tak zmítá na vlnách tzv. racionality. Byl to původně nevzdělaný mladý muž, který v klášteře uviděl na stěně napsané verše: *Tělo mé je stromem bodhi / Srdce jak čistého zrcadla rám / Často je pilně otírám / Aby naň nesedal špinavý prach*. Chuej-neng ale už „pochopil“; věděl, že to není dobře, a napsal anonymně variantu: *Tak jako bodhi nemá kmen / Zrcadlo myslí nemá rám / Povahou Buddha je věčně čist / Kdeže je místo na němž prach?*

Z pohledu člověka, nemajícího ponětí, o čem je řeč, protože je cele zapleten do závoju máji, je to celé o ničem. Nechápe, že právě tohle NIC je, jak věděli všichni moudří všech dob, základem všeho toho, z čeho se skládá náš (subjektivní) svět. Jinými slovy, kdo pochopí iluzornost toho, co mu jeho ego vytváří a promítá na monitor myslí, je pak už do smrti jaksí „nad věcí“, nenamočen v emocích, vždy připraven zareagovat s čistou, předchozími instrukcemi nezatíženou myslí.

Jedna věc je „pochopit“ tyhle verbální eskamotáže jen (levohemisférově) povrchně, a druhá pak domyslet souvislosti (objevu, že vše, co vnímán, je pouhá projekce programů mého ega). A k tomu geniálně slouží životní situace a prohry a omyly hledajících. Nic člověka tak nepoučí jako vědomí vlastní chyby a pochopení předešlé trapnosti. A nic člověka tak neposune (v rámci slalomu mezi jinými prohrami) jako schopnost se své prohře zasmát. I génius dělá chyby, ale jen blbec je opakuje.

Je jasné, že největší pokrok nastává po týdenních seminářích (a přímých zkušenostech se všemi těmi spíše duchovními než hudebními nástroji ke

zklidnění mysli) a několika třeskatých dialogích. Pak už stačí jen se ptát. A já popostrkávám, nakopávám, šokuji úplně jiným druhem odpovědí, spojuji roviny, o kterých účastníci seminářů nebo on-line tazatelé netušili, a naznačuji brány (bez bran), které je zavedou do dalších rovin bez rovin (pomocí slov studenty dostávám, tak jako každý kóan, „za“ slova).

Jeden pokročilý student mi napsal haiku z Nového Zélandu (kam na deset měsíců odcestoval, aby se hledal a nacházel a aby se naučil anglicky):

*V síti nic není, dvě křehká stébla
drží celý svět.*

Znám ho více jak tři roky a za tu dobu udělal veliký pokrok. Stále ale, svázán přílišnou snahou, padá občas do pasti logiky jazyka a diktátu racionality (obvyklého myšlení). Vrátil jsem tedy jeho (poetický) smeč na jeho stranu stolu a odpověděl mu stejně poeticky:

*V mysli a síti JE nic, které drží svět
jenž se občas bortí tíhou iluze,
že kámen není zmrzlá hudba*

Jeho reakce byla a je nádherná, protože upřímná a jeho samotného posunující do další roviny:

Wow, krásně jsem byl nachytán na švestkách „nepozornosti“. To mám dávno vědět a používat. Tuším, že jsem ukázal jak „hluboké“ jsou moje Prožitky (v meditaci)... Pěkně vzpomínáš na mé lopocení s kolečkem naloženým zpívajícím kamením na Padmafarmě. A já teď s odstupem vidím, jak jsem se snažil pochopit – intelektem a přebíral a přemítal.

O čem že to je dialog? No vlastně o ničem. O čem že to lidé celá staletí a tisíciletí píší, mluví, co je to trápí nebo naplňuje nadšením? No přece nic – to všechno jsou jen nehmotné, virtuální „výtvořky“ mysli (mozku). To všechno je jen jedna velká (v mysli pak nekonečně individuálně vrstevnatá) iluze, mája. Naše západní, levohemisférově orientovaná civilizace tuhle „iluzi“ vnímání (prokazatelně) objevila až koncem 20. století. A všechny ty řeči a psaní „o ničem“ snad pomohou prozívat dalším adeptům umění nečekat nic, ale být připraven na všechno.

Radost v e-mailu

Tady v Česku (a zvláště na internetu) se nechválí, ale jen závidí a nepřeje. Přesto, že na seminářích vždy po ústních pochvalách vyzývám účastníky a účastnice, aby mi napsali(y), z deseti napíše jeden (jedna). Právě tak kdysi všichni četli Baraku, ale předplatil si ji nebo koupil jen jeden z dvaceti. Právě tak se většinou neděkuje (např. kolem 300 mateřských center dostalo zdarma knihu *Každá maminka je Mozart*, nepoděkovalo ani jedno). O to raději sem tam čtu e-mail, který svědčí o pokroku pisatelů (pisatelek), anebo je děkvný. A z toho jsem velmi potěšen (ne z toho, že jsem chválen: divte se nebo ne, ale vím nejlépe, co a jak se mi kdy povedlo) a rád se podělím...

Dobrý den, rád a s oblibou si čtu Váš blog a rád se i nechávám Vašimi fejjetony popostrkovat. Máte velkou pravdu, naším největším nepřitelem jsou právě naše ušpiněné myslí, které kolem sebe dokážou vidět jen samé problémy. Váš poslední příspěvek „O ničem“ nádherně vystihuje všechno, o čem píšete i přednášíte. Dokud se nedokážeme zastavit a díky tomu i v kameni neuvidíme zmrzlou hudbu, bude svět vypadat jak vypadá. Poslední dobou stále víc pozoruji, že svět kolem nás je přesně takový, jací jsme my, resp. my sami v něm vidíme jen to, jací jsme. Když je mysl čistá, neposuzuje, nekritizuje, zbytečně nekomplikuje, ale jen svolí a přijímá (a prostě jen je) bez usilování „o něco“, je všechno správně a jak má být. Díky, díky, Tomáš

Dobrý den, jen Vám děkuji za Vaše postřehy, zamyšlení, Váš způsob nazírání na svět je mi velice blízký (a to jsem žena) a jen jsem Vám chtěla vyjádřit vděk za to, že tu jste. Mám z toho takovou tichou radost. Tereza K.

Dneska mě napadlo zamyslet se, co všechno jsem se od Vás naučil, tak jsem si třeba říkal, že Vás potěší to vědět, třeba povzbudí k další práci. Tak poslouchat alikvoty (to byl jeden z největších zážitků mého života, když jsem je slyšel poprvé), být v haře (v haře je všechno super), hrát na bubny, zrušit si bloky v těle pomocí PLLPLLPL, naučil jsem se zpívat (teď už jsem si i zvýšil sebevědomí tím, že se mi můj zpěv líbí a myslím že je dobrý mít silný hlas, že to o lidech dost vypovídá), meditovat, pozitivně myslet, snažit se být jen tady a teď, zamilovat si každou práci (škrábu brambory s radostí malého děcka a dokonce i škola mě díky tomu baví), čínské kuličky používám (a nevím jaké mají konkrétní účinky, ale mám z nich příjemný pocit), hrát na didgeridoo, zpívat alikvoty (i když zatím jen lehce), krásu mís jste mi ukázal a dopřál mi nejkrásnější hudební zážitek v mém životě – new age hudbu – neříkat slova jako problémy a tak, že ženy jsou jiné než muži a jak důležitý je přirozený porod (myslím, že Vás moje děti budou tak zbožňovat, že si na stěnu pověsí Váš

plakát). Určitě jsem něco zapomněl, ale je toho moc. Říkám si, že bych byl z půlky prázdný, kdybyste mi to všechno neukázal. Takže – Děkuju, Roman

V poslední době z nějakého, mně zatím neznámého důvodu stále potkávám lidi, kteří o vás mluví, nebo mají u sebe vaše nejnovější knihy, či vás osobně znají a zmiňují se o vás v rozhovoru. Znáám vás již dlouho, ale teprve po přečtení úryvku knihy *Co je za hudbou?* jsem si uvědomila, jak je mi vaše vnímání světa blízké. Stáhla jsem si ji z vašich stránek a ráda bych vám alespoň slovem *děkuji* vyjádřila svoji vděčnost za to, že jste mi to nezištně umožnil. Miluše

Prohry a testosteron

Tak jako sytý nevěří hladovému, tak ani ženy nevěří mužům, když ti vyprávějí o svých vítězstvích a prohrách. A nevěří ani výzkumům o tom, že mužům po prohře klesá hladina testosteronu (přičemž prohra je i to, když žena při nákupu několikrát „sejde“ z původní trasy, protože ji tam či onde něco zaujalo: muž tak „neuloví svého jelena“ a vlastně prohrává). Ženy přitom, ke své škodě, neuznávají svaté právo mužů na koničky a svatý klid po návratu domů (z lovu jelenů) a nedojde jim, že kdyby své muže chválily a hladily, změnily by svět. Víím o tom své: nedávno mi zjistili, že mám jen třetinu testosteronu, a jedna Žena mne pozitivně šokovala tím, že mne (poučeně!) pochválila!

Testosteron se nepodílí zdaleka jenom na modelování sekundárních pohlavních znaků, ale mimo jiné i tahá za nitky lidského chování. Jak svým nedávným výzkumem dokládá Kevin LaBar a jeho kolegové, na hladinu testosteronu u mužů mají zásadní vliv (kromě chování manželek a výsledků fotbalu, pozn. aut.) například volby, tedy fenomén, který může ve větších státech ovlivnit desítky ba i stovky miliónů mužů najednou. Během americké Volební noci se s testosteronem u mužů skutečně děly věci. Testosteron Obamových přívrženců vůbec neklesl, zato hladina testosteronu u voličů McCaina a Barra se propadla stejně, jako jejich prezidentští kandidáti. U sledovaných žen ze všech volebních táborů se nic podobného nedělo.

A nejde jen o sex. Testosteron má co dělat i s agresivitou, ochotou riskovat nebo způsobem odpovědi na nějaké ohrožení. Neuroekonomka Karen Redwine nedávno prezentovala výsledky svého výzkumu vztahu testosteronu a lakomství. Ukázalo se, že testosteron způsobil pokles štědrosti o 27 procent, a je v této hře zřejmě protihráčem oxytocinu, protože její kolega Paul Zak už v roce 2007 prokázal, že za podobných okolností oxytocin zvyšuje štědrost v průměru o 80 procent.

Léčitel jsem vysvětlil, že ode mne před rokem odešla žena (kvůli pokusům o záchranu manželství jsem poslední rok asi až příliš „zjinovatěl“, a i když de iure jsem už rozveden, náš vztah vlastně stále ještě není dořešený), dostal jsem na obnovu normální hladiny testosteronu české bylinkové tinktury, např. kotvičnick a rdesno (shodli jsme se na tom, že všelijaké žen-šeny a jihoamerické zázraky českým mužům rozhodně nefungují podle reklamy), a nakonec i „chlapskou“ radu, ať si najdu jinou (ženu).

Shodli jsme se i na tom, že muž svým způsobem „prohrává“ s ženou v každém sporu (i když je čistý a nevinný jako lilium). Právě tak muž „prohrává“ v imaginárním souboji o ženinu přízeň s každou kamarádkou (protože ženy ještě neví, že chtějí od muže „pochopení“ je evoluční nesmysl) a také vždy, když se zamiluje (radikálně změní svou osobnost: i ten nejobávanější samec pak vrká jak holoubek, nosí kytky a skládá verše). Muž totiž (pokud na sobě nezpracuje) bere automaticky (evolučně) vše jako soupeření, a tedy boj (ostatně jinak bychom jako rod homo sapiens nepřežili). A pokaždé, když ho žena pokárá, prohrává. A je zmaten a nepodává takové výkony, jaké by podával, kdyby byl chválen. A vyvádí.

Antropolog Eric M. Johnson se odvážil položit logickou otázku, zda je výhodné obsazovat naprostou většinu vládních a manažerských pozic muži, jsou-li hormonálně nestabilní. Jenže podobně nestabilní, a to dokonce v měsíčních periodách, jsou díky svému menstruačnímu cyklu i ženy. Nejbezpečnější by tedy bylo obsadit např. parlamenty jen ženami po přechodu. A biolog Radek John přidává citaci typické (z kontextu vyjmuté a svým způsobem „mužské“) reakce jedné ženy na jiném vědeckém blogu: „Studie jednoduše dokazuje, že muži mají své velké mozky vskutku přesně tam, kde si většina žen myslí, že jsou“. Jako kdybychom nevěděli, že největšími sexuálními orgány mužů i žen jsou jejich mozky.

Jsme na jedné lodi, muži i ženy, ovládnání hormony daleko víc, než si naše racionální část troufá připustit. „Biochemie s námi mává i v oblastech, kde jsme předpokládali rozumovou kontrolu,“ napsal nedávno v Pátku LN Ivan Brezina a pokračuje: „Muži na burze se nacucají testosteronu a pak z toho trojčí. Jenže feminizace burzy (ale i politického života) by byla krokem z bláta do louže. Britská psycholožka Karen Pineová zjistila, že ženy nejvíce utrácejí deset dnů před začátkem menstruace. K impulzivnímu nakupování šperků a dalších zbytečných věcí je nutí rozhozená hladina estrogenu, který u nich ovlivňuje emoce a sebeovládání.“

Tvrdím, že všichni diktátoři (a zkorumpovaní politici a mocipáni) byli nejprve matkami (ženami) nehlazení a především nechválení chlapečci. A že

(testosteronové) prohry mužů jsou v konečném důsledku i prohrami žen (které dnes tou mužsky soupeřivou a přemrštěnou snahou o rovné šance nakonec mají, kromě rozhozených hladin estrogenu, samoty a majetku, i zvýšené hladiny testosteronu). Naznačuji, že v tomhle nesmyslném boji není a nebude vítězů.

P. S.: „Ženy se stanou zcela rovnoprávnými, až se smíří s tím, že budou mít pleš, a uznají, že je to nesmírně důstojné.“ Albert Camus

Nevěra

Jaký máte názor na nevěru, zněla otázka jedné mladé ženy. Rozpovídal jsem se o ženách, protože ty jsou i v tomto aspektu důležitější, přestál naléhání, ať už konečně pohovořím i o mužské nevěře, a nakonec tazatelka pochopila nejen o čem jsem mluvil, ale také proč jsem tak mluvil, a tak teď budu psát, velmi alternativně, jak je mým zvykem: nejprve a především o ženách.

Všichni moudří se shodují v tvrzení, že o sociální, vztahové, partnerské, rodičovské a především sexuální atmosféře v rodině a ve vztahu rozhoduje žena (také proto, že ženy jsou evolučně silnější, nejen krásnější, ale také víc řízeny nevědomě, miliony let cizelovanými hormonálními procesy, a krom toho mají o 30 % propojenější mozkové hemisféry). To ženy vytvářejí ve vztahu a v rodině řád nebo chaos. Jsou-li skutečnými ženami (tedy nejednají-li mužsky), mohou si s muži dělat prakticky co chtějí (ale jsou-li skutečnými ženami, nikdy téhle své moci nezneužívají). Jenže, v poslední době se ženy prakticky po celém tzv. demokratickém světě (také proto, že byly většinou traumaticky porozeny a traumaticky rodí) všeobecně vrhají do slepé uličky maskulinních způsobů a požadavků (dnes pod záminkou tzv. „rovných šancí“).

Muž je totiž buď jako dobře vycvičený a přirozeně a ochotně poslušný pejsek, anebo – a to ve většině případů – nespravedlivými tresty nadosmrti pokořený, často ponižovaný tvor, jenž cokoliv udělá, je pohledu matky a manželky špatně (a proto je občas až agresivní). Pokud by – jak dnes víme – žena v muži (do kterého se přece někdy docela nedávno až po uši zamilovala a kterého si z lásky vzala) viděla i po několika letech manželství onen až archetypální vzor mužskosti (ale i partnerské empatie, pozornosti a tolerance), on by se jím i postupně stal. Pokud ho ale jen věčně peskuje a vidí v něm budižkničemu, neschopného líného tvora, přesně to z něho časem udělá (a jemu pak zbudou už jen ty koníčky nebo hospoda). Žena tak dosáhne svého, bude si moci stěžovat kamarádkám, že ten její je věčně v garáži nebo v hospodě (ale nedojde jí, že ho tam vyhnala svou naježeností).

