
KAPITOLA XII



NOVÁ DOBA PORODNÍ PO DESETI LETECH

Jestliže přivítáme dítě s takovou slepotou a nepochopením,
nemůžeme se divit, že svět je takový, jaký je.

Frederic Leboyer

Vědecké argumenty a logika nemusejí znamenat nic, dokud porodníci nezmění svou víru.

Henci Goerová

Musel jsem zapomenout na všechno, co jsem se naučil. Musel jsem se vrátit
k úplným začátkům, jít zpět k podstatě přirozenosti a nechat konkrétní tělo,
konkrétní ženu a konkrétní těhotenství fungovat jejich vlastní rychlostí. Pamatujte,
že pokud jste vystudovali mezi vlky, budete mít tendenci také jako vlci jednat.

Dr. Tom Brewer

Matka, která odmítá ho-
lení, je podle mne de-
mentní. Poloha vleže je
pro matku samozřejmě
nepohodlná. Ale nám se
při ní dobře pracuje.

*Prof. Z. Hájek, DrSc.,
veterán českého porodnictví
z porodnice u Apolináře*

JAK SE RODÍ U NÁS

Když byl v rámci diskuse nad výsledky konference Přivádíme děti na svět promítnut výukový film Ministerstva zdravotnictví z 80. let, šokovaní přítomní, zvláště muži, téměř odvraceli oči. Bylo to horší než horor. Jak vyplynulo z následné diskuse, tento instruktážní film se stále promítá studentům na středních i vysokých školách. Velmi názorně předvedl onen odosobněný, ve svých důsledcích naprosto necitelný přístup lékařů k ženě-rodícíce. Detaily holení pubického ochlupení, nástřihu hráze, aplikace anestezie atd. byly tak věrohodné, až mrazilo. Na závěr jásal optimistický komentář: ... *a šťastná žena čeká, až jí přinesou ukázat její dítě!* Ale na plátně přitom bylo vidět bledou, nehybnou, zdrogovanou bytost bez sebemenšího zájmu o cokoli. Marsden Wagner to vidí jasně:

Lékaři nahradili u normálních porodů porodní asistentky, ale výsledky výzkumů ukazují, že porodní asistentky poskytují bezpečnější péči. Nemocnice nahradily domov, ale výsledky ukazují, že pro normální (fyziologické) porody jsou domov a porodní centra umístěná mimo nemocnici stejně bezpečné a vykazují v průběhu porodu méně zásahů, které nejsou nezbytné. Členové rodiny byli z procesu porodu vyřazeni a nahrazeni nemocničním personálem, ale výsledky výzkumu prokazují, že, jsou-li přítomni členové rodiny, porod je rychlejší, snazší, méně bolestivě pocítovaný a doprovázený menším počtem komplikací.

Jak vypadá situace v českých porodnicích na počátku třetího tisíciletí? Dvacet pět let po objevech Leboyera, Vernyho a Odenta? Situaci se v roce 2000 rozhodl zmapovat výzkum,

Většina českých porodnic jsou spíše nemocnice a přes vnější »kosmetické« změny v nich profesionálové nezměnili postoj: porod je pro ně stále nemoc. Jsem přesvědčen, že mnohé zdravotní a psychické (a následně sociální) zdánlivě nevysvětlitelné problémy mají svůj původ v porodních traumatech a že právě informovanost by velmi přispěla k pochopení a tím i tolerování chování a jednání mnohých, které (a kteří) žijí s pocity viny.



pořádaný společností APERIO ve spolupráci se Střediskem empirických výzkumů (STEM) a pod záštitou nadace Open Society Fund. Výsledky jsou smutné, fakta pádná.

Tato slova pronesl Marsden Wagner v roce 1999 na konferenci *Porod je duše a tělo* ve Špindlerově Mlýně:

Současná péče v mateřství ve střední Evropě používá přísný lékařský model, který nazírá na těhotenství a porod jako na rizikové události a jehož základem je lékařská péče a lékařské vedení. Péče je organizována odshora dolů. Je ironií, že navzdory politickým změnám, které ve střední Evropě v posledních letech proběhly, demokracie ještě nevstoupila do zdravotnického systému a do nemocnic, v nichž stále vládne diktátorská hierarchie. Šéflékaři mají vždy poslední slovo a porodní asistentky nejsou o nic víc než pouzí služebníčci. Rodiči ženy a jejich rodiny si stále nemohou volně vybrat, kde chtějí přivést na svět své dítě, a nemohou volně rozhodovat, co se bude dít s jejich dětmi ihned po porodu.

Otevřenost a samozřejmost, s jakou neuvěřitelně otevřeně kritizoval to, na co se ženy samotné zatím ani neodvážily pokázat, příjemně šokovala. Wagner pokračoval:

Takový medicínský model není pro současnou střední Evropu vhodný hned z několika důvodů. Za prvé je třeba vzít v úvahu výsledky vědeckých výzkumů, které dokazují, že zacházet s těhotnými ženami jako s pacienty je nevhodné. Rutinní holení pubického ochlupení nemá jiný důvod než rodičku ponížít a uvést do role pacienta. Rutinní podání klyzmatu v podstatě jen zvýší nebezpečí infekce a v ženě opět zvýší pocit méněcennosti. Požadavek, aby porodní asistentky a lékaři nosili ústenky a empíry nemá vliv na nižší výskyt infekce, spíše pozvedne důležitost personálu a vytvoří ještě větší propast mezi jím a rodičkou. O tom, jak je nevhodné provádět rutinní epiziotomii, se již všeobecně ví.*

Jak ukazují výsledky výzkumů druhé poloviny 20. století, současný model je nevhodný a naznačuje nutnost zavedení sociálního modelu do zdravotnických služeb. Zatímco medicínský model se domnívá, že příroda je nedokonalá a člověk ji může v mnohém vylepšit, sociální model vzdává poctu přírodě a domnívá se, že zásahy navržené člověkem by měly být použity pouze jsou-li pádné důkazy o jejich prospěšnosti. Zastánci sociálního modelu soudí, že porod je výsledkem evoluce trvající miliony let. Naše chápání porodu je stále neúplné.



MUDr. Kavan se jako první z českých porodníků znám »omluvil« za to, jak rodil, než si uvědomil, že všechno je jinak. Dvanáct let pak stál v čele porodnického oddělení vrchlabské nemocnice, kam jezdily porodit ženy z celých Čech. Jenže, jak mu prorokoval i Marsden Wagner na konferenci v roce 1999, ani u nás žádný dobrý skutek nezůstane nepotrestán. I on dnes ví, že kromě výjimek (viz str. 247) se totiž naprostá většina žen jakoby vzdala privilegia šťastného, zdravého a orgasmického porodu, a přestože už jsou známy negativní důsledky takového rozhodnutí, pasivně nechává tento zážrak zrození na mužích, porodnicích.

* Důkazy pro všechny zmíněné body je možné nalézt v literatuře.



„Epidemie nemocí a poruch imunitního systému, depresí, úzkosti, násilí a sebevražd, zachvacující naše děti, má své kořeny v traumatu porodu. Porod je totiž proces, ne jednotlivá událost. Začíná početím a končí završením prvního roku dítěte. Novorozenci jsou vědomé bytosti a matka je s dítětem v unikátním symbiotickém spojení,“ tvrdí Suzanne Armsová, mezinárodně uznávaná filmařka, fotografka a dlouhodobá aktivistka hnutí za přirozený porod. Její kniha Immaculate deception z roku 1975 se připravuje i v českém překladu.

Vždyť my stále ještě nevíme, co je spouštěcím momentem porodu!

Když se lékaři rozhodli, že nově narozené dítě je třeba okamžitě vyšetřit a odebrali ho matce, přerušili tak velmi důležitý proces navazování prvního kontaktu, což může nepříznivě ovlivnit další vývoj dítěte.

Lékaři rozhodli, že všechny děti, které váží méně než 2500 gramů, budou umístěny v inkubátoru, ačkoli mohou sát a dýchat samy. A potom se pečlivým průzkumem zjistilo, že děti umístěné svým matkám na hrudník po celých čtyřiaadvacet hodin (tzv. klokání metoda) rostou rychleji a stůňou méně než podobné děti v inkubátoru.

ZMĚNIT ZADÁNÍ

Vážené čtenářky, jste to vy, které můžete změnit svět. Umíte to, co my muži nezvládáme. Rodit, hladit, milovat. Příroda vám navíc (kromě jiného) dala o 30 % více propojení mezi levou a pravou mozkovou hemisférou. Vnímáte svět holističtější, intuitivněji.

I my jsme takoví, jací jsme, právě proto, že jsme ve velké většině byli zrozeni do oslepujícího světa nemocnic a k mamince jsme se dostali jen na kojení. Pojďme změnit sebe a svět tím, že změním způsob, jakým se rodí naše děti.