Je-li muž ženě nevěrný, je to (až na níže zmíněných 15 % chronických nevěrníků) v zásadě její vina. Nenalezl u ní uznání (nedokázala ho chválit, hladit, inspirovat). Naopak, chovala se k němu, vším tím kontraproduktivním napomináním, kritikou, pohrdlivými poznámkami a nedostatkem ocenění, jako kdysi jeho matka (i když ta to myslela dobře). Přitom dnes už víme, že – a to jsou ty paradoxy – zatímco hromaděním věcí, orgasmů a manželů žena trvalého štěstí nedosáhne, když začne o toho svého (a své dítě) pečovat, posílí i vztah a sexuální pohodu. A objeví se ono teoreticky dnes i ženami tak vzývané, ale v praxi vlastně obávané a odmítané: Láska.

Muže, který dojde u své milující ženy uznání (a je chválen, i za maličkosti) a který je šťastný a spokojený, ani nenapadne koukat po jiných (automatická ohlédnutí za oblou ženou na ulici se nepočítají) nebo si dokonce s jinou něco začít. A muž správně pohlažený a pochválený pro svou ženu postaví Taj Mahal nebo králíkárnou a přinese jakýkoliv aport.

Uznávám, krásná žena to má složité: estradiol jí, tak jako kdysi, i dnes velí opustit jakkoli bohatého muže v okamžiku, kdy potká ještě bohatšího... jenže ještě před 80ti lety byly ženy vychovány ke skromnosti a spokojenosti tam, kde byly (dívka se šla učit do Vídně na hospodyně, sloužila u nějakých pánů, pak se provdala za tramvajáka... a ve společnosti, která byla dlouhodobě rozvrstvena a fungovala, byla na své postavení, včetně diplomu, hrdá a ani ji nenapadlo si stěžovat, natož svou roli ve společnosti měnit).

Jenže dnes, kdy paruky a plastické operace a vizážistky udělají Marilyn Monroe prakticky z každé a kdy do myslí (evolučně nepřipravených a tudíž prakticky bezbranných) žen proudí gigabyty informací a manipulativních příkazů, co všechno musí udělat a koupit, aby byly na deset či dvacet způsobů neodolatelné, a kdy mají tolik peněz a možností, jako nikdy v historii, je obtížné – a pro většinu žen prakticky nemožné – odolat a zůstat jak své ženskosti, tak svému muži (a slibu věrnosti „dokud je smrt nerozdělí“) věrné.

Naznačuji, že ženy byly pro muže záhadou a utrpením odjakživa (viz okřídlený citát *Žena je tvor, který neví co chce, ale nedá pokoj, dokud to nedostane* a výrok Nietzcheho *I ten nejchytřejší muž kupuje ženu v pytli*), ale kdysi jich, těch neodolatelně krásných, bylo jen pár. Dnes touží být a je (než se umyje) krásná (s pomocí líčení a push-upek a módy) prakticky každá. A estradiol začne fungovat a ženy začínají být nevěrné (a opouštět i taková bydla, o kterých se jejich matkám natož babičkám ani nesnilo).

Samozřejmě, muž má i touhu rozsévače a někteří (cca 15 %) ji holt mají extrémně silnou. Takoví by se ani neměli ženit (a je obtížné jejich zálety ustát):

ale i zde platí, že milující přítulná manželka, která chválí, se neopouští. Současné všeobecné a nepochopené a uspěchané „osvobození“ ženy je tak, paradoxně, spíše dalším „osvobozením“ muže (ženy se dnes i s dítětem užívají samy), který může být klidně nevěrný, protože jeho rodičovská zodpovědnost je (emancipací žen) notně zeslabena. Přitom, opakují, i západní psychologové se shodují v údajích, že 85 % mužů je při správné taktice a výchově (tedy, chválit, milovat, chválit, hladit a chválit) „reformovatelných“. Pro inspiraci ještě jednou zopakují: Yoko Ono prohlásila, že na Hitlera by jí stačily tři dny. Domníváte se snad, že by John Lennon i mezi těmi stovkami estradiolek třeba jen pomyslel na to, být jí nevěrný?

Evolučně daným rolím muže a ženy se prostě nedá poručit jako větrům a dešťům (ženy, smiřte se s tím, že jste jiné, a nezkoušejte tvrdohlavě fungovat mužsky). Dnes víme, že i opičí holčičky si hrají spíše na výchovu a péči, zatímco opičí kluci se perou a soupeří (a používají klacky), a že chlubit se počtem traktoristek a letkyň či slévaček byla jedna z největších chyb (nejen našeho) ranného socialismu. Přitom, opakují, poprvé v historii lidstva už víme, jak jsou ženy jiné a jak je důležité o těch zásadních rozdílech mezi nimi a muži – v zájmu smysluplné komunikace bez zásadních (sémantických a významových) nedorozumění – vědět. A také už začínáme tušit (v zájmu pochopení a při vši úctě a mé současné skepsi bonmot přeženu), že nevěra začíná spíše v hormonální antikoncepci (a reklamou a rozvedenými kamarádkami) popleteném mozku ženy, než primárně v rozkroku muže.

Bez ohledu

Mnohé ženy jsou poslední dobou stále bezohlednější. Jednají a žijí (snad pod vlivem reklam) stále sobečtěji. Bez ohledu na to, co je a cítí partner. Svá práva vyžadují, ať to stojí co to stojí (a rodiny se kvůli tomu rozpadají), a nevidí, že čím razantněji vyžadují svá „práva“ mít stále víc (zážitků, věcí i partnerů), tím jsou jejich aktivity kontraproduktivnější. Odmítají pochopit, že stav světa začíná právě u nich. A tak přestože vím, že tohle mé smutné zamyšlení nebudou číst ty, kterým je určeno, jen tak pro pořádek a vyváženost (všem strakatým časopisům navzdory) si přeje jen – snad naposled – postesknou.

Ona bezohlednost jak žen k mužům, tak obchodů a korporací k zákazníkům, má totiž stejnou podstatu jako nenasytnost bankéřů a zlatými padáky vybavených

manažerů krachujících podniků a institucí. Na současný luxus a moc nejsme evolučně připraveni a vybaveni odpovídajícími „brzdami“.

Mým právem je luxus, křičí titulěk z loňských novin a věta pod ním potvrzuje, co tvrdím už hezkých pár let: Západ okusil demokratizaci přepychu, teď zjišťuje, že to přehnal.

„Díváte se na televizi? Když to všechno vidím, tak je přece nemožné být hrdý na to, že jsem člověkem. Přitom historicky to na Zemi bylo tak, že tu nejprve byl hmyz, pak zvířata a pak teprve lidé. No a moje sympatie k živým tvorům mají přesně tohle pořadí. Jsem ale optimista, mám pocit, že to nebude dlouho trvat a lidé se navzájem vyvraždí. Pak bude planeta Země zachráněna“ svěčil se francouzský režisér Jean-Pierre Jeunet v rozhovoru pro časopis Reflex.

Proč ta zevšeobecnění? Protože už od dob starých řeckých filosofů víme, že to rodina tvoří stát a že atmosféru rodiny vytváří především ženy. Jistě, muži byli, zvláště ti u moci, nenasytní a bezohlední vždy. Jenže jejich ženy (manželky, dcery) kdysi bývaly jejich brzdou, pojistkou. Dnes jsou i ženy stále nenasytnější. Jakoby jejich mužským hormonem pohnojená ega, bez ohledu na ty druhé (v partnerství, manželství), začala jen a jen vyžadovat. Jen brát a nikoli dávat. Jen soutěžit a vyhrávat, a ne pečovat.

Stál jsem hodinku v pasáži před knihkupectvím, ve kterém se, jako každý rok, konala mikulášská: neposedné děti s blikajícími rohy na hlavách se nakonec sesedly před plátnem, na které jim promítali kreslené pohádky. Jejich matky si většinou objednávaly a kupovaly svá vínka a kafička a štamprličky, a tak jako několik mužů, i ony si, bez ohledu na děti a nevětratelnost pasáže, zapálily své cigarety. Vnučky odjely převléci se do kostýmů čerta a anděla, a ani ony ani druhá dcera s vnučkem nepřišly včas – a tak zmeškaly jak promítání, tak dědečka: čekal jsem hodinu a pak – po dvou hodinách na nohou, bez možnosti si sednout – jsem bez společné fotografie všech vnučat odešel. Jistě, ženy přece mají právo přicházet pozdě. Jenže nemají ohled na muže, pro naprostou většinu z nichž je 5 minut (natož hodina) zpoždění utrpení.

Už jsem několikrát zmínil písemně – a na přednáškách o tom hovořím pravidelně – že ženy by měly mít zbrojní pas na své bezohledné a muže velmi zraňující poznámky. Vida, v Lidových Novinách se, konečně, ale zákonitě, objevilo toto: „Zatímco muži nás terorizují nepořádkem,“ píší dvě komentátorky (v rubrice *Kamarádky z Letné*), „my ženy jsme nepřekonatelné v teroru verbálním. Zepaly jsme se kamaráda, co nejhoršího od žen slyšel. Jeho osobní hitparádu vede věta, kterou, příznějme si, občas používáme všechny: „Máš mě rád?“ Druhé místo získal výrok, který pronesla jedna z jeho milenek před prvním sexem: „No tak se předved.“ Třetí příčka: „Tomu ty jako chlap nemůžeš rozumět.“ A pak další: „Jsi stejnej jako ostatní.“ „Já potřebuju, aby se o mě

pečovalo.“ „Aha, já myslela, že si na mně dokážeš udělat čas.“ „Tak mě přece bav.“

„Moderní člověk je hloupější než obě hodná zvířátka, která zahřívala Ježíška v jesličkách, když se pošetile domnívá, že se vymanil z přírodního cyklu. Již samotné zkrácení doby slunečního dne je biologicky nepříznivým faktorem, který může spustit či vyvolat depresi. Všechny vánoční zvyky byly magické praktiky s hlubokou mystickou náplní, kterou jsme zcela vyprázdnili a nahradili komerčí,“ napsal ve svém blogu psychiatr Radkin Honzák.

Většina současných „moderních“ žen je hloupější, než se zdá, tvrdím, protože se stále usilovněji snaží všechna ta miliony let vyvíjená kouzla a mystiku zrodu nového života, jakož i kvalitní vztahy – bez ohledu na ostatní lidi (a tvory) ve svém okolí –, nahradit zvýšenou spotřebou všeho. Mnohé ženy přestávají o své blízké pečovat (jak je k tomu předurčila evoluce, která je odměňovala pocity štěstí a spokojenosti), a naopak stále vehementněji a bezohledněji prosazují své „právo“ na stále náročnější péči od těch ostatních.

Dámy, bez ohledu na vaše plastiky a nákupy a výměny partnerů, bez ohledu na počet urážlivých a ponižujících poznámek směrem k mužům, bez ohledu na počet vykouřených cigaret a koupených svetičků či blůziček z výprodeje (a nových aut a bytů či domků a zájezdů k moři), šťastnější a spokojenější prostě nebudete a nebudete.

Pečovat

Psal jsem o tom již vícekrát, ale pro jistotu se k tomu ještě jednou (a zas trochu odjinud) vracím. Vztah k osobě druhého pohlaví, kterému říkáme láska, trvá většinou jen dva až tři roky, pak následuje vztah, budovaný společným soužitím. Jinými slovy, zatímco zamilovanost (a hollywoodská láska na první pohled) je věc hormonů, partnerskou lásku si musí ti dva zasloužit (a dlouhodobě budovat). Právě tak i vztah k tělu či okolí můžeme nalézt či zkvalitnit jen přímou aktivní péčí.

Objevy posledních let, konečně značně rozšiřující naše povrchní vědomosti např. i o inteligenci, naznačují, že inteligencí je celá řada (a např. tu sociální všechny ekonomické a sociologické „vědy“ stále opomíjejí), a také že partnerské pečování jednoho o druhou (a naopak) je důležitější, než jsme tušili. Láska v mozku spouští tři různé systémy: systém náklonnosti, aktivovaný, když nám někdo chybí; systém péče, spouštějící touhu starat se o někoho; a pak je tu sex.

Vynálezce termínu emoční inteligence Daniel Goleman k tomu podotkl, že „zamilovanost“ znamená, že myšlenka na nějakou osobu spustí všechny tři systémy najednou. „Vědecké studie naznačují,“ dodal, „že systémem předurčujícím, zda vztah přetrvá či nikoli, je právě systém péče.“ (Dámy, které jste právě odložily jeden z těch strakatých časopisů, přečtěte si tento odstavec znovu, pomalu, a snažte se jej pochopit.)

Zkusme to domyslet: všechny ty barbíny, které jsou přesvědčeny (svými ambiciózními maminkami či zmíněnými strakatými časopisy), že se narodily, aby o ně muži (milionáři) pečovali, jsou brzy zákonitě unuděné a nešťastné, protože i když je pečováno o ně, ony o nikoho (než o sebe, což se nepočítá) nepečují. Jejich vztahy pak netrvají dlouho (také díky estradiolu, hormonu, který je nutí nahradit stávajícího partnera za toho momentálně bohatšího). Proto také jsou sobci nuceni chtít a vyžadovat stále intenzivnější hmotné náhražky skutečného citu a péče (služby prostitutek nebo manikérek se, samozřejmě, nepočítají). A proto jsou stále nešťastnější. Skutečnou péči (a jí podmíněnou a déle trvající) zamilovanost „si za prachy nekoupíš“.

Podobně to mají ženy (a dnes i muži) se svými těly: společnost a reklama je učí a nutí spíše zakrývat nedostatky, než milovat to, co je dáno přírodou a geny. Kosmetická „péče“ o vlastní tělo není tou péčí, kterou zmiňuje Goleman jako předpoklad trvalého pozitivního vztahu.

Vídám to (a píší mi o tom) stále častěji. Některé seminářové bohyně jsou tak náročné (chtějí všechno) a tak stále protivnější, až zůstanou na ocet. Bez aktivní péče o druhé(ho) to prostě nejde: a můžou se pak uvztekat a utrápit a samozřejmě je ani nenapadne, že prapůvod všeho negativního není v partnerech či vnějších okolnostech, ale v jejich sobeckém, péči jen vyžadujícím a ne poskytujícím, stylu života.

Máme to v genech a v našem lidském chování, dědíme to z generace na generaci... jenže dnes jsme stále více jen obětí obětí (traumatických porodů a tedy špatného rodičovství a následně špatného výběru partnera a tedy špatných vztahů a jen málokdy optimálního těhotenství a následně i porodu atd. atp.). Většinou o nás nepečovali, a my se tak nikde nemohli naučit pečovat... třeba o své partner(k)y.

Naznačuji, že jednou z příčin současné krize společnosti ve všech jejích podobách je značný nedostatek péče (mám na mysli především tu emoční a citovou, směrem ven). „Viděl jsem a zapomněl, slyšel jsem a zapamatoval jsem si, udělal jsem a pochopil.“ Ono slavné trojvětí ukazuje i v tomto ohledu

na jednoduché a jediné funkční řešení: člověk musí o něco (někoho) pečovat, aby pochopil, co to ta „péče“ je.

V polovině 80. let začala v USA Cahy Sneedová projekt Zahrada ve vězení. "Vězni byli vyzváni," jak píše Jack Kornfield v knize *Po extázi prádelna*, „aby na jednom záhonu začali pěstovat zeleninu. Dostali semena, hnojivo, jednoduché zahradnické náčiní. Nutnost pečovat o rostliny vlastníma rukama, potýkat se se škůdci a suchem, vymámila z těchto vyvrhelů to nejlepší, co v nich dřímalo. Byla to změna, která ohromila i dozorce. Zahrádky začaly být pro ty, kteří o ně pečovali, tak důležité, že se staly osou, okolo které se točily jejich životy. Ti, kteří měli být propuštěni, dokonce začali páchat drobné přečiny, aby mohli ve vězení zůstat. Projekt pak zahrnul i zahrádky pro bývalé vězně. Sám se pak stal zahradou, jehož sklizní byli lidé, kteří se naučili o něco, cokoliv, pečovat... "

Mimochodem, ne náhodou lidé na celém (rozvinutém i nerozvinutém) světě chovají nějakého pejska nebo kočičku (či kanára nebo kaktus): péče je jednou ze základních funkcí člověka, a když to neumím s lidmi, tak si najdu aspoň náhradní řešení.

Nežijeme většinou v jakémsi vězení konzumu a vnucených rituálů, pravidel a potřeb? Nepomohlo by, kdybychom začali aktivně hledat a poslze i naši svůj „záhon“, o který bychom aktivně pečovali?

Jako housky na krámě

Věděli to a vědí moudří všech dob i současní rozumní vědci: nové poznatky přejdou do všeobecné praxe až poté, co vymře generace vědců vynávajících předchozí Pravdy. Zatímco vynálezů a nových technologií přibývá o překot, společnost jako taková se novinkám úspěšně vzpírá. Zatímco v porodnictví jsou rozumné názory stále ostrakizovány (ale i na ně dojde, a jak jsem napsal už před lety, v budoucnu i čeští porodníci budou běžně vysvětlovat rodičkám, že medicínské zásahy jsou samozřejmě spíše škodlivé a císařský řez rozhodně není nadstandard a pro maminku i její dítě bezpečnější), článků o rozdílech mezi muži a ženami (a o nebezpečích ženských snah přizpůsobit si muže dle obrazu svého) přibývá a povědomost o nich se pomalu stává běžnou a samozřejmou: jako housky na krámě, jak říkávaly naše babičky.

Občas si v pondělí koupím noviny s přílohou pro ženy. Kromě obvyklých stran podivné módy (ženám stále nedochází, že to není informace, ale reklama) a titulků jako *Bohyně české kuchyně: zeli a spol.* jsem tak zaregistroval i článek české (leč v cizině dlouhodobě žijící, a tedy přece jen informovanější) novinářky Scarlett Wilkové *Jak ženy škodí mužům* a její rozhovor s bývalou ředitelkou vysílání televize Prima a neúspěšnou kandidátkou na místo ředitele České televize Janou Kasalovou.

Několik set tisíc čtenářek si tak, doufám, přečetlo, o čem píší celé roky, kvůli čemu odcházely rozzlobené účastnice z mých přednášek nebo seminářů a co ještě loni zhusta a velmi útočně kritizovaly čtenářky mých článků na blogu Respektu. „Představujeme si jako partnery kultivované lovce, ale neumíme je ze synů vychovat,“ říká Jana Kasalová a tvrdí: „Čeští muži jsou nuňánkové svých maminek. Pro české mámy není obvyklé vést malého kluka, aby se choval jako muž. Jenže se zároveň diví, že samy nebyly schopny sbalit muže, který se chová jako muž.“

V článku „Čím ženy škodí mužům“ cituje Scartlett Wilková dokonce gaye Jiřího Hromadu: „Chlapi přestávají být chlapama. Já se jen dívím, jak jim přestávají vadit náušnice, přelivy, jak se oblékají. Svět jakoby se sunul do oboupohlavních bytostí. Neříkám, že správný chlap musí smrdět a být zpocený, ale když mu podám ruku, chci cítit stisk ruky.“ Wilková dodává: „Vystihnul to skvěle. A můžeme za to my, dámy. My, které po mužích chceme, aby se chovali stejně jako ženy. Škodíme jim i sobě.“

A pak uvádí (jakoby četla některé mé fejetony, a navíc stylem „housky na krámě“): „Když muži mlčí, jsou spokojeni. Dříve se vrátili z lovu, najedli se, zírali do ohně a přemítali, co se jim v uplynulém dni podařilo a co ne. Dnes přijdou z práce, najedí se, zírají na počítač nebo televizi a přemítají, co se jim v uplynulém dni podařilo a co ne. Když muži mlčí, je vše v pořádku. Když mlčíme my, je to často známka toho, že jsme nespokojené.“ Zmiňuje i v českém překladu vyšlou knihu Dietricha Schwanitze (*Muži: výzkum živočišného druhu*) a cituje z přebalu: „Když se muž zamiluje, přemění se dočasně v ženu. Vzdá se své přirozené soupeřivosti, je pozorný, starostlivý, otevře své nitro a dává najevo své pocity. Tak se rodí iluze, která zatěžuje vztah dvou pohlaví. V dnešní feminizované době totiž ženy přepokládají, že ona důvěrná intimita, která se projevuje v zamilovanosti, je něčím normálním a všeobecně platným. V podstatě považují muže za ženy s trochu odlišnou anatomí a pak jsou zklamané, když se muži chovají jinak.“

Nositelka Nobelovy ceny za literaturu Doris Lessingová tvrdí, že je jí líto dnešních mužů, protože nemají žádné mužské vzory, a tak se dostávají na okraj společnosti už v prvních ročních základní školy...“ (Wilková v téhle

souvislosti připomíná fotbalisty s jejich účesy a pózami modelek a bezpohlavní zpěváky bez jediného chloupku na těle; já si připomínám, jak negativně reaguji především učitelky na mé tvrzení, že Muži u nás vymřeli právě proto, že jim ženy zakazovaly a stále zakazují běhat po chodbách o velké přestávce a prát se a soupeřit).

V rámci ankety související se zmíněným článkem vzkazuje scénárista Oldřich Dudek ženám: „Ženská dokáže pokořit každého mužského. A v tom je čertovo kopýtko: dejte chlapovi iluzi, že je ten pravý a nejlepší samec, a máte doma ráj. Vztah mezi ženou a mužem je věčný souboj pohlaví, kde chytrá vítězka na sebe bere roli poražené.“

Roky ženám tvrdím, že to ony *dělají* muže, radím, aby vzaly na vědomí nezvratný fakt, že muži je nikdy nepochopí tak jako kamarádky, aby se (ve svém vlastním zájmu) naučily i „prohrávat“, protože to je v jejich případě cesta k vítězství, a toho svého aby vnímaly jako někoho, „kdo je tak krásně jinej...“.

Podobně končí svůj článek i Scarlett Wilková: „Náš problém je, že v poslední době se v těch rozdílech šťouráme poněkud víc. Jasně, je to zábavné. Zábava je to však proto, že muži jsou od nás tak odlišní, tudíž zajímaví. Jestliže se budeme snažit jejich přirozené vlastnosti měnit a vychovat z nich skorozženy, vsad'te se, že zajímaví být přestanou. A do koho pak budeme šťourat?“

Když už jsou tyhle názory prezentovány v tak masovém nákladu a dokonce stylem „jako housky na krámě“, tak se snad už přece jen začne něco měnit k lepšímu...

Kalhoty

Když jsem byl kluk, o některých domácnostech se na našem sídlišťátku říkalo, že tam „nosí kalhoty“ žena. Kalhoty tehdy i v řeči symbolizovaly (mužskou) dominanci. Článek Kláry Smolové v příloze MF Dnes Diagnóza: svobodná, bezdětná (9. 5. 09) je uveden velkou fotografií tří bezdětných svobodných a profesně úspěšných protagonistek: všechny mají na sobě – příznačně – ne sukně, ale kalhoty. A menší fotografie ukazuje čtvrtou zpovídanou, svobodnou bezdětnou a úspěšnou ženu – v pánském klobouku.

„Kdy už se konečně vdáš? Když to nepřijde, pojedu dál, Práce jako lék...“ i mezititulky jasně vypovídají o problémech těchto emancipovaných žen. Článek končí posteskem té nejstarší:

„Měly bychom si uvědomit, že být s někým je obrovská hodnota, o niž stojí za to bojovat“ (všimli jste si „mužského“ slovesa bojovat?) a zdánlivě ironickou (ale z hlediska feministek a bojovnic za práva žen až tragickou) poznámkou té nejmladší: „Měly bychom se na emancipaci vykašlat a nechat chlapy, ať nás zase živí. Přiznejme si, že jim se to líbí a nám taky.“

Vzpomínáte na mé dnes stále častěji uplatňované heslo *Nevadí, že je zkratka delší, zato je méně pohodlná?* Že by to některým ženám, které nosí kalhoty, začalo (konečně!) přece jen docházet? Jedna má čtenářka mne v reakci na mé dlouhodobé úvahy, a zvláště na články *Naježené* a *Potrefené*, potěšila upřímnou reflexí:

„Já jsem se ‚emancipovala‘, ať se mi to líbilo nebo ne, už za komunistů. Moje matka byla taktéž komunisticky emancipovaná učitelka, což, jak víte, znamenalo honičku doma a v zaměstnání. Nikdy jsem o téhle emancipaci moc nepřemýšlela, pozorovala jsem začínající feministické hnutí s podivem, přišlo mi to dost nezralé. Ale moje dcera – a ta mne přivedla k přehodnocení "mé emancipace" – vidí dále a zastává přesně vaše názory, které jistě pobuřují spousty žen, hlavně těch starších.

Opravdu, nedošly jsme o moc dále než ty bojovné anglické sufražetky. I naším ideálem bylo vyrovnat se mužům. Já jen doufám, že to byl takový předstupeň, ale problém je, kam, na čem a na kom se orientovat? Chybí dobré myslitelky a inovátorky.“

S tím posledním nesouhlasím. Dobré myslitelky a dobří myslitelé, jejichž názor nerezonuje s dobovými genderovými tanečky, tu jsou, jen je začít hledat, najít a podpořit. Stačí si začít klást jiné než vnuceně mužské otázky.

Anebo nebojovat, nesoutěžit, nereagovat naježeně na cokoliv, co nesouzní se zatímním (a jak vidno falešným a prázdným) názorem.

Ženy přece vždy uměly, a snad ještě umějí, přiznat chybu.

Anebo dát prostor mladším, převládající „ideologii“ a konzumem nepostíženým ženám.

Situaci s emancipací žen v jakési pozdní sebereflexi okomentovala i jedna ze zpovídáných: „Staly jsme se obětí vlastního výmyslu. Najednou zjišťujeme, že to vlastně takhle úplně nechceme.“

Autorka článku pak připomíná: „Ženská emancipace dosáhla ve vyspělých zemích toho, že dnes ženy mohou všechno, na co si jen vzpomenou. Muže ke

svému životu zdánlivě nepotřebují. Jejich svoboda je ale vykoupena osamocенostí a problémy s hledáním toho pravého.“

Mé pozorné čtenářky jistě vědí, že následné doporučení je myšleno symbolicky (takové hezky vypasované džíny, zdůrazňující ženské křivky, jsou naopak navýsost ženské): chce to prostě nestat se (ani v myšlení, ani v podnikání) mužem. Přiznat chybu a přestat nosit (doma i ve společnosti) ony symbolické (mužsky dominantní) kalhoty.

Výpisky (o ženách)

Jak muž pozná tu pravou? V mládí těžko, zajímá ho krása ženy. Až časem mu dojde, že mnohem víc záleží na tom, jak si s ní rozumí. Mít krásnou ženu je pěkné, ale těžké zároveň. Muž nikdy neví, jestli mu neuteče. To ale zjistí, až když zmoudří a přijde na to, že více než o krásu jde o to, že potřebuje ženu, s níž si bude rozumět. *Josef Adamec (právník, 77 let).*

Před několika týdny jsme byli s přítelem v Egyptě, a jaké bylo naše překvapení, když jsme v každé lékárně narazili na obrovský plakát, nabádající ke koupi viagry za poměrně směšnou částku. Dověděli jsme se, že aby místní muži nebyli poníženi (rozvodem kvůli neschopnosti plnit manželské funkce), prodává se viagra na každém rohu, aby si ji mohli dovolit chudí i bohatí. Vida, naše evropská společnost k jiným otázkám velmi otevřená toto téma schovává a nechává muže, aby se sami trápili. Kdežto v muslimské zemi, na první pohled puritánské, je tento problém řešen na veřejnosti bez ostychů. *Šárka Müllerová, čtenářka Reflexu*

Manželka strávila v porodnici celkem sedm dní. První čtyři na standardním pokoji (všechny nadstandardy byly plné a na uvolněné byl pořadník), další tři v nadstandardu za 1100 Kč na den. Tj. 3300 Kč. Dvě noci jsem s ní a se synem strávil já – 2000 Kč. Zdravotnické poplatky za pobyt v nemocnici činily 480 Kč. Epidurál při porodu 5700 Kč, za účast manžela u porodu 500 Kč. Celkem nás tedy týdenní pobyt (se snahou co nejvíce ušetřit) vyšel na 11980 Kč. Vynaloženou částku prakticky pokryje porodné, které činí 13000 Kč. Jinak jsem ale rád, že mám tento týden za sebou a potomka i manželku zdravé doma. Stát by si měl uvědomit, že děti jsou jeho budoucnost a podpora mateřství, rodičovství a rodin vůbec, by měla být jeho prioritou. Realita ale připomíná spíše tichou genocidu. *Michal Podolák, Jak se rodí v Čechách*

Vědci z University of Haifa zjistili, že hormon lásky oxytocin, který má pod palcem štědrost a vcítění se do problémů druhého, ovlivňuje i zcela opačné jevy – zášť a škodolibost. Oxytocin je zřejmě hormonem, který spouští sociální city všeobecně. Když je osoba naladěna pozitivně, podpoří pro-sociální jednání. Když jsou asociace nelibé, dává průchod citům negativním...