Jsou-li například lidé, kteří se starají o druhé, což je činnost pro společnost naprosto základní jak pro zdravý vývoj rodin, tak pro zachování životního prostředí, jsou-li tedy tito lidé – ženy (maminky v domácnosti, učitelky, ošetřovatelky) – podceňováni, jsou popírány i základní vztahy v oblasti sociální politiky. Páni politikové (novináři a ekonomové), nebojte se předefinovat žebříček hodnot a ocenit pečovatelskou a učitelskou práci. Dnes již víme, že každé dítě je potenciální génus a že naše školství, pocházející z 19. století, v dětech přirozenost a talent spíše ubíjí, než rozvíjí. Víme, jak rozhodující je, zda bude dítě vyrůstat v prostředí plném lásky, pohlazení, tolerance, podpory, pochvaly. Dokážeme už dokonce jednoduše napravit poruchy učení a chování (a spoustu následných zdravotních i psychologických potíží v dospělosti), odstraníme-li jejich příčiny: traumatické zkušenosti z porodu, dětství a školy. Pojďme změnit sebe a svět tím, že změním způsob, jak vychováváme sebe i své děti. Podporujeme své dobré učitelky a učitele.

Mimochodem, paní učitelky, i současná psychologie ví, že žáci ve škole plní (i podvědomá) očekávání svých pedagogů. Když si o svých žácích budete myslet, že jsou hloupí a zlobiví a stejně rostou leda tak pro partu, budete za nějaký čas mít, co

si přejete: zlobivé a nespolupracující žáky, kteří se co nejdříve dostanou do nějaké party. Když ale ve svých žáčcích budete vidět budoucí nositele Nobelových cen, také je takové vychováte. Náš svět vypadá tak, jak (nevědomě) chceme, aby vypadal. A když to funguje u učitelů, o to víc to funguje ve vztahu matka – dítě.

Začít můžete třeba tak, že »změníte zadání« svého života. O čem že to mluvím?

Jistě si vzpomenete na společenskou hru, při které hraje hudba a v místnosti je 20 lidí a jen 19 židlí. Hudba najednou přestane a všichni tančící si musí rychle sednout. Na koho nezbude židle, jde ze hry ven. Odstraní se další židle, hudba spustí... atd. Hra končí v okamžiku, kdy zůstane jedna židle a na ní vítěz, obvykle člověk s nejostřejšími lokty. Takhle nějak funguje i naše dosavadní společnost; silnější vyhrává na úkor druhých, malá skupinka se má dobře, ostatní jdou ze hry ven.

Jenže hra je tu pro nás, pro lidi. To my jsme si ji vymysleli, abychom se bavili, ne abychom prohrávali a byli smutní. Každá hra má svá pravidla. Ukazuje se, že stačí změnit zadání hry (na život). V této nové hře je *dovoleno sedat si na klín*. Hudba přestane hrát – a hle, je tu první dvojice. A další. Nakonec zbuduje jedna židle a na ní člověk a jemu na klíně sedí další a tomu na klíně jiný a tak dále. A pak nastane zázračný okamžik: hmota (židle) vůbec není potřeba. Odstraní se poslední židle a v místnosti zbuduje kruh dvaceti lidí, kteří si vzájemně sedí na klíně. Na rozdíl od jiných her všichni vyhrávají. Nikdo nic neztrácí. Všichni se baví.

O tom je to, čemu se nepřesně a z nedostatku jiných pojmenování říká *nový věk* a co dnes žijeme. O tom je nová doba. O nutnosti změny postoje. Šaman nemění svět. On mění způsob svého vnímání světa.

Máme-li kolem sebe jen a jen negativní zprávy, jsou-li noviny a televizní vysílání plné vražd, agrese, násilí a problémů, máme i my v mysli, a tedy i kolem sebe, negace, násilí a problémy. Jsme stažení, nefungujeme, pěstujeme si žaludeční vředy a jiné zdravotní potíže. Začneme-li svět (a začít můžeme porodem) vnímat jako radost, každou zkušenost jako příležitost k učení (podle mého oblíbeného hesla *génium dělá chyby, ale blbec je opakuje*), budeme mít, co zasloužíme. Změňme zadání svého světa. Začneme si klást jiné otázky. Změňme způsob, jakým vnímáme současný svět – a změníme sebe i svou budoucnost. A začít můžeme třeba tím, že změníme způsob, jakým vnímáme těhotenství a zázrak porodu. Začít můžeme tím, že změníme způsob, jakým rodíme své děti. Nová doba porodní už začala.



„Lékařský zásah v nemocnici by měl být připraven jen pro velmi malý počet žen, Každý takový zákrok s sebou nese potenciální rizika. Bobužel i řada lékařů a sester ví o přirozeném porodu právě tak málo jako neinformovaná veřejnost. Pokud by se ženám dostaly všechny informace, zcela jistě by volily přirozený porod. A pokud se rozhodneme začít budovat svět bez násilí, musíme začít od porodu,“ říká Suzanne Armsová.

Je samozřejmě dobré být připravena. Jednou z nejdostupnějších a nejefektivnějších forem prevence fyzických i psychických potíží je jóga.



Protože kapři (tedy porodníci) si lukrativní rybník nevypustí, je třeba se o práva žen na bezpečný porod v tichu a intimitě, nejlépe s porodní asistentkou nebo doulou, přihlásit. Ať už individuálně, s porodním plánem, nebo na demonstraci.

DDT PORODNICTVÍ

Hlasy zatím osamělých odborníků a rostoucí armády postižených jsou jednoznačné: stále jsme čím dál bezmocnějšími obětmi „medicínokoprůmyslového komplexu“ a očividněji špatně nastaveného systému „zdravotnictví“ (rozuměj, „nemocnictví“, protože lékaři se zabývají výhradně nemocemi).

Současné problémy zdravotnictví jsou jen špičkou ledovce zcela nevyjasněných postojů a absolutního nedostatku jakékoliv vize. Lékařům porodníkům a anesteziologům jde o práci (a o peníze až v první řadě, i když např. nepříznávají, že je jich více než před deseti lety, kdy se ovšem rodilo dvojnásob dětí), a nastávajícím maminkám o přirozený (humánní) porod a zdravé děti a budoucnost.

Současné porodnictví mi v něčem připomíná případ DDT. Také velké oslavy konečného řešení všech problémů se škůdci našich zahrad a polí (jak krásná to byla statistická čísla), a za nějakou dobu zjištění, že nejde o spásu, ale spíše o katastrofu, a celé další generace s tím mají dodnes velké starosti. Souvislost se škodlivými účinky tohoto tak populárního insekticidu totiž vůbec není náhodná. Institut pro veřejné zdraví v Berkeley publikoval v roce 2003 studii o plodnosti dcer, jejichž matky byly před třiceti lety vystaveny účinkům DDT. Američtí vědci zjistili, že pravděpodobnost otěhotnění dcery se s každými deseti mikrogramy insekticidu na litr mateřské krve snižuje o 32%. Je zřejmé, že dítě matky vystavené DDT může být nejen opožděno ve vývoji, jak se donedávna tvrdilo, ale vůbec nemusí přijít na svět.

Neexistuje jediný důkaz, že to, jak dnes probíhá porod v továrnách na děti, které se nazývají porodnice, je (kromě několika procent akutních patologických případů) pro ženu rodičku a její dítě bezpečné a prospěšné. Naopak, existují již desítky závažných studií, dokazujících, že téměř všechno na běžném lékaři vedeném porodu (poloha, rutinní přístupy a postupy, odcizení, aplikace povzbuzujících a utišujících prostředků atd.) ženu rodičku a především její dítě ohrožuje a bohužel také někdy na celý život často fyzicky a hlavně psychicky negativně ovlivňuje.

Např.: není-li dítě rodičce okamžitě odebráno a ono se hned přisaje, prsní žlázy začnou okamžitě produkovat některé hormony, které pomáhají dokončení porodu, a zařídí, že se

placenta oddělí a žena nekrvácí. Krvácení se předejde i tím, že se žena ihned po porodu posadí.

Na veřejném shromáždění na podporu samostatných porodních asistentek, na kterém se na prostranství na Klárově v lednu 2004 sešlo asi dvě stě maminek, miminek a několik tatínků (včetně žurnalistů) byla nejdokonalejším a přímo symbolickým vyjádřením tristní situace českých žen-rodíček fena, která volně a svobodně pobíhala mezi lidmi a kočárky a na jednom boku měla sprejem nastříkaný nápis „Rodím“, a na druhém „doma“.

Nejde jen o spor mezi odborníky (finančně zainteresovanými na stávajícím stavu a už z principu nastavení našeho „nemocnictví“ ostře zaujatými proti jakýmkoliv změnám), poslanci a senátory (z nichž většina jsou muži), a tou částí ženské populace, která chce žít v demokracii (s možností svobodně si zvolit, tak jako ve většině zemí EU, způsob porodu). Je totiž jednoznačně prokázáno, že matky, které rodí s porodními asistentkami, mají daleko méně případných komplikací, rodí snadněji a také, vážená vládo a pojišťovno, daleko levněji.