Po světě teď koluje bonmot, že kdyby Lehman Brothers byli Lehman Sisters, nemuseli tak špatně dopadnout... Dozorčí rady a vrcholové managementy zkrachovalých bank a fondů se až příliš snadno nechaly ovládnout maskulinní vidinou rychlého zisku za každou cenu... V Norsku tamní vláda nařídila firmám, že v dozorčích radách musí povinně zasedat nejméně 40 % žen. *Adam Šára, Zlatá investice jménem žena*

V German bakery sedí proti mně krásná Indka v sári. Působí jako laskavá, moudrá a ženská. „Kolik ti je let?“ ptá se mě. „Dvacet pět.“ „Vypadáš spíš jako nějaký muž kolem čtyřicítky.“ „To jsi mě nepotěšila.“ „Nejsem od toho, abych tě těšila, jsem tady od toho, abych tě probudila.“ „Probudila? Co to znamená?“ „Podívej, tvůj základní problém je, že jsi ztratila všechny své ženské vlastnosti.“ Všechny určitě ne, některé ženské vlastnosti jsou mi však nepříjemné. „Jako že nejsem ženská?“ ptám se dotčeně. „Nejsi. Jsi muž v ženském těle.“ „Jak to můžeš tak říci?“ „Prostě tak to je. U vás v Evropě vy ženy ztrácíte svoji vnitřní ženu, protože bojujete s muži.“ „Já mám spíše pocit, že muži ustupují ze svých obvyklých pozic a ženy mají potřebu je nahradit.“ „To je totéž. U nás v Indii máme jiný problém. Ženy jsou tak potlačené společností, že se ve skutečnosti o ně nikdo nezajímá. Jsou to dva druhy otroctví.“ Přehání. „Čemu říkáš vnitřní žena?“ „To je tvůj vztah k sobě samé jako k ženě, ale zevnitř.“

Myslím tím, že mám být vůči sobě mateřská. „Já si nemyslím, že bych neměla ženské vlastnosti,“ hájím sama sebe. „Máš kluka, který by tě opravdu miloval?“ „Vlastně ne.“ „Miluješ své tělo?“ „Nevím, to je divná otázka.“ „Prožiješ každý den něco pěkného?“

Nechci přijmout, co mi Amba povídá, připadá mi to jako z jiného světa. Amba cítí moji nedůvěru. „Co děláš zítra?“ ptá se. „Tak přijď, budeme cvičit otevírací asánu z Mohendžodára.“ „Co to je?“ „Posvátné tantrické cvičení pro ženy. Víš, že to město bylo mnohokrát pobořeno záplavami a znovu bylo postaveno do své původní podoby? Byla to tradice. Hodnotné věci se udržovaly ve své původní podobě. Co nemělo smysl, odnesla voda, co mělo smysl, bylo znovu postaveno. Takhle je to i s naším ženským. Je to velká hodnota, ale přichází velká voda a poboří naše vnitřní hráze. Znovu musíme stavět náš ženský chrám.“

„Jaký je mezi námi rozdíl?“ ptám se. „V tom, že já jsem vědomá žena, nemusím se ptát, jak má vypadat můj život. Nemusím hledat svoji vnitřní ženu, chovám se žensky, a když je potřeba, znovu se vrátím k sobě, ať přijde jakákoliv velká voda.“ „Kolik je ti let?“ ptám se. „Vím, že se nesluší ptát se ženy na její věk.“

„Mně to nevadí. Sedmdesát čtyři.“ „Ty chceš své okolí zaujmout tím, že nedbáš na to, jak vypadáš. Když cvičíš, tak se úporně snažíš, aby to nějak vypadalo zvenku. Když jsi unavená, tak naopak demonstruješ nezáměr ve svém pohybu. Záleží ti příliš na vnějším dojmu, oblečením to sice skrýváš, ale jednáš tak, aby tě tvé okolí dobře přijímalo. Příliš jsi na svém okolí závislá. Příliš ti záleží, co si ostatní budou o tobě myslet. Ztrácíš tím spoustu energie a utíká ti to nejdůležitější.“ „Ano, ale je dobré s lidmi vycházet.“ „Nejdříve se musíš naučit vycházet se sebou. Proto ti to cvičení tak nešlo, příliš ti záleželo na tom, jak budeš vypadat. Ale toto je cvičení zevnitř, jde o vnitřní efekt. „Já si to ale vůbec neuvědomuji.“ „Asi ne, ale jsi zvyklá jednat jako muž. Bojuješ o pozornost, místo aby ses stala objektem pozornosti. Bojuješ o krásu místo toho, aby ses stala krásou a krásnou. Bojuješ o chlapy, bojuješ o zaměstnání, bojuješ o všechno, prostě jsi tak naučená. Myslíš si, že o něco přijdeš, když nebudeš pořád aktivní? To není vůbec ženské. Potřebuješ se uvolnit, aby věci k tobě přišly samy.“ Bojím se, že to nebude fungovat. Tohle je mužský svět. Všude kolem plno mužů, kteří chápou ženské chování jako slabost. „Co tedy mám dělat?“ „Podívej se kolem, jsou tady samé ženy, muž sem nemá přístup. To proto, abys nemusela bojovat o jeho přízeň, abys vydechla, relaxovala. Zapomeň na to, jak vypadáš, podívej se dovnitř. Cvič první ásanu zevnitř.“ Celých čtrnáct dní cvičím první ásanu. Cítím se čím dál tím líp, více odevzdaná. Přestává mi záležet na tom, jak vypadám. Často se postavím na patnáct minut v meditačním sále a ponořím se do ásany. Někdy si zajdu do pěkného zadního traktu s parkem a zůstávám v ásaně, ačkoli kolem chodí zvědaví lidé. *Monika Sičová, www.osud.cz*

Těžko říct, kde se vzal obecně přijímaný dojem, že s Vánoce souvisí čistá okna, vyleštěný lustr a vyčištěná žebra u radiátorů. A je hloupost, že tohle děláme pro děti. Mám dvě děti a nic podobného nedělám. Dětem je totiž úplně jedno, jestli je uklizeno. Chtějí, aby byl doma klid a mohly se dívat na televizi. *Kamarádky z Letné LN*

Co je za hudbou

Dovezli mi mou poslední stejnojmennou (a z tiskárny ještě teplou) knihu fejetonů o hudbě, době, hluku, mantrách i zvuku a hned poté i kufr ze semináře ve Zdoňově, kousek za Adršpachem. Co píšu v knize má pravidelní čtenáři již znají (i když ne takto abecedně seřazeno a uvedeno a zakončeno dvěma obrázky dvou nejnovějších hudebních nástrojů) a co je za hudbou snad začíná tušit i dvanáct účastníků onoho semináře.

Stačilo zdánlivě málo – jen desetiminutové oťukávání nových, mně neznámých tibetských mís u Holanďana Stana v jeho pomalu ale jistě renovovaném statku, který bude v budoucnu místem koncertů a výstav a dalších seminářů v léčivé krajině, pak delší improvizovaná generální zkouška na tzv. „Zbořeňáku“ a po ní samotný koncert v místním kostele – a podařilo se nejméně dvaapůlkrát otevřít prostor pro skutečnou Hudbu (sfér).

Tak to totiž jedna účastnice z Liberce nakonec nazvala. Usadil jsem ji v čestné první řadě a ona slyšela nejen mísy a steel drum, ale v rámci desetiminutového zpěvu dvou desítek účastníků semináře – zpívali jen ááá, dvě zpěvačky improvizovaly a někteří se přidali s alikvoty – i hudbu sfér.

„Hra aktivizuje zrcadlové buňky našich mozků. Tzv. jalové činnosti, jako jsou muzicírování, zpívání, tancování trénují systém zrcadlových buněk, který je pro naše životy zcela zásadní,“ píše v článku Umění a (neuro)věda, zveřejněném v časopise Medicína, autoři Höschl a Španiel. „Umění a hra mají zásadní evoluční význam pro rozvoj schopností vcítit se do druhého a též nahlédnout sám sebe,“ píše dále autoři a potvrzují tak, co šamani a velcí hudebníci (zvláště ti dálněvýchodní, kteří nesvázali své levé mozkové hemisféry notami a nikdy nezavrhli improvizaci, tedy hru) říkali celá tisíciletí.

Na Zbořeňáku jsem (po sedmi letech) opět stál v pozitivním prostoru majestátních stěn před mnoha sty lety vyhořelého poutního kostela, Petr začal hrát na didžeridu a ostatní se postupně přidali svým otevřeným ááá. Po chvíli začaly probleskovat i alikvoty. Pak jsme všichni postupně přestali. Petr dokončil nepřetržitý (cirkulárním dechem udržovaný) tón a nastalo ticho. Třeskutě harmonické a vznešené ticho, které ovšem také bylo součástí – jak o tom později hovořili „svědci“ a účastníci – oné hudby sfér.

Podobné se podařilo i v kostele. Po hře na vypůjčené tibetské mísy i na steel drum se rozezněla didžeridu, přidali se zpěváci, zpěvačky, alikvoty a asi sto

padesát posluchačů zůstalo několik předlouhých minut s otevřenými ústy a dušemi: tohle nečekali. Jakoby mávnutím kouzelného proutku se ocitli v prostoru, který je za hudbou...

Samozřejmě, několik začátečnic se po koncertu málem vydalo opět na Zbořeňák, odkud zazněly amatérské bubny (jako kdyby po luxusní večeři v podniku nejvyšší kategorie v centru Prahy neodolaly a na Václaváku si daly – v záchvatu neodbytného nutkání o nic nepřijít – u stánku klobásu), našťastí ale byly varovány. Protože stále platí: každý z nás má ve své mysli zakódovanou možnost dosáhnout osvětlení a slyšet hudbu sfér (a ochutnat tak něco kvalitativně zcela jiného než obvyklý guláš).

A o tom také píší ve své knize. O tom jsou i mé semináře a k tomu postupně, různými disciplínami a metodami, směřuji (neodpadnou-li příliš brzy a nenechají se zlákat různými „buřty“ či „lívanci“) jejich účastníky.

Protože bez ohledu na to, co se píše a děje v médiích, je to jen a jen každý člověk sám o sobě, kdo rozhoduje, jaké (a jak) zážitky, informace a zkušenosti vnímá: jestli uspěchaně, nebo niterně, tiše a pokorně odhaluje vesmíry ve vesmírech vesmírů myslí.

Protože jen v prostoru mezi (samohláskami) vznikají ty pro člověka nejčistší frekvence ve vesmíru – alikvoty. Protože v prostoru za (i tou naší) hudbou, mezi zvukem a tichem, člověk skutečně žije, teď a tady (a překonává program iluzí, májí... neboli: samsára je pro něho simultánně i nirvána).

Protože někde pod diktátorskými (kulturou zmanipulovanými) programy mozku je stále možnost v každém zvuku slyšet rajskou hudbu – hudbu sfér. Ona tam vždy byla a nikdy nepřestala existovat. To jen my jsme tak ohlušení, že o ní nevíme.

Už to ale začínáme vědět najisto: bez hry a muzicírování a zpívání (jako tam v lese na kopci na Zbořeňáku) bychom nebyli, co jsme. Hra na hudební nástroj (vždyť co je naše tělo jiného než nástroj, který jsme od života dostali), nikoli drezura nebo diktatura stylů a konzerv(atoří), je naší šancí na záchranu sebe i světa.

Pomocí hry (a improvizovaného) zpěvu bychom se nejen my, ale třeba i naši zákonodárci a politici, mohli opět naučit si naslouchat.

Co je za hudbou? Kromě mnoha jiného i šance na léčbu světa.

Nevěříte? Zkuste (zažít) hudbu sfér a objevte, co je za hudbou.

Jednou budem dál

„Přijel jsem meditovat, tak kde je to osvícení,“ ptal se sám sebe mladý úspěšný muž, který strávil tři týdny v meditačním centru na Srí Lance, a kvůli malé informovanosti se tak dopustil obvyklého zásadního omylu netrpělivých hledačů duchovna: „Prvních pár dnů jsem neustále čekal, kdy se TO stane. Kdy se propadnu do blaženosti.“ Článek *Promlčet se ke klidu* z přílohy Lidových Novin o vypínání (v našich tělech neustále zapnutých obranných) stresových reakcí je přínosný, ale také plný obvyklých nedorozumění. Pokusím se napravit některé zásadní omyly metod i přístupu a naznačit, že kromě téhle základní školy života lze absolvovat i gymnázium a pak dokonce i (duchovní) univerzitu.

„Naše těla dnes vyplavují stresový hormon adrenalin podstatně častěji, než tomu bývalo v případě nutného útěku nebo boje v pradávných dobách,“ vysvětluje v článku primář na urgentním příjmu dospělých Fakultní nemocnice Motol v Praze. „Po určité době se tělu už nevyplatí vracet se do klidu a nastaví se natrvalo do jakéhosi pohotovostního režimu. Nepřetržitě duševní vypětí je dnes spíše normou než výjimkou,“ dodává primář Zika.

„Po čase jsem se začal radovat z drobností. Z veverky s oříškem. Z ptačího hnízda, ze stěhování mraveniště. Událostí byla každodenní návštěva opic,“ zjistil meditátor Petr Švihel, ale i on spadl do pastí evropské uspěchanosti a očekávání: „Práce na sobě, která se od člověka v klášteře očekává a kvůli níž tam lidé jezdí, je absolutně neromantická a zdlouhavá.“ Proč? No protože jak do různých meditačních center, tak do Himálaje nebo týdenní tmy jezdí (podobně jako když v 60. letech brali LSD) lidé absolutně neinformovaní. Nikdo jim neřekl, jak meditovat, co s negativními rušivými myšlenkami, jak využít krizí a překonat (zlo)zvyky naší uspěchané a neustále tékající a nové zážitky vyžadující mysli. „Nejhorší byly noci. Mozek doháněl nedostatek informací, které byl doma zvyklý dostávat, takže se pouštěl do všemožných rozborů a polosnů. Vytahoval dávno zapomenuté pravdy a skutečnosti, ztrátu kontroly sám nad sebou jsem skoro nemohl unést,“ přiznává Petr.

Nikdo mu neřekl, že to je jen jeden z mnoha programů mysli (v tomto případě program Petr), že každý sen je uklízeč emocí a že všechny ty „rozborů a polosny“ (u jiných dokonce noční můry) byly a jsou v podstatě jen generálním úklidem, a tedy jevem pozitivním. Právě pozitivní (nebo všeobecně rozšířenější negativní) postoj k věcem (a životu) je to, co rozhoduje o výsledku.

Po nějaké době však prakticky každý mozek každého zdravého adepta (v ideálním případě Cesty, v obvyklém případě dokonalé relaxace) nalezne řešení: „V klášteře člověk nemusí skoro nic. Nepotřebuje peníze. Je to vlastně

ráj na zemi.“ Jinými slovy, člověk (a jeho mysl) nalezne odpověď, ale jen v podobě záblesku, vize, okamžikové a ve své podstatě povrchní zkušenosti, která po pár hodinách, dnech či měsících opět vybledne a stane se jen vzpomínkou. Nelze přece po tělu (a mozku), jenž třicet či kolik let trénuje stress a negativní vnímání života, chtít za tři týdny radikální a navíc trvalý obrat. I tomu nejsnaživějšímu (a v těch neoptimálnějších podmínkách) to trvá tři měsíce, rychleji to prostě nejde. Proto Petr typicky (ale z hlediska možnosti celkové transformace naivně) dodává: „...já si uvědomil, že toho chci ještě plno dokázat. Od té doby mám pocit, že vím, že jdu správnou cestou.“ Vrátil se – sice odpočat a pozitivně nasměrován – ke stejnému veverčímu (samsárickému) kolu.

„Prvních pár dnů jsem přemýšlela, kdy tam dorazím,“ vypráví zase paní, která šla měsíc pěšky do Santiago de Compostella. „Pořád jsem koukala na hodinky a počítala, kam večer dojdou. To je ale špatně. Správné je, když jen tak jdete a nic neřešíte. Chůze vás naplňuje klidem v duši. Možná by se to dalo nazvat i meditace chůzí.“ Tak jako Petr, i ona se dostala do fáze, kdy jí TO (i když ne v podobě niterných ohňostrojų, po kterých touží začátečníci: jakoby ohňostroje, nikoliv celkové přeladění smyslu života, byly cílem) začalo fungovat. A i ona spadla „zpět“, protože nebyla správně informovaná, a udělala zásadní (jakkoliv dobře vypadající) chybu začátečnice: „Měla jsem čas přemýšlet. Myslela jsem na to, co bych v životě chtěla dělat jinak, a zjistila jsem, že nejvíc mě naplňuje pomáhat lidem. Přemýšlela jsem i o tom, jestli nechci změnit svůj život, a došla jsem k závěru, že mě zatím baví takový, jaký je.“

Tahle paní netušila, že právě ono (levohemisférové) „přemýšlení“ je návratem k obvyklému, teď sice odpočatému, ale opět ke krizi mířícímu iluzornímu způsobu vnímání reality. Opět byla „v hlavě“, zatímco by mohla energii svého uvažování a harmonii pravidelnou chůzí srovnaného těla a mysli využít efektivněji... kdyby už např. uměla pracovat s harou (tedy přesunout vědomí do třetí čakry).

Totéž se stalo i jinému poutníkovi v Nepálu: „Při správném postupu začnete po třech týdnech cítit chuť se svou prací znovu zaobírat. Není to už pro vás černé mračno plné stresu. Jako by návrat domů byl odjezdem na novou dovolenou plnou zajímavých zážitků,“ zjistil, a z hlediska producenta měl pravdu. Nikdo mu ale neřekl, že může a mohl by dosáhnout daleko víc: objevit a případně se i vydat na (u nás doposud neznámou, protože velmi hlubinnou a transformativní) Cestu poznání sebe sama. K duchovnosti. K nalezení a naplnění (nejen svých) tak unikátních a záračných potenciálů.

Je to jako s floatační vanou. V 80. letech min. stol. si ji amatérsky vyrobilo několik nadšenců. Ponořili se do 36⁰C teplé, mořskou solí velmi nasycené vody, a po dvaceti minutách nadnášení, kdy už se cítili naprosto uvolnění, vylezli

z vany s prohlášením: „Už vím o čem to je.“ Místo aby teprve začali!!! Podobně tak terapeutické využití léčivých a harmonizujících účinků zpěvu: lidé si zazpívají, a po chvílích smutku (či bolesti) je jim opět „normálně“. Místo aby, tak jako např. v rámci indické klasické hudby, teprve začali (pracovat na své duchovnosti)!!!