Zatímco každá fena má to štěstí, že může „rodit doma“, tedy v bezpečí známého prostředí, česká žena je většinou nic netušící a propagandou „odborníků“ zmanipulovanou obětí mašinérie systému, který sice proklamuje její dobro, ale ve skutečnosti ji svými pravidly omezuje a na porodnických odděleních „továren na poškozené výrobky“ přímo znásilňuje.

A který se na jedné straně zaštiťuje jediným vybraným statistickým číslem (zeptejte se skutečného a především odvážného odborníka, co všechno nás tohle číslo kojenecké úmrtnosti stojí), ale jiné údaje a možnosti úmyslně zamlčuje. Tak jako kapři, ani lékaři a ministerští úředníci si „rybník“ (svého zdroje obživy a také dnes již téměř absolutní moci nad plátcem-pacientem) nevypustí. Je to na vás, ženy, matky, a dcery, budoucí rodičky. To vy můžete změnit systém, který přestal vyhovovat a fungovat, třeba tím, že si vyhledáte příslušné informace (a nezakreslená a nezamlčená čísla a fakta) a pak do těch porodnic, ve kterých z vás dělají nesvéprávné loutky, a ve kterých z vás tahají děti, prostě přestanete chodit.

Jsem si jist, že za několik let nám lékaři s velkou slávou oznámí, že rodit se má a dá také jinak. Jenže, pokud to nezměníme, oni si, právě tak jako v případě DDT, jen umyjí



Slavná fena, která pobíhala mezi těhotnými i netěhotnými, ale odbodlanými ženami, s nápisem RODÍM na jedné straně svého těla, a DOMA na straně druhé.



I jeden z transparentů výstižně naznačoval příslušným (ne)-zodpovědným, o co šlo a stále jde.

ruce a přepíší učebnice. Ale nám všem, kteří jsme, kdybychom byli porození s úctou a pokorou k životu (ne k plánu mezd a jednomu ukazateli), tedy přirozeně, mohli být např. daleko inteligentnější, zdravější, tolerantnější, ekologičtější a soucitnější, zbudou, tak jako po DDT, na celé další generace jen oči pro pláč a hory starostí, jak se vypořádat s individuálními i celospolečenskými důsledky stávajícího a tvrdohlavého porodnického „sociálního inženýrství“.

HLUBOKÝ POCIT STRACHU

Všichni jsme produkty minulých chyb.

Robert Pollack

O tom, jak hlubinných poškození na celý život se nám dostává špatným (rozuměj, dnes běžným) porodem, svědčí i řada posledních zjištění spojených s výzkumem mozku. Asi nejodvážnějších tvrzení, vyplývajících z možností moderních zobrazovacích metod, jako jsou magnetická rezonance a počítačová tomografie, se dopustil americký vědec Robert Pollack, žák spoluobjevitele struktury DNA Jamese Watsona (v knize *Chybějící okamžik, aneb Jak nevědomí utváří moderní vědu*, Mladá fronta, edice Kolumbus, 2003). Ne každý současný vědec ji asi přečte, aniž by se zastyděl nebo rozčílil (a proč tak reaguje, se dozví, jen pokud ji dočte).



Chlapečci jsou zranitelnější, zvláště pokud jde o emoce. Víme, že emoce se strukturují do šesti let věku, a pak už jsou nastaveny na celý život. Proto je třeba chlapečky (a samozřejmě i holčičky, ale ty si s případným stresem poradí) chválit, chválit, chválit. Stabilní základ emocí se vytváří neustále, ale nejefektivněji příkladem: kluci potřebují vzor, model, hrdinu. Hodinka mužského bubnování (tančícím ženám) je tou nejlepší lekcí mužnosti a rytířskosti, jakou mohou malí kluci dostat.

Jinými slovy, to, čím se vědci dodnes zaklínají, tedy objektivita jejich „vědeckého“ způsobu zkoumání světa, je iluze. Z podstaty samotného člověka, respektive způsobů jeho vnímání reality, totiž vyplývá, jak uvádí Pollack, něco zcela jiného: „Dokonce i vědomý akt poučení se z události je přinejmenším součtem čtyř různých nervových aktivit, které probíhají souběžně v obou mozcích i v jejich společné limbické hraniční oblasti. Kortex pravé hemisféry si na úrovni vědomí ukládá děj ve vztahu k pozorovateli (co pro mne tato událost znamená?), zatímco levá hemisféra si jej ukládá kognitivně jako sadu faktů a pozorování. Souběžně s tím thalamické hodiny se 40 kmity za vteřiny umožní, aby si limbický systém spojil děj s emocionálním afektem.“ Emoce jsou tedy nedílnou součástí i těch nejracionálnějších vypadajících myšlenkových pochodů, a vědec, jakkoliv

dodržující zásady vědeckosti, je pouhý člověk, který si i „při duševní práci (například když vědecky analyzuje fakta) z těchto čtyř projevů mozkové činnosti uvědomí pouze první dva.“ Závěr je pro některé vědce krutý: „Výhradně na vědomé úrovni se tak věda redukuje na směs hry a rituálu, v níž figurují podřízenost herním pravidlům, upjatá vznešenost a svéhlavá naivita.“

Tohle mne ale právě teď nepálí tak, jako jiná zjištění, potvrzující jak zásadní omyly současného systému porodnictví, tak neuvěřitelně komplexně negativní důsledky „vědecky“ prosazené medikalizace porodů. První vteřiny a minuty života totiž každého člověka zásadně programují na celý život například tím, s jakou základní emocí začíná fungovat mozek novorozence. Pokud je čerstvě porozený človíček na bříšku maminky, v šeru a teple, v bezpečí, instinktivně se umí doplazít k prsu a zdroji potravy – a je mu fajn. Je v bezpečí a obklopen péčí. Naprostou většinu z nás ale systém porodnictví odsoudil k negativnímu naprogramování tím, že jsme byli porozeni v ostrém světle, přesněji řečeno vytaženi z většinou anestetiky omámené a mnoha zbytečnými rutinními postupy potupené rodičky ve vnuceně nepřírozené poloze, plácnutí přes zadeček visící hlavičkou dolů, pak různě trápení vážením, měřením, proplachováním očí atd., a pak odvezení na kojenecké oddělení, kde jsme celé hodiny svým pláčem, na který nikdo nedbal, dávali naprosto jednoznačně najevo, jak se nám tento způsob příchodu na svět krutě nelíbí.

Jinak řečeno, v prvních vteřinách a minutách našeho života mozek většiny z nás zjistil, že svět je studené oslepující nepřátelské a život ohrožující místo – a podle toho se zařídil. Ukazuje se, píše Pollack, že „v mozku těch nejmenších dětí je úschovna nevědomých vzpomínek shromážděných v době, kdy jejich vědomí nebylo než změtí ruchů a šumů. Výsledkem je hluboký pocit strachu a zlosti, zaměřený na rodiče, což je reakce na opožděné kojení nebo pozdě podanou láhev, nedostavivší se objetí nebo okřiknutí.“ Na těchto základních emocích se pak dále budují ty stále složitější. Zjednodušeně (a počítačově) řečeno, základní operační systém většiny lidstva (včetně databáze emocí) je nastaven na hodnotu „negativní“. Člověk je většinou (neustále a nevědomě) stažen, čeká útok, ohrožení. Celý život pak v něm vnější události rezonančně budou vyvolávat

Ani po deseti letech snab u nás „porodní dům“ nefunguje jak by měl. Viz zpráva z tisku: Praha, březen 2009 - Pražský Porodní dům U Čápa, který chce těhotným ženám nabídnout alternativu ke klasickému nemocničnímu porodnicím, uspěl se svou žalobou proti ministerstvu zdravotnictví. Městský soud v Praze zrušil pro nezákonnost rozhodnutí ministerstva, které domu zamítlo registraci na provádění porodů za pomoci porodních asistentek. Ministerstvo se tak bude muset požadavkem domu na registraci dále zabývat. Společnost má v Praze 4 porodní dům, kde se však konají pouze školení porodních asistentek a kurzy pro těhotné. Několik let neúspěšně usiluje o to, aby v něm asistentky mohly vést i porody. Ministerstvo zdravotnictví své zamítavé stanovisko, kterým potvrdilo předchozí rozhodnutí pražského magistrátu, zdůvodňovalo nedostatečným věcným a personálním vybavením domu. Podle soudu ministerstvo ani magistrát nepostupovaly v souladu se zákonem. Porodní asistentky, specialistky na péči o ženu v průběhu normálního, nekomplikovaného těhotenství, porodu a šestinedělí, v Česku prosazují vznik porodních domů, které fungují například ve Švýcarsku, Belgii a Německu. České ženy, které se nechtějí uchýlit do nemocničních porodnic, zatím mohou родit pouze doma.

V České republice podobně jako v jiných zemích stále roste zájem o služby dul – profesionálních průvodkyní žen v období těhotenství, porodu a raného mateřství. Povědomí o práci dul se v ČR začalo rozšiřovat kolem roku 2001, kdy byla založena Česká asociace dul, jež profesi dule na českou scénu uvedla. První kurz pro dule ČAD zahájila na jaře 2002. Jen v roce 2009 aktivně pracovaly 52 dule ČAD a doprovázely 1319 matek, z nichž 273 rodičkám poskytly podporu také u porodu. Dule jsou připraveny ženy doprovázet při jakémkoliv způsobu porodu, ať se porod jakkoliv vyvine. S přítomností a podporou dule se rodička například možná rozhodne nežádat o epidurál, na druhou stranu je dula užitečná i pro ženu, která epidurální analgezii využije. Cena doprovodu u porodu se pohybuje v rozmezí 3 000 až 6 000 Kč, vždy zahrnuje 24 hodinovou pohotovost od 14 dní před vypočteným termínem porodu do narození dítěte, konzultace po telefonu či e-mailu, často též předporodní a poporodní setkání. Rodiče také musejí počítat s poplatkem za přítomnost dule na porodním sále v mnoha českých porodnicích, což je skutečnost, která v zahraničí, podle našich informací, nemá obdoby (stejně jako poplatek za přítomnost otce). Dule ČAD se prokazují kartičkou se jménem, fotografií a příslušností k asociaci. Seznam dul je uveřejněn na stránkách www.duly.cz.

Mgr. Vlasta Jirásková

právě tyhle nejhlubší emoční záznamy, které pak, aniž s tím může cokoli dělat, ovlivní i všechny jeho budoucí současné a postoje. „Když znovu prožíváme pocit nenávisti ke komusi mocnému, nebo neopětovanou lásku, znovu prožíváme své nejprvotnější pocity.“

Dnes už prenatální psychologové (na rozdíl od většiny porodníků) vědí, jak devastující pro tělesné a hlavně psychické zdraví budoucího člověka je např. to, že ho jeho matka nechtěla, nebo že v průběhu těhotenství kouřila (či třeba jen občas pila), v jakém psychické rozpoložení strávila poslední dny a hodiny před porodem, jak proběhl porod atd. Dnes už začínáme tušit a prokazovat, jak současný bezprecedentní nárůst agresivity, drogové závislosti, ale i lokálních i globálních sociálních a také ekologických problémů přímo souvisí se způsobem, jakým jsme přišli na svět.

Neexistuje důležitější oblast a moment lidské existence, odkud bychom měli a mohli začít důslednou a všeobsažnou nápravu. Dokud nezměníme způsob, jakým rodíme své děti, budou i další generace jen obětmi obětí nevědomě prožívaného hlubokého pocitu strachu, implantovaného do mozků většiny obyvatel našeho světa (hloupě, vědecky arogantně a zbytečně) samotnými porodnicemi ve jménu objektivní vědy.

Z výše uvedeného plyne jak zatím netušená zodpovědnost žen, matek, a také mužů, jejich partnerů (ale i učitelů a dalších profesionálů, zabývajících se výchovou a vzděláním dětí), tak ale také obrovská a možná i jediná naděje na pozitivní změnu všeho. Píšu a opakuji to již hezkých pár let (ale naši odborníci hrají z finančních důvodů mrtvého brouka, a širší veřejnosti asi nedochází souvislosti): změníme způsob porodu a za tři generace změníme svět. Nebo jinak – dokud právě tohle (a kde a kdy jindy, než právě teď?) nezměníme, základní pocit, který pak bude provázet celé lidstvo na cestě do propasti sebezničení, bude právě onen hluboký pocit strachu.

NEDOMAZLENÍ

Příčemž řešení je po ruce: nejen děti v dětských domovech trpí deficitem lásky a nedomazlením, napsal populární římskokatolický farář Zbigniew Czendlik a uhodil hřebíček na hlavičku. Všichni trpíme deficitem lásky (které se nám nedostalo) a zvláště my muži trpíme následky nedomazlení (protože se to až donedávna pro kluky a muže neslušelo).

Všichni jsme asi viděli fotografie vyděšeného opičátka, které se vší silou tisklo k nějakému kousku chlupaté náhražky na drátěné konstrukci. Právě tento „pokus“ prokázal životní důležitost možnosti být se svou matkou. Být hlazen. Moci se přitisknout. Zatímco většinu „primitivních“ kultur ani nenapadlo oddělovat děti od matek, ta naše to dělá systematicky: už při porodu, pak zvláštní postýlka, v „dětském“ pokoji, pak kočárek, jesle.

„Po dostatku jídla a základní hygieně je třetí nejdůležitějším faktorem zdravého vývoje dítěte něžná milující péče,“ píše dr. Koukolík (všechny citáty z eseje *Neviditelné srdce, něžná a milující péče v knize Josefu Švejkovi je 30 milionů let*, Galén 2002), a v opačném gardu pokračuje: „Teprve nedávno se zjistilo, že součástí řady procesů vedoucích k depresi není jen nedostatek lásky, ale tak prostá skutečnost, že tito dospělí lidé nemají nikoho, kdo by je hladil.“

Souvisí to samozřejmě ještě s další absurditou naší ranné kapitalistické současnosti, tedy s nedoceněním žen coby matek a pečovatelek. Dr. Koukolík oprávněně tvrdí: „Růst trhu altruistickou péčí trestá. Neplatí ji. Považuje ji za něco samozřejmého. Vychovat vysokoškolsky vzdělaného zdravého tvořivého člověka stojí rodiče nejlepší léta života, ale firmy, organizace a stát to berou jako naprostou samozřejmost.“

Aby byla představa téhle absurdity naprosto dokonalá, sáhl i dr. Koukolík k „metafoře: „Představte si reakci obchodníka nebo výrobce, k němuž byste se dostavili se žádostí, aby vám zdarma předal kvalitní nový vůz střední třídy. Nebo opačně, zkuste si představit reakci jakéhokoliv zaměstnavatele, kdyby se před něho postavila matka a řekla – předávám vám své dítě, stálo mne 18 let života, tolik a tolik peněz, je to



Správně, tedy přirozeně porozené děti jsou sebevědomé, přátelské, a milují společnost. Vždyť se narodili, aby byli šťastní, zdraví a zvědaví (jen jim my dospělí nesmíme překážet). Onen starší muž není ani otec, ani dědeček, ale cizinec, který si ovšem nezapomněl brát.



Co se v českém porodnictví za posledních deset let změnilo? - zeptal jsem se Evy Labusové, která svými články aktivně přispívá do různých časopisů, a „křtila“ mi knihu Každá maminka je Mozart: Příbylo modernějších porodních sálů, příbylo porodních asistentek, které se zajímají o normální porod, příbylo informovaných rodičů. Přesto celkově mám dojem, že spíše „přitubuje“ a že pěkně (z hlediska prostředí a vztahů) porodit vůbec není snadné. V určitém ohledu snad i těžší než před deseti lety (zmiňela nadšenecká pracoviště typu Vrchlabí) Například Porodní dům U čápa stále nefunguje, také proto že si ho veřejnost málo nablas žádá. Nějak se raději zabydlujeme v porodech domácích, má to asi blíž ke undergroundovému nastavení, na které jsme z totality zvyklí Aperio po prodělané krizi opět zdárně funguje. Dost také řekne web (www.aperio.cz). Já jsem se osamostatnila, není to snadný způsob existence, ale je svobodný. A dovoluje mi žít v souladu se svědomím i s poznáním. www.evalabusova.cz

spolehlivý, dobře vychovaný, kvalifikovaný řemeslník. Měl byste za mé úsilí zaplatit.“

Společnost nedokáže ocenit a docenit zdravého tvořivého účastníka pracovního procesu, respektive tu dlouhou osmnáctiletou cestu k tomuto ideálu u vedoucí. „Jestliže se svět pokouší dnes převést cokoli na peníze, měl by být natolik fér, že rodičům za celoživotní dřinu alespoň něco vrátí,“ končí své úvahy dr. Koukolík, který stále častěji hovoří o současníkovi jako o homo sapiens stupidus.

Naznačuji, že v dětství nedomazlený člověk si je vnitřně nejistý, rád vybuchuje, argument jiného bere automaticky jako útok na sebe sama, potřebuje autoritativní vedení a ochranu (party, strany, státu), nedostatek pocitu štěstí si nahrazuje zvýšenou konzumací a spotřebou stále nových výrobků a zážitků a zábavy a neschopnost se uvolnit stále se zvyšující spotřebou alkoholu, nikotinu, vepřové, adrenalinových zážitků atd. Nepřipomíná vám to něco, nebo spíš někoho?

Společnost si tak systematicky „vyrábí“ své další a budoucí hyperaktivní děti, ale také násilníky, agresory a nespokojené neurotiky... a je jí to asi stále víc jedno. Také proto, že i ti, kteří ji na všech úrovních řídí, jsou jednoduše značně nedomazlení.