Aby bylo jasno, nezavrhuji šmahem všechny ty zmíněné poutníky na cestě k duchovnosti, ani jejich poctivé snažení, které je v porovnání s většinou stále více uhoněnou a odpočinek si nedopřávající společností zcela jistě v pořádku a hodno uznání. Jen se vtírá myšlenka, že kdyby lidé věděli (o tom, že zatím navštěvovali základku, ale že existuje i gymnázium a pak i univerzita života), jistě by své pobyty (v Nepálu, na Srí Lance či na cestách do Santiaga de Compostella) využili efektivněji.

Všichni (včetně čtenářů článku o jejich pouti) mají dobrý pocit, že už vědí, co a jak... místo, aby teprve začali!!!

(Informovaný) lékař už přitom tuší jednu z příčin našich potíží: „Náš stres často pramení i z toho, že nedokážeme sladit své touhy a cíle se svými možnostmi. Člověk musí mít srovnáno v hlavě, co mu stojí zato a co ne... Vydělávání velkých peněz – ne jako zdroje pro fungování člověka, ale jako hlavní motor lidského konání – je hlavní příčinou stresu.“ A jeho závěrečná slova jsou téměř prorocká: „Protože čím rychleji jedeme, tím méně vnímáme, co se děje kolem. Tato skutečnost známá z jízdy automobilem platí i pro lidský život. Ten však, na rozdíl od auta, máme jen jeden.“

Naznačuji a radím: přečtěte si původní článek, pomalu a pozorně, a potom ještě jednou tenhle „nápravník omylů“: krize je zároveň šance a pokud nám dojde, co je důležitější než HDP nebo další auto, exotická dovolená či kurz bohyní a že již existují návody a řešení naší krize, jednou budem (s dobrou informovaností) dál...

Dárek nad dárky

„Předvánoční čas je pro mě obdobím vnitřního zklidnění a přemýšlení. Zamýšlím se nad tím, co jsem v nedávné době vnitřně prožívala a co mě obohatilo. V poslední době byly pro mě největším přínosem a často i jediným pohlazením na duši Vaše fejetony. Jejich prostřednictvím mi došla spousta věcí o sobě a okolí. Začalo to náhodným setkáním v knihovně s knihou *Když už i dalajlama*, která mě pak přivedla ke knize *Návod na použití člověka*. Konečně tuším, jaký je návod na veselé pobývání na této planetě. Prostřednictvím práce na sobě a změnou sama sebe. Jak snadné.

Pak jsem se náhodou dostala na Vaši přednášku o ženách a přirozených porodech v Praze. Opět jsem byla nadšená Vaším povídáním. Koupila jsem si knihu *Každá maminka je Mozart* (kterou šířím dál) a začala se dívat na postavení ženy radostněji. Najednou jsem si uvědomila, jak důležitá je role ženy (a jak je odlišná od mužské role) a stejně tak role dětí v jejím životě. A žena se mění v Ženu.

Do nedávné doby jsem si ještě pohrávala s myšlenkou na bezdětné manželství. Nějak jsem měla pocit, že není potřeba do našeho přelidněného a komplikovaného světa přivádět vlastní děti. Teď se změnou pohledu na svět, především na ten vlastní, se změnil i pohled na děti. Vidím vytvoření rodiny se svým skvělým partnerem jako důležitou část svého života, na kterou už se moc těším. A i když to nějakou dobu ještě potrvá, už nahlížím do knihy *Nová doba porodní* a do toho čtu fejetony o hudbě a jsem v úžasu. Vaše knihy jsou jedna velká skládačka, která do sebe dokonale zapadá.

Tento rok byl pro mě plný nečekaných událostí a zvrátů v životě (jak vnitřních tak vnějších). Dokončila jsem školu, odstěhovala jsem se od rodičů do Krkonoš, kde jsme si s přítelem otevřeli obchod se zeleninou a ovocem od malých farmářů (nestříkaná, některá i bio), který už bohužel nemáme (díky němu jsem si ale uvědomila, jak jsou důležité odezvy od lidí, kteří jsou nadšeni z toho, co děláte, a proto teď píšu) a do toho jsme ve volném čase mapovali přírodní biotopy v okolí Trutnova (abychom mohli dotovat nenasytné ale radostné dítě v podobě obchodu), sestra se provdala, zemřela mi maminka, navštívila jsem Vás doma (což mě dost nakoplo), objela jsem s přítelem několik ekofarem v ČR (chceme s přítelem pěstovat zeleninu a ovoce v biokvalitě a na jaře to vypukne stavěním domečku ze slámy), teď jsem na Šumavě u rodiny a nasávám atmosféru zasněžené Šumavy a už se těším na vánoční svátky, běžkování a bobování po Vánocích v Krkonoších a závěrečné vyvrcholení tohoto "duchovního" roku na Padmafarmě.

Moc si vážím toho, co děláte pro nás pro všechny. Už od dospívání jsem hledala v různých duchovních knihách jiný a šťastnější pohled na svět, který člověk dokáže uchopit a nezmizí mu s dočtením posledních stránek. Vám se to velmi daří. Společně s přítelem teď objevujeme taje hudby a já se moc těším, až uslyším zvuk tibetské mísy, a na to vaše další "duchovní" nakopnutí.

Moc jsem si oblíbila mantry Henryho Marshala, kterého jste mi doporučil a o kterém jsem pak četla ve Vaší knize. Vlastně už odmala jsem si ráda zpívala, jenže to zabrzdil školní systém (stačilo jednou stát před třídou a zpívat na známku) a doma maminka, které to nevím z jakého důvodu nebylo příjemné. Ani nám nikdy nezpívala. Zpěv jsem objevila až nedávno díky přítelovi, který si stále něco pobrukuje. Potýkala jsem se ale s obtížnou melodií a pro mě nezapamatovatelnými texty písní, které jsem poslouchala (i když byly v češtině.) Mantry to vyřešily, jak ráda se teď procházím krajinou a zpívám si a jsem šťastná. Ale i třeba když stojím v obchodě frontu a cítím napětí, broukám si a soustředím se jen na mantru a vlastně ještě za frontu a nečekané zpomalení děkuji...

Díky, díky, díky... díky za to, že jsem z velké části díky Vám (vnitřně) tam kde jsem a cítím se (většinou) skvěle, Klára,“ *napsala mi má čtenářka, a dala mi tím dárek nad dárky.*

Deset tisíc hodin

Tolik hodin potřebuje mozek, aby se z člověka stal mistr svého oboru. Rozdíl mezi průměrným a virtuózním hudebníkem totiž není ani tak v nadání jako spíše v počtu hodin cvičení. Ukazuje se, že v každém oboru lidské činnosti jde o to, naučit mozek zvládat vrcholné techniky (hudby, sportu, programování), a že „minimální úroveň, která je podmínkou prvotřídní schopnosti plnit velmi složité úkoly, tedy mistrovství v oboru, činí asi deset tisíc hodin tréninku“.

Citoval jsem z článku Malcolma Gladwella, novináře a spisovatele, který v jedné své knize (*Mimo řady: tajemství úspěchu*) píše o podmínkách skutečného úspěchu (jakého dosáhli např. Beatles nebo Bill Gates), kterým se pak liší mistr od hudlaře. Beatles odehráli za svého pobytu v Hamburku během roku a půl asi 270 nocí (třeba osm hodin každou noc sedm dnů v týdnu), a když v roce 1964 zaznamenali svůj první úspěch, měli za sebou asi 1200 živých vystoupení.

Nejsnazší „důkazy“ lze opravdu najít v hudbě: studie K. Anderse Ericssona z berlínské Akademie muzických umění sledovala kvalitativní rozdíly mezi

studenty rozdělenými do tří skupin. V první byli ti s vyhlídkami stát se světovými virtuózy, v druhé ti „dobří“, a ve třetí ti, kteří nemysleli na kariéru sólistů a chtěli jen hudbu učit. Všichni začali zhruba ve stejném věku a cvičili asi dvě hodiny týdně. Pak se začali lišit: studenti první skupiny cvičili v devíti letech šest hodin týdně, v desíti osm, ve čtrnácti šestnáct a ve dvaceti třicet hodin týdně.

Podobné rozdíly se našly mezi amatéry a profesionály. „Zatímco amatéři necvičili nikdy víc jak tři hodiny týdně a ve dvaceti měli odcvičeny dva tisíce hodin, profesionálové své tělo a mysl zatěžovali stále více a ve dvaceti měli odcvičeno deset tisíc hodin. Z výzkumu vyplývá, že člověku stačí nadání, aby se dostal na školu, ale pak odlišuje virtuóza od hudlaře jen ochota cvičit a vůle tvrdě pracovat.“

Jednou podmínkou fenoménu indických klasických hudebníků je právě ochota a vůle podřídit disciplíně a cvičení celý život už od dětství. Huba je pro ně posláním a duchovní školou. Adepti budoucí virtuozy žijí v rodinách s hudební tradicí často delší než několik století a cvičí někdy i pět hodin denně od pěti šesti let (hráč na tabla Zakir Hussain ale vzpomíná, že cvičit sice začal od pěti, ale otec ho učil nazpaměť složité rytmy už od tří let). Výše zmíněných deset tisíc hodin tréninku mají indiští hráči klasické hudby za sebou už v době, kdy jejich vrstevníci teprve vstupují na hudební akademie. A cvičí dále, celý život.

Potřebuje-li mozek (a tělo) virtuóza v hudbě nejméně deset tisíc hodin tréninku, dá se usoudit, že právě tak dělá deset tisíc hodin cvičení mistra svého oboru z toho kterého spisovatele, malíře, matematika, ale i šamana, hypnotizéra, operátora, žongléra, krasobruslaře nebo olympijského vítěze v nějaké atletické disciplíně, ale také z učitelky, porodní asistentky nebo z maséra či politika, soudce, advokáta, bankéře, ale také ze zenového mistra či indického gurua nebo tibetského lamy.

Mozek, tak jako biceps, potřebuje čas (a spoustu hodin dřiny a opakování), než se fyzicky přizpůsobí a transformuje až k automatické dokonalosti. Některé části mozku profesionálního hudebníka jsou také proto daleko větší a mnohonásobně výkonnější než mozek člověka, který na nic nehraje. Mozek Einsteina byl jiný, protože jeho nositel celý život „jinak“ myslel. Centrum orientace v prostoru londýnského taxikáře je mnohonásobně větší a výkonnější než mozek obyčejného Londýňana. Mozek dalajlamy (a kteréhokoliv jiného lamy, jenž celá desetiletí desítky tisíc hodin trénuje soucit) má zcela jistě centra pro soucit a empatii abnormálně větší a výkonnější, než měly mozky Hitlera nebo Saddáma Hussajna (které byly zase trénovány desítky tisíc hodin v oboru demagogie a udržení se u moci jakýmkoliv prostředky).

Mozek je dokonalý: dokáže, je-li desítky tisíc hodin cvičen v tom kterém oboru, dosáhnout mistrovství a virtuozity. Jak v matematice, hudbě, soucitu či léčbě, tak ovšem i v zabíjení, podvádění a zákulisních stranických machinacích. Jde jen o to, jaký má člověk na počátku úmysl: jestli chce být virtuózem a mistrem ve svém oboru (a pak si dobrovolně naloží disciplínu a desítky tisíc hodin cvičení), nebo hudlařem.

Dnes také víme, že děti (podvědomě) napodobují chování rodičů (a dospělých), takže kluk, který měl v šesti letech velmi hustou neuronovou síť (a mohl být výborným hudebníkem, lékařem, zahradníkem nebo kosmonautem), ale vyrostl v rodině „havíra, co chodí akorát tak na pivo a Baník“, bude mít v sedmnácti neurony propojené jen směrem na pivo a Baník.

Naivně a pohodlně blahosklonná tolerance k vulgárním politikům (a reklamě a zisku ve jménu růstu) a zbabělá k extrémistům a trollům na internetu pak způsobuje, že nadějeplné čekání na obnovu mravů v další generaci nebude fungovat: bude to jen horší, protože mladí z další generace (podvědomě) desítky tisíc hodin trénují konformismus a převládající atmosféru společnosti.

Naznačuji, že mozky těch, kteří žijí (i ne přímo vlastní vinou) v morální žumpě, „trénují“ na život v žumpě a nic jiného si pak nedokáží představit. Spočítejme si kolik hodin denně takto nevědomky trénujeme negativní dojmy a myšlení: kdyby jenom tři (noviny a televizní noviny a nějaký ten thriller či horror), tak jsme oněch deset tisíc hodin tréninku zvládli za posledních šest let (života v téhle pokrytecké a morálně stále víc upadající společnosti nevolnosti). Jsme tak dnes téměř už virtuóзовé v přetvářce, korupci, podvodech a tunelech, jakož i ve vulgaritě.

I proto je životně důležité bránit jak ty, kteří mají pozitivní úmysly a výsledky, tak čistotu veřejného prostoru: nedat šanci několika poškozeným, aby škodili všem ostatním. I proto je důležité přispívat k růstu dalších pozitivních virtuózů (i v oborech, které dnes ještě neexistují) a pomáhat jim zvládnout tréninkových deset tisíc hodin.

Spíše ty nečnosti

V Japonsku v roce 1979 jsem se nadšeně procházel rozlehlými supermarkety a doufal, že se dočkám doby, kdy tyhle ráje kupujících budou i u nás doma, v Československu. Nemělo to chybu: měli všechno a v desítkách variací. Jen někde velmi vzadu se mihla podezíravá myšlenka: co když ale zároveň s tou

nádherou spotřebitelské dostupnosti všeho přijdou i nectnosti? A co když to skončí typicky česky, ušmudlaně, tedy jen u těch nectností? Omlouvám se tedy za poněkud pesimistická vyznění některých mých článků z poslední doby. Ti, kteří mne znají, dobře vědí, že pokud píše negativně nebo o negativních jevech, tak „prognosticky“: aby se nenaplnily.

Tehdy jsem o odvrácené tváři konzumu ještě nic nevěděl a vědět nemohl. O jedenáct let později jsem v Schumacher college (poblíž městečka Totnes v jihozápadní Anglii) udělal pro studenty hlubinné ekologie výstavku toho, z čeho jsem jim připravoval bohatě prostřený stůl opulentních snídaní a večeří: brambory z Nového Zélandu, cibule z Polska, mrkev z Portugalska, jablka a marmelády z Argentiny atd. Nechápatě koukali (a ještě několik let poté stále nedokázali nakupovat u místního biofarmáře). I v USA o pár let později jsem obdivoval prodejny zdravé výživy, ale někde vzadu se opět objevila rouhačská myšlenka: jestli my nakonec nepřevezmeme spíše ty nectnosti, než to, co je ekologické a rozumné...

Když jsme v první polovině 90. let min. stol. s kolegou vozili z Amsterdamu a Düsseldorfu cédečka s new age hudbou nebo tibetské mísy, a po dálnici míjeli kilometry podivných rovných krabic logistických center a velkoskladů, zamrazilo mě: co když právě tohle čeká i nás a bude se tomu říkat pokrok? Přece nejsme tak pitomí, abychom opakovali už známé chyby, utěšoval jsem se.

Zkusil jsem několikrát na setkáních disidentů před sametovým převrácením nebo studentům v listopadu 1989 nebo na seminářích a přednáškách naznačit své obavy (z krátkozrakosti a nevšímavosti k *pravému* jednání, viz i Goethův citát níže), ale nikdo nechápal: všichni spěchali do šťastných (konzumních) zítřků. Když někdy vysvitlo, že jsem nikdy neměl auto, klepali si někteří na čelo a pak už nechtěli nic slyšet (protože co jim budu vykládat, když jsem nepřijel nejnovějším bourákem... a když jsem popisoval obavy z přílišného luxusu, který jsem zažil v Japonsku, nevěřili mi ani slovo).

„Určitě jste si toho taky všimli, že v obchodech neexistují roční období,“ píše se v jednom článku v HN. „V lednu se dá koupit hroznové víno nebo maliny, v dubnu broskve, dýně v červnu, v říjnu chřest a v prosinci jahody. Daní za tohle bezčasí jsou tisícikilometrové cesty, které absolvuje každý váš nákup. Za 795 korun, tedy cenu zpátečního lístku do Vídně, jsme pořídili jídlo, které do polic jednoho pražského supermarketu putovalo celkem 68 077 kilometrů. Nejzcestovalejší byla sklenka medu. Její obsah urazil přes jednadvacet tisíc kilometrů (z Argentiny, Chile, částečně taky z Číny a Česka). V roce 2000 byla víc než polovina zeleniny, kterou Češi snědli, tuzemská. Loni už bylo dovážené zeleniny 90 procent. Nabídka českých supermarketů je teď světová. Bylinky z Izraele, hovězí z Irska, rajčata z Maroka, česnek z Číny. Kam ale zmizela ta

známá chuť rajčat a říz česneku, které jsme kdysi znali (a které snad stále znají zahrádkáři)?“

Hm. A kam zmizel selský rozum a předběžná opatrnost? Máme zastupitelskou demokracii, ale ani staří Řekové, ani moderní politici a myslitelé nepočítali s českou vyčůraností, se stále silnější hroší kůží zkorumpovaných politiků, s tím, že všichni tam nahoře na všechny něco vědí a drží se vzájemně v šachu: přitom obyčejný člověk se svých práv nedovolá. Ze „západu“ a fungujících demokracií jsme totiž převzali spíše nectnosti tohoto nejméně špatného systému řízení společnosti (zkuste porovnat se situací v Norsku).

„Za poslední dekádu jsme bleskově dohonili západní země co se týče nakupování v supermarketech, kam se člověk dopraví jen automobilem, individuálním dopravním prostředkem. Kulturu bydlení symbolizují satelitní městečka, kde se jednotlivé domky obracejí zády k sotva existujícímu veřejnému prostoru blátivých cest. Vývoj rodinných vzorců lze popsat jen jako individualismus utržený ze řetězu,“ potvrdil mé úvahy i komentátor LN.

Jak v téže souvislosti napsal i neznámý internetový naštvaný: „Platím téměř nejdražší elektřinu v Evropě, a jsem občanem energetické velmoci. Hospodář stát platí za kilometr silnice třikrát tolik, co kdekoliv jinde, atd. Stát mne připraví zhruba o tři čtvrtiny hodnoty všeho, co vytvořím a vydělám a tyto prostředky prošustruje nebo přerozdělí neznámo kam. Ani to mu však nestačí, ještě se mne a mé potomky pokouší zadlužit. Kdosi neznámý si na tento stát nabírá nehorázné půjčky, jako by byl stát jen nějakým bílým koněm zločinecké organizace. Stát, nebo kdosi, kdo se za jeho nálepku schovává, si ode mne bere několikrát větší berni, než si panstvo kdy dovolilo vzít od poddaného. Udržuje mne v chudobě, abych si nevyskakoval, aby mi snad ani nenapadlo z přebytků založit firmu, začít podnikat a zaměstnávat jiné. Sám stát však pracovní místa nezajistí a těm, kdo nemají práci, pak bezostyšně přerozděluje to, co sebral mně, aniž by se mnou cokoli konzultoval. A teď mi ještě oznamuje jak mne zadlužil, za což pochopitelně nikdo nenese odpovědnost, to udělala nějaká anonymní nezodpovědná krize. Zítra na mne pošle exekutora, aby mi sebral i to poslední, co mi ještě zbylo. Vážený a milý státě. Milá Česká republiko... Pěkně mě sereš!“

Celé roky se snažím upozorňovat (v rámci prognózy, kterou, opakuji, nechci vidět se naplňovat) na neblahé trendy emancipace západních, ale především českých žen. Protože jednat s rozumnou (a proto vždy elegantní) Francouzkou či Polkou je radost, zatímco mluvit s typickou Češkou je o naštvání (jak je vyčítavě jedovatá a předem naježená). I stále víc českých žen totiž přebírá od svých západních kolegyně spíše ty nectnosti. Milé ženy české, až na výjimky, které by se daly spočítat na prstech jedné ruky... pěkně mě štvete!

Hm. Dvacet let po týdnu, kdy na Václaváku lid perilil vtipnými slogany a věřil a doufal, že od teď už bude jenom lépe. Bylo... co se týká zboží, platů a možností koupit a nakrást cokoliv. Ale lidsky a morálně jsme klesli až nenávratně hluboko (protože další generace jen převezme atmosféru generace rodičů), hlavně k těm nectnostem.

Marná sláva, ví se to už od počátku lidstva a velmi výstižně to formuloval Goethe: *Když si špatně zapnete první knoflíček u košile, tak potom ať děláte co děláte, pořád bude výsledek nakřivo.*

Kvalita

Tichou ale intenzivní radost a úžas z kvality všeho okolo si užívám často, třeba jen když vyjdu z domu a mířím do nedaleké samoobsluhy. Nebo při rozhovoru s nějakou duchovního poznání dychtivou studentkou života. Nebo jednou za dva měsíce při natáčení svých pořadů Oaza.

Na počátku 90. let min. stol. jsem svou kariéru rozhlasového mága začal v tehdejší soukromém rádiu Golem. Jezdil jsem metrem na jedno sídliště, kde v jednom rodinném domě sídlilo studio, odkud tehdy vysílali např. Labus s Kaiserem nebo Ringo Čech či Lorna Vančurová. Měl jsem pro sebe, svou hudbu a případné dotazy posluchačů, celé tři hodiny. Se sluchátky na uších, takže v dokonalé zpětné vazbě, jsem pouštěl hudbu new age a vyprávěl o všem možném. Mohl jsem, jak co se týká skladeb a autorů, tak především ve svých komentářích, svobodně improvizovat.

Dnes, o další dvě soukromá rádia a více jak třináct let vysílání na stanici Vltava (ČRo3) později, své Oazy (vysílají se jednou za čtrnáct dnů v neděli před půlnocí) natáčím dopředu. Mám připraven scénář, jednu kopii dostane technik u nahrávacího pultu, pustí hudbu, já namluvím úvodní větu a pak vždy do mezer mezi skladbami další stručný komentář (na téhle stanici se nesmí nic moc okecávat, jak mi bylo kdysi řečeno).

Když jsem několik let vysílal v sobotu ráno, chodil jsem do studia „na živo“: odevzdal jsem zvukaři seznam skladeb a příslušná cédečka a na ukázání jsem to či ono improvizovaně komentoval. Dnes už technika pokročila tak daleko, že odevzdám cédečka do režie, tam je „nagrabují“ (natočí do místního giga počítače digitálně, co je třeba), já namluvím úvodní větu, oni si ji vmíchají do první skladby, a pak už vždy jen pustí začátek skladby... a rovnou přejdou na konec další skladby, abych věděl, kdy namluvit další stručný komentář. Zatímco

dříve jsem natáčel každou Oazu oněch asi 50 minut, teď ji zvládneme za dvacet. Hudbu, jež se pak odvysílá, mohu v celku slyšet jen doma, když pořad připravuji. Ve studiu samém už ona původní atmosféra vysílání (a zvláště vysílaná hudba) chybí.

O onu výše zmíněnou dokonalost se snažím i v těch krátkých momentech, kdy něco čtu ze scénáře. Ale už to není takové, jako kdysi v Golemu, kdy jsem byl celé tři hodiny totálně ponořen (a sluchátky oddělen od vnějšího světa) do hudby a tématu, o kterém jsem chtěl mluvit a také mluvil ke svým posluchačům. (Naštěstí se naskytla příležitost a já budu vysílat opět živě, na Rádiu Etno.)

Z Londýna jsem si přivezl dvě desítky CD vyhrabaných v tamních secondhandech. Včetně tří titulů japonského hudebníka, který si říká Kitaró. Jeho první (tehdy) LP jsem si přivezl v roce 1979 a jeho skladbu Silk road II jsem celá 80. léta pouštěl z kazety, a celá 90. pak z CD (ze svého prvního CD vůbec, zakoupeného v Holandsku v roce 1989). Už když jsem jeho trilogii Sacred Journey of Ku-Kai (Posvátné putování mnicha Ku-Kai) kupoval, těšil jsem se, jak po třiceti letech zakončím jedno jeho, ale i svou životní kapitolu.

Kitaró totiž po těch letech znovu navázal na to, čím se prosadil: nechal se ve své syntezátorové hudbě, kromě hudebními styly a nástroji celého světa, inspirovat duchovností a duchovní tradicí své země. Tahle trilogie navazuje na putování jednoho legendárního buddhistického mnicha před jedenácti sty lety. Jako tehdy Ku-Kai, i Kitaró dnes (hudebně) putuje po kláštorech jednoho ze čtyř ostrovů, ze kterých se skládá Japonsko, ostrova Šikoku. A každá skladba navíc začíná zvukem konkrétního zvonu konkrétního kláštera.

Při natáčení posledního ze čtyř pořadů jsem ale opět mohl ve studiu nahlas slyšet celou (alespoň úvodní) skladbu. Nabilo mne to energií a „kvalitou“ tak dokonale, že jsem pak odcházel a „vznášel se pět centimetrů nad zemí“ (což je legendární odpověď jednoho zenového mistra na otázku, čím se liší osvícený od obyčejného člověka). Hudba sama, ale i vědomí možnosti a privilegia tak dlouho vysílat hudbu, kterou mám rád a která povznáší, a také dlouholeté zkušenosti, jež mi umožňují předávat radost a úžas dál, do uší a myslí tisíců posluchačů, v té nejvyšší (profesionální) kvalitě obsahu i formy, to vše mnou vibrovalo ještě dlouhé minuty poté, co jsem opustil budovu Českého rozhlasu.

Byl to právě Kitaró, kdo před dvaceti lety obnovil prastarý bubenický rituál víkendového podzimně-slunovratového bubnování pod posvátnou horou Fudžijama. To on dovedl stovky mladých Japonců ke zjištění, že tradiční styly (řemesel, umění ale i bubnování) nejsou něco překonaného, naopak, že v sobě obsahují dokonalé životní lekce trpělivosti, pokory a profesionality. Nabušení mladí rockoví bubeníci tehdy vzali do rukou tradiční paličky, postavili se před

ony obrovské bubny o-taiko, začali hrát – a za půl hodiny zcela odpadli fyzickým vyčerpáním. Drobní dědečkové ale bubnovali nepřetržitě celou noc a úspěšně pak vedli semináře posvátného bubnování (a předali tradici kvality nástrojů a hry dalším generacím).

Tak jako v rámci seminářů, na kterých tuhle a jinou kvalitní hudbu pouštím jako lekci umění naslouchat (a možnosti trénovat a neustále zkvalitňovat způsob, jakým slyšíme sebe, jiné lidi i svět kolem), i ve svých rozhlasových pořadech se prostě jen dělím o radost z kvality.

Když se člověk nenechá zblbnout vnějším (uspěchaným a proto jen velmi povrchně vnímaným) světem a naučí se občas zpomalit (ne náhodou je součástí mých seminářů vždy meditace v pomalé chůzi) nebo dokonce zastavit (a meditace je v tom ideálním provedení zastavení jinak nezastavitelných myšlenkových procesů, na které jsou nalepeny nezvládnuté emoce), začne se brodit v kvalitě všeho... Přitom právě hudba, tedy především ta dobrá relaxační (a new age), je tou nejefektivnější metodou návratu na opětovnou a tak terapeutickou a povznášející zkušenost okamžiků v „ted' a tady“.

Jednoduchý zen

Proč mniši putují od klášteru ke klášteru, od mistra k mistru, aby se něčemu novému naučili, když zen mi připadá velmi jednoduchý? Proč je důležité mít při meditaci rovná záda? Jak se pozná duchovní pokrok? V čem je rozdíl vnímání reality zkušeného mistra a začátečníka, obyčejného člověka? Je tělo a mysl to samé? Co to znamená praktikovat zen, kromě meditace (v knize Zenová hůl se toto spojení používá velmi často)? Mám brát všechno co říkáte jako Pravdu? Hmm, tak si vás, studenti zenu, i vaše správné otázky, pěkně po pořádku vychutnám (a vy si vychutnejte, odstavec po odstavci, odpověď po odpovědi):

Knihy jsou knihy, ale teprve praxe zazenu člověka naučí, co to je zen. *Čtením o koláči se nenajíš*, měla by myslí čtenářů zenových spisků a knih znít jedna stále asi málo opakovaná zenová moudrost. Jak si má program (mysli) uvědomit, že je jen program? Tak jako oko nemůže vidět sebe samo, tak i mysl v běžném životě nevnímá, že reaguje zpožděně a nevnímá svět, ale (dvě desetiny vteřiny zpožděný) obrázek světa promítaný na monitor mozku. Přesto ale trénovaná mysl dokáže iluzornost svého vnímání zjistit a případně nacvičit metody, jak se téhle iluzi vyhnout. A nemám na mysli obvyklé, tedy halucinogenní a drogové (či smyslově deprivační) figle.

Při dlouhodobé meditační (zazenové) a kóanové a každodenní klášterní práci na sobě samém pilný student postupně nacvičuje jiné dendritické propojení určitých částí mozku: neurony jsou po pár měsících (či letech) jinak, nově, propojeny, a další, vyvolány potřebou a namáháním příslušných center, nově vznikly.

Jinými slovy, to, co začátečníkovi připadá snadné (prostě si sednu a medituji) je jen vnější forma oné docela náročné usilovné práce na přestrukturování mozku (a vnímání a myšlení). Jako když přijde náhodný člověk do sálu, kde zrovna jóginí usilují o celkové zklidnění celého těla i myslí metodou zvanou jóganidra (postupně od prstů u nohou až po temeno hlavy vědomě uvolní všechny svaly a nakonec i kosti v těle), a řekne: to umím taky, a lehne si a zavře oči. Netuší, že zklidnění těla je ta nejlehčí část tohoto cvičení a že zklidnit zběsilý hukot myšlenek v hlavě začátečník prostě bez usilovného a hodně dlouhodobého tréninku zvládnout ani nemůže.

A proč to putování od mistra k mistrovi? Je-li člověk příliš unavený a ve svých člancích (coby novinář) nebo řešeních zadání (výroby nebo života) už sám není schopen své chyby uvidět, natož opravit, je dobré požádat (o korekturu či radu) někoho jiného. Jiný styl nebo nečekaná odpověď (nebo náhodný zvuk) pak spustí blesk skutečného řešení (přičemž začátečníci zapominají, že je předtím třeba celé roky meditovat a své tělo a především mysl, na toto šokové osvětlení připravit).

Celé generace západních adeptů zenu (a meditace) „meditovaly“ (kontemplovaly, modlily se) v křesťanském poníženém předklonu, což bylo a je špatně. Pozice by měla být rovná, vzpřímená, také proto, aby na hladinu mysli z těla putovaly informace o vyrovnaném, stabilizovaném a rovnovážném posezu. Jinými slovy, aby se počet milionů bitů za vteřinu, které neustále mozek zpracovává, co nejvíce zmenšil, a zbylo tak více energie na samotnou práci s bdělostí, koncentrací a stále delší výdrží ve stavu, kdy je mysl co nejméně zatěžována informacemi zvenčí. Křivá záda, nebo posez s koleny v různé výši (takže na obě hladiny obou mozkových hemisfér dopadají různé intenzivní informace o postoji či posezu a člověk, mysl, je opět „nakřivo“) nejen že mysl nezklidní, ale naopak, dodají další nezpracovatelné informace. Adept meditace pak po hodinách utrpení „vidí“ různé vize a obrazy, jenže to nejsou důsledky pilné práce s ukázněním mysli, ale spíše neblahé důsledky negativních úmyslů a postojů, znečištěného prostředí: zkušeni mistři radí, projdi tím, je to jen práce ega.