ODEBÍRÁNÍ DĚTÍ

Přes doporučení renomovaných zahraničních odborníků (kteří, na rozdíl od mnoha našich lékařů, sledují nejmodernější vývoj vědy), přes rostoucí odpor rodiček, v mnoha českých porodnicích, jak o tom svědčí samy ženy, když se svěčují se svými zkušenostmi z porodu, stále maminkám odebírají čerstvě porozené děti. Znovu cituji z doporučení WHO: „Světová zdravotnická organizace řadí omezení kontaktu matky a dítěte po porodu mezi praktiky prokazatelně škodlivé, které by se měly vyloučit. Tělesný kontakt s matkou je doporučován i z důvodů psychologických: podněcuje vzájemné seznámení matky a dítěte a poskytuje dítěti důležitý pocit bezpečí. Pro zdravotní stav novorozence je výhodné, když se setkává s bakteriemi na kůži své matky, nikoliv s bakteriemi poskytovatelů péče. Dítě

by mělo být v těsné blízkosti své matky ve dne i v noci a mělo by k ní mít neustále neomezený přístup.“

Důsledky? Stále víc se ukazuje, jak dlouhodobě negativní je nesmyslné odnímání dětí rodičkám hned po porodu (většina z nás prokřičela celé hodiny ve zvláštních místnostech českých porodnic oddělena od svých matek). Ukazuje se, že být takto oddělen od matky (jakkoliv se porodníci zaštiťují medicínskými a zdravotně preventivními důvody) znamená mít s velkou pravděpodobností řadu pozdějších zdravotních, emočních a sociálních problémů. Samozřejmě se k tomu přidávají další zdravotní, psychické a na ně navazující emoční potíže matky.

„Mnozí lékaři a psychologové dnes již začínají chápat, že vztah k matce a rodině není něco, co prostě nastane, ale je spíše výsledkem a důsledkem fyziologických, psychologických a duševních událostí, které začínají v děloze a pokračují v dalších fázích narození. Když je tento jinak přirozený průběh narušen například sérií vyšetření ihned po porodu, tedy odnětím dítěte matce, dojde k něčemu, co jsem nazvala prvotním poraněním, a co je nevědomě navždy vtisknuto do mysli budoucího člověka,“ napsala americká psychoterapeutka a spisovatelka Nancy Verrier.

Jedna novinářka, která mimochodem přirozeně porodila a píše o porodech, popsala svou nedávnou zkušenost a střetnutí s negativně posunutým vztahem maminek k porodům u nás: „Při venčení psa na hřišti, kde se scházejí maminky na mateřské, jsem se ocitla v kráteru rozhovoru, sestávajícího z líčení hrůzostrašných zážitků z porodnice. Matka, která v porodnici trpěla nejdéle, nejvíce hodin strávila na porodním sále, a nakonec i omdlávala bolestí, požívala současně nejvyšší kredit v očích ostatních matek. Přece se nezměrným utrpením zocelila v ženu!“

Znovu: takto (tedy negativním psychickým stavem těhotných žen, medicínským porodem, odebíráním dětí ihned po porodu, nedostatkem informací o správné a citlivé výchově atd.) poškozené děti pak v dospělosti mívají poškozené děti. A ty dorostou a stanou se z nich možná úředníci a horlivé sociální pracovnice, které odebírají jiným lidem děti. A začnou klást rodině překážky. „Ve veřejném prostoru se podpora rodičovství stává pouhou proklamací,

Za posledních deset let se rozhodně zásadním způsobem změnila atmosféra v porodnicích a komunikace mezi ženami, resp. rodiči a zdravotnickým personálem. Ve většině porodnic už mají bohaté zkušenosti s porodními plány, protože ženy si je často nosí. Sice se pořád projevuje autoritativní přístup, ale už to není tak násilné, spíš manipulativní, což samozřejmě pořád ještě není ideál. Zjednodušeně řečeno přibylo úsměvů, ale zároveň i lží a manipulací. Změnil se přístup společnosti i zdravotníků k fenoménu porodu doma, navíc porodů doma výrazně přibylo a přibývá. Hnutí za aktivní mateřství se podařilo zejména uvést v život českou verzi Světového týdně respektu k porodu, příští rok už pošesté. A co já osobně výrazně pocítuji a těší mě to, H.A.M. získalo respekt u odborné veřejnosti! A když se něco semele, volají si novináři pro vyjádření i k nám.

Petra Sovová, Hnutí za aktivní mateřství

H.A.M. nedávno vydalo velmi pečlivě sestavenou a jen osmnáctistránkovou příručku Cesty ke spokojenému porodu: Informace pro volbu zdravotnické péče. Napište si o ni, vyzvedněte si ji třeba na některé z dalších akcí (či na dalším ročníku Světového týdně respektu k porodu).

jejíž obsah je naplňován přesně opačně. Stát ve skutečnosti rodičovství trestá. Narozením dítěte počíná úřední buzerace, maskovaná tzv. rodičovskou odpovědností, od prikazování jména, obtěžování s pasy až po dohlížení orgánu péče o dítě atd.,“ napsal advokát Václav Vlček.

Pokud vám tedy, milé ženy, dítě při porodu hned odeberou, pokud jste informovány běžnými médii (a filmy), které zhusta jen papouškují zastaralé mýty, a pokud máte na své porody jen ty běžně nepříjemné vzpomínky, pak se nedivím, že na tom budete třeba jako Veronika Žilková, která v rozhovoru na otázku „Když jste se dověděla, že jste znovu těhotná, byla jste šťastná?“ upřímně sdělila: „Ani ne. Představila jsem si těch devět měsíců, jak mi bude zle, jak přiberu. Kynou mi prsa, břicho mám, jako bych spolkla menší merunu, otékají mi nohy. Nic hezkýho.“ A dodala, při vši úctě k energii, s jakou se pere se životem a mateřstvím, tu nejhororovější větu, kterou v tomto ohledu mohla dodat: „Nemám se teď ráda.“

Přitom by stačilo změnit panující oficiální (mužský) názor, postoj k těhotenství a porodu. Přitom nikdo z oněch odborníků, kteří odebírají děti, nepřizná, že i on je jen obětí (protože jako novorozenec celé hodiny prokřičel, když byl odebrán mamince). Vše by přitom mohlo být, a docela snadno, zcela jiné. Příjemnější. Zdravější, bezpečnější. Se všemi individuálními i celospolečenskými pozitivními důsledky z toho vyplývajícími.



Někdy stačí podívat se na obvyklé fotografie z běžného, tedy nemocničního porodu, a pak je srovnat s fotografiemi šťastných novorozenců, například porozených do vody. Tato kniha je jedna z těch, které zúšlechťují své čtenáře a čtenářky.

STOLETÍ BEZ LÁSKY

Stav světa odjakživa inspiruje k úvahám o příčinách negativních trendů a jevů kritiky a pesimisty právě tak jako optimisty a utopisty. Internetové vyhledávací možnosti dnes historikům poskytují nebývalou možnost porovnávat obrovská množství informací a pokoušet se nalézt nějaké souvislosti. Už se lze odvážit myslet v kontinentálních a dokonce globálních měřítcích. Mnozí se zamýšlejí se i nad otázkou, proč bylo 20. století obdobím obrovské míry násilí. Píší např. o korelaci mezi etnickými konflikty a hospodářskými faktory. Násilí v minulém století je prý nerosozumitelné, pokud ho nestudujeme v jeho imperiálním kontextu.

Nabízím poněkud alternativnější myšlenku: co když prvotní příčinou rozmachu násilí v 20. století byl nárůst medicínského způsobu porodu?

Až do 20. století bylo porodnictví spíše určitým typem všeobecné lékařské praxe a rozhodně nebylo chirurgickou specializací. V první polovině 19. století byli prý porodníci ještě „velmi konzervativní a do průběhu porodu zasazovali velmi zřídka“(!) Radili svým studentům, aby v rámci své budoucí praxe nechávali, pokud půjdou k porodu, své lékařské brašny s nástroji raději doma a aby se vystříhali netrpělivosti.

To se ale, z našeho hlediska bohužel, ve 20. století změnilo. V Británii i v USA se odborné porodnické zásahy začaly stávat módou. Nepřírodním důsledkem bylo, že počet lékařských zásahů v nemocnicích postupně narůstal. Na počátku 19. století to byla 3%, později 20 a 30% a v první třetině 20. století to již bylo 50% případů. Anglický porodník James Young na konferenci ve Spojených státech již v roce 1936 proto hovořil o zbytečných a velmi nebezpečných „orgiích“ zásahů. Od 20. let minulého století navíc porodníci v mnoha zemích začali systematicky očerňovat porodní asistentky a porodní báby. Tyto útoky nebyly ani oprávněné, ani ospravedlnitelné, avšak byly velmi efektivní. V roce 1948 již ve Spojených státech 95% žen rodilo v nemocnicích. Ve Velké Británii bylo tohoto stavu dosaženo (také díky nedostatku lůžek v nemocnicích a specialistů) až v roce 1955, u nás v 60. letech.

Zpět k porodům. Čím horší a delší stres těhotné ženy, a čím více lékařských zásahů, tím horší a traumatictější porod, tím více zdravotních a psychických komplikací budoucího dítěte. Zvláště chlapečci pak v dospělosti postrádají niternou jistotu, a brání se vnější agresí, účastí v partě, ve straně, v armádě, a obdivem a poslušností k veliteli nebo k diktátorovi. Když je muž vnitřně nejistý, brání se agresivitou a vymýšlí další způsoby, jak zabít toho, s kým nesouhlasí, ještě efektivněji. Sám o sobě by nebojoval, ale má na to zbraně.

První světová válka poznamenala skoro celou Evropu a předznamenala další vývoj od války k válce. Za jednu další generaci začala druhá světová válka. Jedna prověřená souvislost: když nemá těhotná žena co jíst a když dlouho-



Každé dítě přímo nasává (většinou povědomě) informace a učí se ze všeho: i z klidu či neklidu otce. Je-li navíc tolerováno a netrestáno za chyby, ale chváleno za to, co se mu podaří, a je-li s ním jednáno vždy s respektem, přiměřeným jeho věku, pak je všechno v nejlépeším pořádku.



Američan Henry Marshall měl dosti těžké dětství s autoritativním otcem, a dosti dlouho se mu nedařilo se s tímto negativním dědictvím vypořádat. Když ale začal zpívat mantry, a potom skládat melodie na klasické texty v sanskrtu (aby se nám všem lépe zpívaly), pomohl nejen sobě, ale dnes už desítkám tisícům lidí na celé, (západním) světě. Dnes žije v Holandsku (naučil se holandsky), učí jógu, stará se o své i vyžehněné dnes už dospělé děti, a zpívá a nahrává písně, které léčí a povznášejí. Vyprávěl mi o tom, že zná osobně několik desítek maminek, které zpívaly mantry po celé období těhotenství, ale i u porodu, a dnes je zpívají s dětmi. Ne že by například u večere nedocházelo k mezigeneračním sporům, ale děti se přou s rodiči ne o to, jestli zpívat mantry nebo ne, ale jestli zpívat rychleji nebo pomaleji.

době trpí, rodí se menší a psychicky poškozené děti. V Holandsku za dvacet let od období válečné blokády a hladu dramaticky vzrostla kriminalita.

Mimochodem, co se týče poškozování budoucích generací již v těhotenství, dalo by se např. psát ještě o vlivu kouření: dnes víme, že kouření dědečka a babičky negativně zdravotně ovlivní v dospělosti vnoučata. A také o neblahých psychických důsledcích kasárenského drilu ve školách a během povinné vojenské služby, chemickém a elektrickém znečištění prostředí, a dnes i o obrovském vlivu médií, negativně popisujících realitu, které v další generaci vychovávají další násilníky. Násilné chování je totiž, jak dnes víme, naučené. Co asi budou za deset let v nějaké životní krizi dělat kluci, kteří v dětství zažili válku v Jugoslávii? Malí Afgánci, Čečenci, Palestinci, Kašmířané, Súdanci, či Íráčané? Proč se asi tak snadno dají vyprovokovat k násilí v Evropě žijící mladí muslimové, rozeštvávání soukromými televizními kanály? Špatně porozený a tak niterně nejistý člověk, muž (chybí i běžně dostupná duchovnost), má dobyvačně agresivní vztah ke všemu, čeho se obává, tedy i k přírodě (děloha je prvním ekologickým prostředím). Proto i současná ekologická krize.

Podle Michela Odenta (viz vynikající a přehledné stránky www.wombecology.com) se dnes, „díky“ medicínským zásahům a následnému přerušení přirozeného průběhu porodu, rodí již několikátá generace *bez lásky!* Rozuměj, bez hormonu lásky oxytocinu (protože při lékařsky vedeném, přerušovaném a tedy zpomaleném porodu je rodiče následně aplikován oxytocin umělý). Ženy matky pak nenalézají ten správný mateřský pud a vztah ke svým dětem, jejich synové následně nenalézají vnitřní (sebe)jistotu a dcery schopnost zdravě a šťastně porodit. A tak dále a tak dokolečka. Jsme všichni obětí obětí a dokud nám to nedojde a nezačneme to měnit, bude stále hůř.

I v předchozích stoletích těhotné ženy trpěly a i tehdy se rodily postižené děti. Ale ve spojení s dramatickým nárůstem počtu lékařsky vedených porodů, a s tím související stále efektivnější válečnou a propagandistickou mašinérií a také mužskou glorifikací válečníků a násilníků (dějiny Evropy a světa jsou dějinami války a násilí), byly a jsou dlouhodobé negativní důsledky těchto mužských zásahů do přirozených

procesů a společenských trendů právě ve 20. století stále zřejmější.

Možná by se takto dala vysledovat přímá souvislost mezi nárůstem např. císařských řezů (a použití kleští a aplikací epidurální analgezie atd.) - a nárůstem agresivity, drogových závislostí a neschopností politiků si naslouchat a domluvit se. Co když si již sto let systematicky „šlechtime“ budoucí násilníky, teroristy a agresory jen tím, že rodíme násilně, v mužském tempu a mužskými metodami? Poškození pak v další generaci vyprodukuje ještě víc poškozené.

Lze si jen přát, aby, když to dobře dopadne a začneme to měnit, bylo 20. století v budoucnosti výstražně označeno jako „století bez lásky“. Lze si jen přát, aby už děti našich dětí s nepříjemným a smutným překvapením zjistily, jak jsme byli v tom 20. *století bez lásky* zaslepení a nevíšmavě a ignorantsky hloupí, a že stačilo změnit způsob, jakým se rodí děti, aby se změnil svět.



Henry u nás koncertoval již vícekrát, a v Brně jeho koncerty pořádala Petra, která se kdysi rozhodla, že vystuduje porodnictví (je asistentka a dula). Mantry zpívala i v těhotenství.

HLÁSÍM SE O NOBELOVU CENU

Další vražda čtrnáctiměsíčního dítěte vyvolala další plané mediální dotazování psychologů. Jedna psychologka prohlásila, že „způsob útoku naznačuje, že žena může trpět poruchou osobnosti nebo mohla být pod vlivem drog“, a v rozhovoru s psychiatrem Zdeňkem Bašným zazněla slova: „Buď je psychicky nemocná, nebo jde o patologickou osobnost bez schopnosti lítosti nebo bez mateřského pudu“. O kousek dále odpověděl psychiatr na otázku, jestli tak může jednat i žena, která nikdy neměla patologické sklony a těhotenství bylo chtěné, a jakou roli mohou hrát poporodní deprese způsobem, který mne nadzvedl ze židle a přinutil k sepsání tohoto článku: „Je to velmi vzácné, ale poporodní deprese mohou vést k zabití dítěte. Kdybych ale věděl, čím to je, tak mám Nobelovu cenu.“ Odpovím jak jemu, tak výboru pro udělování Nobelových cen.

Vezměme to po pořádku: Je-li dítě porozeno traumaticky, tedy je-li rodička lékaři a personálem porodnice strašena a vyrušována, je-li porod urychlován, nebo šlo o císařský řez, má to často celoživotní (nejen psychické) následky. Například (protože nedošlo, jak k tomu dochází u přiro-



Vzpomínáte na písničku v podání Marty Kubišové „Všechny bolesti utiší láska“? Nad a kdysi zvládla brú na didžeridu (i cirkulární dech), a dnes coby dula pomáhá rodičkám nejen svým klidem a odborností, ale je-li třeba, i bolavým žádům (a zmožené psychice) svých klientek vyluzováním frekvenčně velmi bohatých a blubokých tónů tohoto původně australského nástroje. Její motto by mohlo znít: „Všechny bolesti u porodu odstraní didžeridu“.

zených, tedy nemedicínsky vedených porodů, k produkci koktejlu hormonů, které rodičku posílí na úrovni tělesné, ale i duševní a zdravotní) v budoucnu taková žena bude mít pravděpodobně potíže s počítím, s přijetím těhotenství a jeho hladkým optimálním průběhem, potíže při porodu, vyžadující medicínský zákrok... a lékař pak bude moci konstatovat, že „neměla mateřský pud“ (a celé se to zopakuje v další generaci, pokud jde o holčičku, a pokud jde o chlapce, ten pak v dospělosti bude pravděpodobně postrádat schopnost vcítit se do jiných a bude muset být bez lítosti agresivní). Mateřský pud se ale naplno otevírá právě přirozeným (ne obvyklým, tedy operativním) porodem (se všemi tak složitými na sebe navazujícími hormonálními procesy). Ženy, které mateřský pud nemají, o něj byly (ať už přímo, nebo v další generaci) připraveny pány porodníky a jejich vírou, že těhotenství je nemoc a porod jako operace je její léčbou.