Jednoduchost zenu je jen vnějším atributem dosaženého mistrovství. Odpovědi mistra jsou logické a vlastně jednoduché... je to ale ona jednoduchost, která čiší z každého mistrovského činu. Když mistr světa v krasobruslení skočí během pěti minut své volné jízdy několik čtyřnásobných skoků, vypadá to snadno, právě tak

jako trojnásobná salta akrobatů na lyžích, skateboardech nebo motorkách. Jenže jen mistr světa ví, kolik je za zdánlivou samozřejmostí jeho výkonu potu, slz a také roků pilného tréninku. Hbitost, s jakou mistr chytá své studenty při chybných výrocích, nebo samozřejmost, s jakou je přistihne zrovna když chtějí odbočit do slepé uličky, je důsledkem roků výuky a kumulativní zkušenosti soucitného pedagoga.

Duchovní pokrok student sám na sobě nepozná. Člověk si připadá stále stejný, protože se vidí a vnímá denně – a nemá s čím porovnat. Teprve když teta půl roku nevidí děti své sestry, užasne, jak vyrostly: matka by si toho, pokud by jim nemusela každou chvíli kupovat větší boty, ani nevšimla.

Každý vjem každého člověka se liší i tím, jakou databázi předchozích zážitků, vědomostí a zkušeností má. Podívá-li se na jablíčko obyčejný člověk, který se chce jen zakousnout, nebo sadař, který čtyřicet let profesionálně pěstuje jablka, je to jistě rozdíl. Právě takový rozdíl ve vnímání zdánlivých každodenních maličkovostí existuje ve způsobu, jak vnímá a hlavně jak své vjemy zpracovává začátečník a jak duchovní učitel. Umění vnímat, vidět a využívat souvislosti v souvislostech je umění, které se, jako moudrost, nedá koupit či naučit najednou.

Kde končí tělo? Kde začíná? Jsem oddělen od ostatních nebo od vzduchu, který dýchám, či vody, kterou piji? Kde končí vzduch, který dýchám? V nose? Krku? V plicích, v krvi? Vždyť já jsem vzduch, který dýchám, a nedokázal bych se od něj oddělit. Právě tak voda, kterou piji nebo přijímám i ze vzduchu, který dýchám, je mou neoddělitelnou součástí.

Kde začíná a končí mozek, respektive mysl? Je jen v lebce? Nebo i v míše? Nebo pokračuje po všech nervových vláknech a sítích neuronů po celém těle? Když se začátečník brání přenést pomyslně vědomí do oblasti třetí čakry, do hary, protože to prý nejde nebo alespoň on že to neumí, ptám se: „Kde je tvá mysl, když si nakopneš maliček?“ „V maličku,“ odpoví... „No vidíš, že to umíš,“ pochválím ho...

Slovní spojení *praktikovat zen* se používá jako nepřiliš adekvátní překlad z angličtiny do češtiny (v polštině je to přesnější). V zásadě jde o každodenní všední klášterní (nebo běžný) život, v rámci kterého je „duchovní“ vše, co člověk dělá. Vše se stává meditací, nejen zazen nebo pomalá meditační chůze. To, jak se člověk myje, jak (po sobě) uklízí, jak pomáhá v kuchyni a loupe cibuli nebo škrábe brambory či umývá nádobí, jak zdraví kolegy nebo jak se pokouší zklidnit běh myšlenek (narovnat hladinu mysli) při každé činnosti (a v klášteře samotném je všechno, od nejmenších detailů, vymyšleno a účelně vyrobeno a užíváno tak, aby zapadlo do celkového rámce neustálého tréninku koncentrace bdělého vědomí).

Pravda je velmi relativní pojem a každý ji má jinou (tu svou). Přičemž právě v zenovém buddhismu se od samého počátku klade důraz na osobní zkušenost. Když potkáš Buddhu, zabij Buddhu, říkají mistři. Když se ti bude chtít na záchod, co ti pomůže, když tam zajdu já? Nevěřte ani mně, tvrdíval Buddha žákům. V rámci učení se vyplatí důvěřovat učiteli, ale postupně pak jde o to, aby si student sám na sobě a svých zkušenostech ověřil, jestli je to, co mu říkal učitel, pravda. Jestli to (i jemu) funguje. Jinými slovy, z počátku se vyplatí brát vše, co říká a učí učitel, jako Pravdu, později je ale třeba si to ověřit na vlastní oči, uši, tělo a mysl. Učitel učí podstatu, know how, a je na studentovi, aby se ji naučil aplikovat v dalších a zákonitě jiných situacích. Protože vše spolu souvisí, propojím výše položené otázky a svoje odpovědi jakoby ve spirále a dostanu se opět na počátek: už jsem několikrát zmínil, že z toho, co registruje máš mozek, vědomě vnímáme jen malinkatou část. Většina znalostí je přijímána nevědomě, a proto se začátečník naučí ásány lépe a důkladněji, když se to učí v oddíle jógy, dva metry od zkušeného cvičitele. Proto se učeň naučí vyřezávat hudební nástroj lépe, když to může celé měsíce dělat kousek od svého mistra. A právě v klášteře nebo v meditačním centru, kde je student součástí kolektivu, je jeho duchovní pokrok nejrychlejší.

Instrukce pro zájemce o (duchovní a emoční) pokrok na Cestě

Co děláš, dělej na 100%!

Nahraď slovo problém slovem radost a myslí pozitivně: dívej se na všechny nepřijemnosti z té druhé strany. (Co je na nich dobrého?)

Nauč se vnímat svět třetí čakrou – harou! (To, co vidíš očima, je iluze.)

Denně zařaď alespoň 30 minut meditační chůze!

Denně zpívej, nejlépe mantry! (Uvolníš tak emoční bloky.)

Vyhýbej se televizním a jiným negativním zprávám, thrillerům a hororům!

Přestaň se rozčilovat, je to jen ztráta energie! (Nemůžeš změnit šéfa, partnera nebo svět, ale jen svůj vlastní postoj k šéfovi, partnerovi nebo světu.)

Změň svůj život (je to jen program), pokud ti nevyhovuje! (Stačí se přeprogramovat a tři měsíce vydržet. Rozhodující je přítom prvotní záměr.)

Pokud tě nikdo nepochválí, pochval se sám! (Dávej si pašáky.)

Nečekej nic a buď připraven(a) na vše! (I na kusance štěstí v detailech.)

Já a Bůh

Nemám tím na mysli sebe, ale ono freudovsko-jungovské „já“, tedy racionální program mozku, se kterým se identifikujeme a kterému věříme (ať již víme či vůbec netušíme, že je jen iluzí) víc než samotnému Bohu. Právě tento program byl a stále je jakýmsi naším – jakkoli se ukazuje, že falešným – Bohem. Právě tak se ale ukazuje, že ono dávné (indické, jógické, taoistické a šamanské, ale i mysticko a ranně křesťanské) rčení *Bůh jsi ty* (Tat twam asi) odpovídá tomu, co a kde nám reaguje v mozku. Podle amerických vědců jsou představy věřících o Bohu jen jejich převlečenou vlastní vůlí.

Podle biologa Radka Johna to dokazují kombinace dotazníkových průzkumů, experimentů a zobrazování aktivity mozku. Nicolas Epley (s dalšími čtyřmi kolegy z chicagské a harvardské univerzity) se snažil zjistit, zda a proč přisuzujeme vlastním názorům takový význam a zda si skutečně nevytváříme bohy k vlastnímu obrazu. Scany mozku pomocí funkční magnetické rezonance odhalily, že při uvažování o vlastních názorech se v mozku spouštěly stejné oblasti jako při přemýšlení o postojích Boha. Při úvahách o názorech jiných Američanů se zapínaly jiné oblasti. Bůh tedy sídlí v mozku na stejném místě jako jeho majitel. Podle výsledků fMRI jsou možná jedna a táž osoba.

Při debatách o víře a náboženstvích jsem vždy (na základě vlastní práce s myslí a sny a dlouhodobou meditací) připomínal, že zatímco náš Bůh a naše Panenka Maria jsou běloši, ve vizích Indiánů mají podobu jaguárů nebo hadů, ve vizích Eskymáků se podobají sněžným čarodějnicím a ve snech a vizích černochoů jsou Černochoy. Eplyeho výzkum poprvé v historii předkládá i vědcům něco jako směr dalšího výzkumu (když ne důkaz) „problému“ víry a náboženství.

Stále mne fascinuje, jak mobilní telefony, internet či GPS – tedy hmotné, technologické objevy a vynálezy – rychle proniknou do našeho každodenního života, zatímco objevy na poli duchovním si dávají na čas. Od dob, kdy harvardský psycholog Wiliam James vydal knihu *Druhy náboženské zkušenosti*, uplynulo téměř sto let, a až na některé neurovědce a myslitele poslední generace, kteří, kromě toho, že bádají, také aktivně meditují a ke své praktické duchovnosti se, na rozdíl od předchozích generací vědců, i hrdě hlásí, se nic moc nemění. Jako by se nechumelilo. Lépe řečeno: i když a pokud se někdy zachumelilo, veřejnost to ostentativně (naivně, bázlivě) přehlíží. Vzdor snažení Inda Jóganandy a Japonce Suzukiho, posléze 60. letům a poněkud naivním, leč populárním snahám členů The Beatles (a následnému koketování s TM – transcendentální meditací), Moodyho výzkumu posmrtného života, jakož i aktivitám Stanislava Grofa a společnosti transpersonální psychologie v 90. letech min. stol byla a raději stále ještě je každá snaha o „vědecké“ pochopení duchovnosti sice registrována, leč okamžitě devalvována nálepkou pavěda (či new age). Zkoumáme hlubiny moře a vesmíru, ale panicky se přitom bojíme zkoumat hlubiny své mysli.

Relevantních výzkumů a následných pokusů scanovat mozek při extatických, mystických a náboženských zážitcích už ale nezastavitelně přibývá a s rostoucí technologickou vybaveností se s nimi a objevy o tom, co a jak se nám děje v mozku, a kdo nám co promítá na plátno naší mysli, trhá pytel. Současným bijcům „pavědy“, kteří se křížují při vyslovení slova spiritualita, se to nebude líbit, protože výzkumy zcela jistě potvrdí empirické zkušenosti našich předků i současníků s tím, čemu se říká duše. Epleyho výzkum pak logicky směřuje ke zjištění, že vše, co vnímáme, včetně mystických vizí a náboženských představ a zážitků, je výsledkem činnosti našeho mozku. Tam sídlí náš Bůh.

Takové zjištění přináší celému lidstvu jedinečnou šanci. Velice ovšem záleží na tom, jak ji využijeme. Tedy i na tom, jak se další generace budou rodit (zda bez současného a bohužel běžného traumatického poškození mozku novorozeňat) a zda už si konečně uvědomíme, jak ovlivňujeme (nejen svůj) svět nejen každým činem, ale i každou myšlenkou. Zda už nám konečně dojde, do jaké míry (až božsky) neseme za každý svůj čin a myšlenku osobní zodpovědnost.

Jinými slovy, zda se nám (v zrcadle dokonale zklidněné hladiny mysli) ukáže to, co zatím většinou nejsme schopni vnímat: že to my jsme ten Bůh, že to my jsme tvůrci (i když většinou zatím poškozeně nevědomí a s nemytými, úspěšnými a uspěchanými myšlenkami) svých světů a životů.

Problém slov

„Udělal jsem to dobře?“ ptává se jeden student, když popisuje své životní příběhy a problémy, a hned má tendenci rozebírat, navrhopvat, popisovat. Opakovaně mu v takových chvílích cituji odpověď jednoho zenového mistra, který v takové chvíli studenta provokoval protiotázkou: „Když už maluješ žízale nožičky, proč pak ještě přimalováváš botičky, ponožičky a dokonce i tkaničky?“ Pokusím se na dvou příkladech ukázat, že právě slova jsou dnes stále větší problém, a jak z té pasti ven.

Žijeme dobu, kdy jsou slova rozbředlá, nepřesná, mnohovýznamná a významově posunutá, takže porozumět řečenému (ale i psanému) je stále obtížnější. Dávni zenoví mistři vymysleli systém kóanů (již před těmi tisíci lety věděli, co nám došlo až koncem minulého století: že totiž slova jsou nebezpečná a že jazyk je past). Dnes totiž (díky funkční magnetické rezonanci) víme, že když chceme problém vyřešit tím, že ho rozebíráme a neustále o něm mluvíme, paradoxně jej posilujeme: trénujeme. Mozek si zvyká a pomyslná „kolej“, ve které se pak ego pohybuje, je tím vyježděnější, výhybka hladší a tendence automaticky zapadnout do téhle tak používané koleje stále výraznější a nakonec převládající. „Co mám tedy dělat?“ ptal se student. „Především – a to je rada všeobecně platná – neokecávej. Nerozebírej. Tehdejší situaci jsi vyřešil, a protože nejlepším důkazem kvality stromu je jeho ovoce – a tehdy to skončilo smíchem a uvolněním – máš tak důkaz, žeš to udělal správně. Tím momentálním slovním rozebíráním jen trénuješ svou nejistotu a příště se budeš opět muset ptát, jestli ses zachoval správně. Soustřeď se na pocit, který jsi tehdy měl. Protože právě (pravoemisférový) pocit ti příště umožní vyřešit jinou situaci a ty zareaguješ jinak, jinými slovy. Protože si budeš jist a holistická vzpomínka na pocit (protože slovo je jen cenzurovaná miliontina původního pocitu) tě vyladí a uvolní, tak i tu budoucí situaci vyřešíš. Zatímco kdybys přece jen nějak dospěl ke slovnímu návodu, příště, protože situace bude samozřejmě jiná a i ty budeš jiný, zpanikaříš, protože konkrétní slova ti budou k ničemu. Tvá nejistota se tak ještě prohloubí.“

Zvláště ve vztazích mezi muži a ženami je to, co se týká slov, vždy na ostří žiletky: význam mužských slov je ženami interpretován dle ženských slovníků a mustrů. Muž se tak nikdy nezavděčí, ale pokud si uchová svou niternou jistotu, takže i zbytečnou a nic neřešící slovní přestřelku dokáže občas ukončit pevným objetím nebo dlouhým polibkem (ale pak se nevychloubá jak to té své nandal), nejen že zachová svou tvář, ale navíc začne ženě imponovat. To ona zneužitelná a dnes tak nepřesná slova (a jejich následné interpretace) jsou, zvláště ve styku dvou tak odlišných pohlaví, skutečným problémem; nikoli

to, co si ona či on myslí. A pokud jde o spory a hádky (a dokonce rozchody a rozvody), vždy jde právě jen o slovní nedorozumění (a neschopnost „prohrát“). Až na výjimky na konci delších období vzájemných rozepří to ani ona ani on nedělají schválně (tak jako žádné dítě na světě, s výjimkou těch dlouhodobě ponižovaných a drezírovaných, schválně nezlobí).

Paradoxně tak popisem problému (nezdaru, nejistoty) posilujeme původní stresovou neschopnost a nejistotu a příští spornou situaci, protože budeme o kousek nejistější, opět nevyřešíme. Obvyklé vypočítávání důvodů proč to či ono nešlo a nepodařilo se nebo co všechno negativního se stalo, když k tomu došlo, je třeba zarazit v samém počátku (a nemalovat tak žízale nožičky, botičky a dokonce tkaničky). Nejhorší je, když podlehneme čistě subjektivním konstrukcím – slovům – a pak je dále rozebíráme, jako by skutečně existovala. Padáme do pastí jejich prvního významu a ten bereme za nezměnitelnou danost.