Zadruhé, poporodní deprese (a laktační blues a další „moderní“ potíže) se začaly masivně vyskytovat až poté, co byly zavedeny povinné porody v nemocnicích (se všemi dalšími medicínskými a chemickými zásahy). Prakticky se nevyskytují u domorodých žen a u těch, které porodily přirozeně.

I další tvrzení psychiatra je typickou ukázkou mužského nepochopení skutečné příčiny problému: „Porod jako zátěž někdy spustí dosud skrytou duševní poruchu. Velkým vyčerpáním může dojít ke zkratovému jednání.“ Hm. Přirozený porod nekončí vyčerpáním, naopak, ženy, které měly to štěstí, vypovídají o přílivu energie a orgasmu. Perlou je ovšem další věta: „Odmítání dítěte je po porodu poměrně častý jev, ale nekončí zabitím.“ Zásadně nesouhlasím s apatií a klidem, s jakou tohle lékaři a psychiatři JEN konstatují, aniž by se snažili pátrat po příčině. Naopak, právě to, že ženy děti po porodu často odmítají, je nepřímý důkaz, že je něco špatně: že porod bývá medicínsky násilně přerušen, dokončen za ženu, a tak bývají přerušeny a zablokovány ony hormonální procesy, které doprovázejí porod přirozený, a které jsou zárukou, že se pak neobjeví poporodní deprese nebo absence mateřského pudu.

Hlásím se tedy o podíl na nějaké té budoucí Nobelově ceně, protože jakmile odstraníme příčinu (zcela nevyhovující, mužsky agresivní styl porodnictví, který ovšem navazuje na

neúctu společnosti k mateřství a dětem) a začneme prosazovat léčbu (malé porodní domy, porody doma, a nebo přebudování nemocnic na jakési porodnické hotely, ve kterých budou moci ženy rodit „jako kdyby byly doma“), zcela jistě se počet žen, které nemají mateřský pud (nebo jsou pak pronásledovány poporodními depresemi) začne pronikavě zmenšovat.

Protože ale již téměř patnáct let čerpám z prací porodníků a psychologů Thomase Vernyho, Petera Fedora-Freybergha, Frederica Leboyera, Michela Odenta a Marsdena Wagnera, samozřejmě bych se s nimi rád o cenu podělil. Všichni bychom se pak mužsky pádně zasadili o to, aby byl výbor, udělující Nobelovy ceny, rozšířen o nejméně 50% žen, a další Nobelova cena pak bude jistě udělena ženským průkopnicím přirozených porodů, jako jsou Ina May Gaskin, Penny Simkin, Ingeborg Stadelmann, Henci Goer, a ty pak vahou svých osobností zcela jistě donutí zodpovědné, aby všechny státy udělily nějaké to vyznamenání místním průkopnicím přirozených porodů. U nás by to zcela jistě byly jak porodní asistentky Ivana Königsmarková a Zuzana Štromerová, tak Ludmila Mojžíšová in memoriam, ženy z Hnutí za aktivní mateřství Petra Sovová, Marie Vnoučková, či zasloužilé a statečné matky, které porodily a rodí doma, např. Johanka Kubaňová a další. Rozumějte, všechny jmenované musely a bohužel stále musí bojovat za „přirozené“ právo žen rodit doma a v intimitě a prosazovat, co by mělo být normální, vůči tuhému odporu systému, resp. mužů porodníků.

Tvrzení v titulku rozhovoru, který komentují, tedy „Jsou ženy, které mateřský pud nemají“, je profesním selháním mužů porodníků, a také jeden z porodnických mýtů, který je třeba co nejdříve napravit. Každá žena má v zadání svého těla a existence mateřský pud, jen je třeba jej (přirozeným porodem) nastartovat právě tak, jako v pubertě hormonálně startuje pud sexuální.



Rodičky, většinou vystrašené lékaři a množstvím vyšetření, mají kvůli stresu (navíc posilovanému zbytečnými snahami ještě před porodem vymalovat a dodělat diplomku) stažené psoasové svaly. Tím se stahuje i pánev (je to vidět i na způsobu, jakým chodí), a děťátko v děložce pak, když se natáčí k porodu, často nemá dost místa. Navíc když se při porodu snaží dostat ven, musí se přímo „protlačit“ mezi těmito dvěma staženými svaly, ale přitom odírá na nich umístěná nervová vlákna – a teprve potom to skutečně začne bolet. A nastoupí anestetika, analgezie, případně císařský řez, přednáší Terence Dowling, který umí několika jednoduchými cviky nobou ony svaly uvolnit, a porod, obvykle traumatický a bolestivý, je rázem hladký a prakticky bezbolestný.



Možností jak zklidnit psychiku je dnes nepřeberně. Pokud ovšem žena (nebo rodička) obvyčejnou relaxaci povýší, například brou na unikátní duchovní nástroj sférickou píšťalu (navíc je to moravský vynález), do oblasti duchovna, získá nejen unikátní zážitek rozšířeného vědomí, ale i neotřesitelné zjištění, že budba a spiritualita jsou dvě strany téže mince. A otevře si tak bránu vedoucí k netušeným (harmonizujícím a léčebným) výšinám.

PSYCHIKA RODIČKY ANEB BÝT (V KLIDU) ČI NEBÝT

Ještě přesněji, být v klidu, ale navíc informována, fyzicky a mentálně připravena, to je, oč tu (v průběhu těhotenství, a především porodu) běží...

Syndrom bílého pláště je termín, označující skutečnost, že prakticky každý, komu lékař měří krevní tlak, jej má vyšší, než obvykle. Prostředí, a „bílý plášť“ Lékaře tlak krve prostě zvýší. Jak asi působí na krevní tlak, a tedy psychiku ženy, prostředí továrny na výrobu miminek, nemocnice (protože právě tam jsou naše porodnice umístěny)? Včetně pocitů bezmoci, neinformovanosti, více než časté arogance mužů porodníků, včetně dlouhých výčtů všeho toho, co by se rodiče a jejímu dítětku mohlo stát, kdyby tam nebyl on, hrdina, spasitel a zachránce, porodník.

Ženy, které neví, že neví, samozřejmě přesvědčovat o výhodách přirozených porodů jen takto, písemně, nelze. Musely by přirozený porod zažít. Musely by zažít rozdíl mezi porodem v nemocnici, a porodem v intimitě malého porodního centra nebo domova.

Bariéry, bez dobré vůle je překonat, jsou nepřekonatelné. Jako když jedna osvětlená maminka šla parkem se svou usměvavou a vrtníci holčičkou uvázanou v šátku na svém těle, a již zdálky zaslechla usedavý pláč nějakého nešťastného dítěte v kočárku. Když ovšem maminku se řvoucím miminem v kočárku míjela, uslyšela jistě upřímnou poznámku: „Chudák děčko!“

Po letech zdůrazňování absolutní priority psychické pohody v těhotenství a především u porodu mne překvapila intelektuálka, která se pochlubila, že to už pochopila, a při druhém těhotenství už neplánuje týden před nástupem do porodnice stěhování a malování. Jenže dodala: Akorát si musím dodělat diplomku.

Vida, po všech těch rocích někdy zdánlivě velmi marného donkichotovského literátského boje s přepevnými mlýny porodnické nadřazenosti na jedné, a absolutním nezájmem, v lepším případě s neschopností číst ze strany žen na straně druhé, jsem se ale konečně dočkal a mohu předat štafetu svého úsilí jiným, povolanejším. Zatímco jsem totiž v úžasu sledoval, s jakým nepochopením řada žen komentovala

diskusi na téma rozhlasové setkání se suverénním a úspěšným porodníkem (nebo zíral na diskusi na internetu, viz blog Pindy o nádherných zážitcích), stačilo jen kliknout v seznamu článků na totéž téma a vida, tam to bylo, ve vši nádhře, kráse a pádnosti. Není co dodat. Vybírám:



A pak přišel největší šok! Připadala jsem si vysílená, chtěla vše "přirozeně" vzdát a toužila jsem po něčem od bolesti a pro urychlení toho nekonečného otevírání. A sestra se zeptala, jestli nemám hlad a nechci se napít a z kapsy vytáhla tabulku čokolády! Ohromeně jsem se zeptala, jak je to možné, při minulém porodu jsem jíst přece nesměla a dostávala jsem kapačkou glukózu, ona mě však ujistila, že je to v pořádku, a porod není operace, takže není důvod, proč se neposilnit. Pořádně jsem se napila a při vychutnávání slaďoučkého čtverečku čokolády jsem si ani neuvědomila, jak krásně se rozběhlo otevírání a najednou jsem měla velkou potřebu tlačit. A to už byl na světě můj syn, vrnícího mi ho položily na břicho a vzdálily se, abychom měli tuto krásnou chvíli s man-želem jen pro sebe. Můj pocit v této chvíli mohu popsat pouze jediným slovem - totální ORGASMUS! Oba jsme s manželem plakali a smáli se a já jsem si až po chvíli uvědomila, že jsem nedostala vůbec žádné léky a kapačky, nebyla jsem nastřížená a porod v poloze, jakou jsem si mohla vybrat sama, byl mnohem příjemnější a také kratší, než ten první, medicínský.