„Jak se chovat, když sedím u umírajícího, jak mu pomoci?“ zněla jiná otázka. Jediný způsob, jak pomoci umírajícímu, je být s ním. Neokecávat, nepřetvářovat se, nepředstírat... protože umírající podvědomě velmi dobře přetvářku (jak dnes vědí i lékaři) vycítí. Jistě, je třeba rituálu, aby se člověk podvědomě rozloučil a něco ukončil. Když jsem se poprvé rozváděl, když jsem pochopil, že manželství už nelze zachránit, zamkl jsem se, aby mne nikdo nemohl vyrušit, a hodinu jsem na koberci brečel. Celou hodinu, abych se dostal „za“ emoci, za pláč, za smutek. Aby se nitro vyčistilo. Proto taky jsou po svatbách i pohřbech, po těch velmi emočních okamžicích života člověka, slavnostní žranice. Endorfiny, vyplavené konzumací jídla, zklidní psychiku a smutnou událost uzavřou tak, aby už v budoucnu emočně (a tělesně) nezatěžovala.

„To se mám radovat z toho, že někdo umírá?“ zazněla rozhořčená námitka. Ale to je jen povrchní interpretace poplatná společenské zvyklosti. Jde o to, přistupovat k umírajícímu s vyrovnanou, klidnou myslí, protože jediné taková (koherentní, harmonická) mysl poskytne umírající (zmatené, stažené) myslí útěchu: pozvání do klidu a míru.

Ještě to ale posunu – pokročilý člověk by se měl dokázat ze smrti v tom konečném slova smyslu skutečně „radovat“. Jsou známy reakce zenových mistrů, kteří přímo nařídili svým studentům, aby jejich smrt oslavili (a nedávný příklad Ivana Medka). Jsou známy tibetské rituály a nácvik umírání. Ram Dass a Elisabeth Kübler-Rossová zvládli umění jen tak sedět u umírajícího a oba o tom napsali velmi krásné knihy.

Právě tak bychom se i my mohli a měli naučit radovat, když umře někdo, kdo prožil nádherný a smysluplný život (a konejšivému soucitu k tomu, komu se to nepovedlo). A kdy jindy a kde jinde to nacvičit, než když sedíme u umírajícího?

Padnout do pasti slov *umírající* a *smrt* je tak snadné. Stačí však onu past (v programu své mysli, tedy ve svém „softwaru“) objevit a pak se pokusit nacvičit umění z ní vystoupit. Samotné umírání není problém, zvládnou-li je; slovo umírání je problém. „To není dýmka,“ hlásá slavný nápis na Magrittově obrazu dýmky.

Opakuji: budu-li se *problémem* slov zabývat, budu problém sám o sobě nacvičovat (tedy trénovat stažení těla a mysli a následnou neschopnost se uvolnit a to, co vypadá jako problém, prostě vyřešit). V naší civilizaci trénujeme *problémy* s velkou intenzitou a s velkým nadšením padáme do pastí slov. To slova, popisující důsledky zemětřesení nebo neschopnost nějak účinně pomoci, jsou problém. Těmi se zabýváme, místo abychom se rozhodli neokecávat a být (tedy aktivně jednat).

To slova špiní víc než cokoli jiného a víc než sama špína: ta se dá umýt. Neumíme se od slov umýt. Lidská mysl je už (médií a záplavou slov a řečí – vidíte, i já musel použít spoustu slov, abych osvětlil o co tu jde) tak zmatena a dlouhodobě tak ušpiněná (tak dlouho nemytá), a přitom tak fascinována slovy (pouhými nálepkami) namísto jevy, že jsme se ocitli v bludném kruhu propletených slov a máme skutečně vážný problém. Naše slova umírají. Tak jako v hudbě (kde si K. H. Stockhausen před půlstoletím uvědomil, že všech těch not a tónů je už tolik, že přestaly fungovat a že je třeba se vrátit k jednomu jedinému tónu, k jedné frekvenci – a v ní pak objevil další říše) je třeba se vrátit k jednomu jedinému slovu a to znovu uslyšet a pochopit; je třeba si sednout k umírajícímu, ztišit se... a jen tak být. To je jediný možný způsob, jak znovu uslyšet. A znovu možná pochopit, co to je člověk. A že problém není ani život, ani smrt a umírání. Problém je naše přílišné zabývání se problémem.

Tibetští lámové, stejně jako dávní zenoví mistři a někteří současní duchovní myslitelé, vědí, že je možné pojmout život, a právě tak smrt, jako radost. A naznačují i nám, že tohle umění lze, jako ostatně všechno na světě, nacvičit. Také tím, že budeme život i problém (umírání i smrt) brát v zásadě jako radost.

Vnímej zvuk světa

Po příjezdu z Japonska a naivního začátečnického zklamání z toho, že jsem tam nedosáhl osvícení (viz kniha *Český zen*), jsem naštěstí hned vzápětí, roce 1980, odjel do Polska za korejským zenovým mistrem, respektive jeho „školou“ Kwan Um. Když jsem pak o rok později mistru Seung Sahnovi zabouchal na buben (jako odpověď na kóanovou otázku Jaký je zvuk bubnu?), už jsem jako hudebník a bubeník, a zároveň hledač duchovna a buddhista věděl, že právě tohle je má cesta k duchovnosti (a proč a jak se nejen v téhle sektě užívá zvuk). Kwan Um znamená *vnímej zvuk světa*, a hodinové zpívání v chůzi bylo pro řadu českých intelektuálů tou nejtěžší zkouškou jejich lpění na tom, co jim kdy o duchovnosti a zpěvu a hudbě řekli.

Od počátku 70. let jsem se úspěšně pokoušel zůstat svobodný (ten nejsvobodnější půlrok od jara do srpna 1968 se navždy zapsal do myslí naší generace) pomocí rocku a hudby jako takové, a zároveň jsem přepisoval, četl a šířil tehdy první informace o možnosti objevit a kultivovat duchovnost (jóga, meditace, objev zenu). Po roce 1975 jsem už obě tyto činnosti, hudbu (stále tišší a víc „etno“) i meditaci (jóga a po roce 1977 i zen buddhismus) začal intenzivně provozovat souběžně: zjistil jsem totiž, že hudba a duchovnost jsou dvě strany téže mince.

Všechny mé aktivity 80. let se nějak dotýkaly zvuku: dlouhatánská série přednášek (o indické hudbě) a koncertů s tehdy jediným hráčem na sítar Emilem Pospíšilem (viz), série přednášek i článků pro Jazzovou sekci SH (a později Sekci mladé hudby), organizace různých koncertů (nejen mé kapely Amalgam), přednášky pro underground, pokus zahrát na gong v srpnu 1986 (a následná dvouměsíční vazba a odsouzení za poškozování zájmů republiky v cizině). Od dob dospívání jsem přímo fyzicky cítil rozpor mezi tím, co o hudbě říkají dospělí, a co jsme cítili my, účastníci rockové revoluce, která změnila svět (opakuji pro mladší: my jsme na tranzistorových rádiích poslouchali na Radiu Luxemburg Beatles a Who a Rolling Stones a Dylana a Donovana a spol. přímo, prakticky hned, když vydali ten který singl). A tehdy ve mně vzklíčila buřičská věta „Jak to, že nám o tom neřekli?“, a odhodlání s tím, nejen pro sebe, něco udělat.

V jednadvaceti letech jsem těžce onemocněl a ohluchl na jedno ucho. Tím víc jsem utíkal ze světa reálného socialismu a pokrytectví rodičů a učitelů do světa svobody... Pár dnů poté, co jsme v Praze (1986) přivítali, tehdy ještě soukromě, Ole Nydahla (budoucího věrozvěsta tibetské odrůdy buddhismu, a to už jsem měl za sebou celou řadu koncertů i na gongy i v prostorách Národní galerie), jsem v malé cele ruzyňské vazební věznice, kde bylo zakázáno zpívat, stále

dokola, mantricky, zpíval jen pro sebe písničku Simona s Garfunkelem *Sounds of silence*... protože jsem už z vlastní zkušenosti věděl, jak pravdivé je to dvousloví, a jak silná je hudba, která funguje: například ta indická, jen melodie a rytmus, prodloužila život Emilovi o dvanáct let.

Tehdy v Katovicích i ve Varšavě (1981), když zazenisti chodili kolem tělocvičny a zpívali naplno Kwan Seul Bosal (v korejštině jméno bodhisattvy soucitu) a bouchali do tamburín a chřestili nejrůznějšími chřestidly (a čeští kunsthistorici a psychologové a učitelky se první půlhodinku typicky styděli, ale pak kolektivní atmosféra přemohla jejich stud a masku vzdělanosti a i oni se uvolnili a zpíroženěli), to ve mně rezonovalo zadostiučiněním a potvrzením, že jsem si kdysi vybral správně: cestu zvuku.

Právě protože jsem slyšel jen na jedno ucho, musel jsem se víc soustředit a snažit a naučil jsem se vnímat jakési kvazi stereo: šel jsem, přes všechno, co se do mě snažili natlouci učitelé (sed' rovně a ani se nehni, tohle je Beethoven, velmi vážná věc) intuitivně a tvrdohlavě dovnitř, právě tak, jak se to při poslechu jakéhokoliv zvuku má. Opakuji, zatímco oko hledá, ucho nalézá.

Pak jsem si z Holandska (1989) přivezl knihy Joachima Berendta *Nada Brahma* (v překladu Zvuk je Bůh) a *Ucho je cesta*, které mi potvrdily, co jsem si o hudbě a zvuku myslel a co jsem zažíval v šedesátých letech v kostele sv. Jakuba na nedělních varhanních koncertech: hudba je daleko víc, než nám kdy řekli. A o to víc jsem se ve svých článcích a na přednáškách ptával: Jak to, že nám o tom neřekli? To už jsem ledacos věděl i teoreticky a snažil se o to, přes odpor odborníků (nebo jejich pozice mrtvých brouků), podělit.

Dnes píšu o tom, jak by se změnil svět, jen kdyby těhotné ženy celá těhotenství prozpívaly, jak zvuk, hudba a zpěv léčí a povznášejí na cestě k duchovnosti, a právě teď také o tom, jak bylo důležité nikdy nepodlehnout nátlaku a vytrvat na cestě zvuku. A provokuji třeslutými přednáškami na konzervatořích (byl jsem na dvou, která další se odváží si mne pozvat?). Protože kdo se jednou naučí vnímat zvuk světa takový, jaký je, tedy nezkeslený diktátem doby, rodiny, školy, módy, peněz, úspěchu, už vykročil správným směrem. Mimořádně, tamní studentky už mne občas mohou citovat, a má kniha *Hudba jinak* už je součástí fundusu ostravské univerzitní knihovny, zatímco *Tajné dějiny hudby* tam stále ještě nejsou.

Když mne tehdy pustili z vazby (a vrátili mi předměty pro vykonávání trestné činnosti, tedy gramofon a elpíčka a kazety), pustil jsem si doma opatrně minutku *Sounds of silence*, a vybuchl požehnáním radosti z existence právě tak, jako když jsem vyluštil svůj první kóan (jaký lepší důkaz, že hudba a duchovnost jsou dvě strany téže mince, jsem mohl dostat?). Věděl jsem naprosto jistě, že své

předsevzatí z vězení, totiž že nebudu hrát dokud moje vlast nebude svobodná, a pak že naučím Čechy znovu hrát si (na hudební nástroje) a zpívat, splním.

Už je to tady. Dnes, o několik rozebraných knih, CD, a o stovky fejetonů a přednášek a seminářů a koncertů později, svá hesla (a vesla) už ani nemusím předávat jiným, mladším: současná generace už nemusí bojovat o svou vnitřní svobodu (hrát a zpívat) s pokrytectvím dogmatické ideologie (ona se musí utkat s nenasytným konzumem), ale zato si nezapomněla hrát.

Nové současné hudebně duchovní nástroje na hraní, jako jsou hang, futujara, didžeridu, bubny, ale i dešťová hůl a sférická píšťala, jsou toho důkazem. A pojistkou, že přes všechno mediální zglajchšaltování a vnější negativismus (a duchovní materialismus) se někde ve skrytu (možná bych mohl a měl opět po těch letech použít slovo underground) rodí budoucnost, ve které lidé budou vědět, jak moc znamená moci svobodně si zpívat a hrát. Jak moc může a bude znamenat naučit se (skutečně, hlubinně, dokonalosti hudby odpovídajícím způsobem) vnímat zvuk světa.

Doslov

Zatímco ta duchovní část mé osobnosti si užívá a těší, že konečně začne být to, co se snažím naznačovat a předávat, všeobecněji přijímáno, ta lidská realisticky pozoruje, že se do tohoto uspěchaného a stále povrchnějšího světa už nehodí.

Zatímco jsme na silvestrovském semináři zpívali mantru

*Všechno co chceš taky máš,
ticho je tvůj otčenáš,
stačí přestat vyvádět,
klid a mír je rázem zpět,
klid a mír,
klid a mír*

ten vnější, splašenými a stále negativnějšími médii popoháněný a živený svět růstu růstů se už snad blíží k onomu bodu, odkud už to nezadržitelně pofíčí dolů (ve smyslu mého letitého rčení, že ještě není tak zle, aby mohlo být lépe).

Zatímco mí studenti na sobě (někteří pilně, jiní stále omylně) pracují, a pro ně jsem psával své fejetony a blogy, a jim budu odpovídat na jejich správné otázky, má realistická část je si jista, že tak jak přibývá katastrof a zbytečných informací, až přijde čas, nikdo si nevzpomene, že tu už drahnou dobu existují návody a řešení, a pokud ano, v té záplavě povrchností a bulvárních senzací je nenajde. Doma skutečně nikdo není prorokem.

Zatímco já si své kusance štěstí užíval od svých pětatřiceti let plnými doušky, moc bych přál všem nadšeným a konzumací nezkaženým mužům, aby neztratili elán a chuť imponovat a tolerantně budovat, a všem dychtivým (a vůči tak lákavé spotřebě zbytečností tak náchylným) ženám, aby ubránily svou ženskou schopnost hladit a přijímat (ale ne hromadit), a inspirovat své muže. A aby začaly měnit svět tím, že začnou chválit své muže a změni způsob, jaký se u nás rodí děti.

Všem přeji neutuchající touhu po poznání a umění vnímat jiné a překvapivé názory nepředpojatě, bez onoho tak běžného namočení „rozumu“ v emocích. Hodně té jiné, povznášející a probouzející klidné hudby, a pro ty nejsnazivější i otevření hudby sfér (v každém uchu a zvuku).

A nám všem přeji co nejvíc těch, kteří dosáhnou poznání sebe sama a posléze i osvícení. K čemuž jsem se vši silou snažil přispět vším, co jsem dělal.

Obsah	
To tě neuživí	4
Pěstujme si disidenty	5
Mamografy a jiná solária	8
Přepych a moc	9
Na vlně	12
Chvála přítomnosti	15
Ženy a blahobyt	17
Kvo kvo kvóty	19
Desatero předpokladů na cestě ke skutečnému ženství	21
Permanentní vzpoura	22
Hudební tsunami	24
Ono se chumelí	27
V příštím životě ženou	28
Desatero šťastného mateřství	31
Muži to mají těžší	32, 35, 37
Hojnost	40
Žáci nenávidí matematiku	43
Oddělená výchova dívek a chlapců	48
Desatero šťastného manželství (verze pro ženy)	50
Šťouchátka	52
Hlubší souvislosti	55
Pupek	57
Dobře porozen	59
Samozřejmost?	61
Tibetská kadibudka	63
Desatero budoucím rodičům	66
Kusanec štěstí	68
Rozlité mléko	70
Meditace prací	73
O ničem	75
Radost v e-mailu	77
Prohry a testosteron	78
Nevěra	80
Bez ohledu	82
Pečovat	84
Jako housky na krámě	86
Kalhoty	88
Výpisky o ženách	90
Co je za hudbou	93
Jednou budem dál	95
Dárek nad dárky	98
Deset tisíc hodin	99
Spíše ty nectnosti	101
Kvalita	104
Jednoduchý zen	106
Instrukce pro zájemce o duchovní cestu	109
Já a Bůh	110
Problém slov	112
Vnímej zvuk světa	115

Všechny mé předchozí knihy a časopisy
jsou k přečtení na www.baraka.cz

Všechny mé fejetony a úvahy na
blog.baraka.cz

Kontakt: barakan@volny.cz