Nádhera, že? Stačila tabulka čokolády, psychika se vrátila do normálu a už to jelo jako po másle. Psychika ženy, to je oč tu běží, vážení nositelé bílých pláštů, a především vážené rodičky. Proto se také těhotenství zcela správně říká *jiný stav*: tělo ženy je tak od 3. měsíce zaplaveno zvýšenou hladinou přirozených opiátů (endorfinů). Pracovně tomu říkám „přírodní způsob, jak zklidnit mozky českých intelektuálek, které mají tendenci porod nastudovat, nejlépe z učebnic patologických porodů“.

Komentář svého rozhlasového setkání s úspěšným mladým porodníkem z naší největší porodnice jsem zakončil jakousi řečnickou otázkou: Není přítomnost muže porodníka (s jeho ryze mužským a často až přehnaně testosteronovým chováním) při tak ryze ženské události, jakou je porod, spíše kontraproduktivní? Za necelý měsíc se mi dostalo kardiálního důkazu opět přímo ze života. Jedna čerstvá maminka, které těsně před termínem velmi pomohl

Když jsem před dvěma roky přednášel na festivalu Dni zdraví v Košicích o Nové době porodní, "unesly" mne mladé ženy z nedaleké vsi a ukázaly mi své rodiny a domečky: všechny se zajímaly a zajímají o přirozené těhotenství, a mnohé z nich porodily doma. Saška Kešelová pilně obstarává i internetové stránky (<http://www.vnimavetehotenstvo.sk>). Uviděl jsem ji opět nedávno, když jsme s Henry Marshalllem na tomtož festivalu zpívali jeho mantry. Saška seděla se svým hudebně velmi nadaným synem v první řadě, a neustále se usmívala tak spokojeně a zářivě, že z ní přímo číselo zdraví a štěstí. Je pro mne žijícím důkazem, že to i dnes jde: porodit doma, zdravě a šťastně, a být, i s dítětem, zdravá a šťastná. Zrodit se z dívky v Ženu.



Dnešní mladé ženy většinou netuší, co znamená stát se matkou, ale kromě těch, které kouří a utrácení za nesmysly, existují i ty cílevědomě kráčející za poznáním sebe sama. A zvládnout nejen žít v nějaké alternativní komunitě, ale navíc mít tam možnost starat se o své dítě tak, jak se jejich rodiče většinou neměli možnost starat se o ně: s plnou vědomou pozorností, v atmosféře bezpodmínečné lásky, a protože žijí v komunitě ostatních alternativců, i dostatečného přídělů dítěte optimálně rozvíjejících stimulů.

orientální tanec v kruhu dalších těhotných žen, vyprávěla později, jak její porod probíhal. Díky tanci se tak zklidnila, že si stihli s mužem ještě dát slavnostní večeři a pak už jeli do porodnice. Vše probíhalo jak má, jenže ouha, vstoupil suverénní porodník a zahlaholil: „Tak maminko, jak to vypadá?“ A porod se v tu ránu zastavil. Po nějaké době onen bodrý muž (ano, byl to, jaká náhodička, právě onen rozhlasový suverén) v tomtéž silovém a netrpělivém duchu pokračoval: „Tak vy se nám neotevíráte. Tak to vám dáme provokačku...“ Žena začala injekci syntetického oxytocinu odmítat, ale úspěšný porodník ji přerušil: „Tak to mi okamžitě podepíšete revers, protože v tom případě neručím za nějaké ty komplikace...“

Testosteronově bodrého porodníka museli požádat, aby odešel, vydýchat to a počkat. Pak se psychika rodičky zklidnila, porod se opět rozeběhl a zdárně skočil bez jakýchkoli komplikací.

Pracovně tomuto jevu říkám „syndrom porodníka“. Ženské myšlení, ženské vnímání času, ženský způsob komunikace, to vše je, jak věděly porodní báby všech věků a kultur, a dnes snad už vědí i dobře informovaní lidé, kteří se zajímají, dosti odlišné od mužského myšlení, mužského vnímání času a mužského způsobu komunikace. Muži porodníci jsou ve škole učeni operovat a zabývají se jen a jen nemocemi (a komplikacemi). Naprostá většina českých porodníků navíc nikdy neviděla nezažila přirozený porod. Muži řeší jakoukoliv komplikaci rychle, přímo, akcí. Jenže žena, její tělo, její psychika, potřebuje zvláště při porodu nechat přírodu fungovat ve svém vlastním tempu (nezávislém na tom, jestli porodník spěchá, protože mu končí směna, nebo je jen mužsky netrpělivý).

Psychika rodičky, to je alfa a omega zdravého přirozeného porodu bez komplikací. Ty z valné většiny způsobují právě mužské prostředí a mužské způsoby jednání s ženami-rodičkami.

Být i u porodu v klidu, vážené současné i budoucí maminky, nenechat si, když už to zatím jinak nejde, muži porodníky a systémem porodnic narušit posvátné chvíle zrodu nového života, to je, oč tu běží.

MAMI, TYS MĚ (NE)RODILA DOMA?

“Přes třicet procent žen v Nizozemsku stále rodí doma,” řekl národu v zemi s nejnižší průměrnou nadmořskou výškou v Evropě Jan Nijhuis, profesor porodnictví z Maastrichtské univerzitní nemocnice. „Jsem pyšný, že Nizozemsko má stále tak vysoký počet porodů přímo doma. Jsme jediný západní stát, kde je toto číslo tak vysoké. Jsme unikát,“ doplnil. Třetina nizozemských žen si vybere tradiční formu porodu na domácím lůžku, místo aby odjela do porodnice, jak je jinde zvykem. Ptáte se, jak je to vůbec možné? V naší době? “Je vidět, že ženy v Nizozemsku stále věří v sílu vlastního těla,” řekla nizozemskému rozhlasu porodní asistentka Beatrijs Smuldersová, zakladatelka Amsterodamského porodního centra, která přednášela v roce 2001 na konferenci *Přivádíme děti na svět* i pražským a českým zájemkyním, a potvrdila to, co čeští „odborníci“ stále odmítají akceptovat: „Těhotenství a porod jsou normální lidské věci, ne zdravotní zákrok.“

Na pražské přednášce Michela Odenta se ke mně přitočila mladá žena a začala mi děkovat za knihu *Nová doba porodní*. Její první dítě, tříapůlletá dcerka, byla sice, přes všechny porodní plány a snahy, ještě porozena v porodnici, ale další dítě, syn, se před dvěma lety narodil, se vši parádou a pozitivními zážitky rodičky, doma. Pyšná maminka mi pak začala vyprávět, jak před čtrnácti dny její dcera chtěla vědět, jak se narodila. Po popisu porodu v nemocnici se zeptala: „A to jako bylo špatně? Tak proč’s to dělala?“ A chtěla pak vidět i místo, kde se narodila. Když uviděla porodnici, řekla: „Jsem krajně nespokojená!“ a dodala: „A příště to zaříd tak, jako s bráškou“.

Jak má po padesáti letech praxe porodníka ověřeno i Michel Odent (*Počet komplikací u porodu roste s počtem přítomných osob*) porod by měl být posvátně intimní soukromá záležitost. I podle něho je ideální porod doma, a jako porodník chodí právě k takovým domácím porodům v Londýně. Jen se svou dluhou, která má už čtyři děti, a umí prý neobyčejně dlouho mlčet. A plete. Porodní asistentky a dudy, které při čekání na stahy a porod klientky pletou (jejichž psychika je tedy vyrovnaná a hladina adrenalinu velmi nízká), jakoby byly zárukou rychlých a bezpečných porodů. Rolí porodníka (u porodu doma v Británii ze zákona musí být „studovaná“ osoba) je většinou jen uklidňovat manžela.



Ona laskavá poznámka v porodnici narozené holčičky „příště to zaříd jako s bráškou“, tedy porod mne doma, nepotřebuje komentář.

„Bude asi ještě dlouho trvat, než objevíme skutečný význam soukromí pro bezpečný přirozený porod,“ řekl Michel Odent na zmíněné přednášce, a zopakoval, co myslí slovem soukromí: „Například necítit se pozorováni. Když se cítíme být pozorováni, stimuluje se náš neokortex, a porod se zpomalí nebo zastaví. Musíme být tedy opatrní, abychom do prostředí matky nezačlenili žádné zařízení, které by maminka vnímala jako pozorovací, například kameru. Přitom kamery jsou běžně přijímány bez jakéhokoli zvážení jejich dopadu na psychiku rodičky. Podobně tak i různá lékařská zařízení, například elektronický fetální monitoring. Existuje velký počet studií dokládajících, že používání tohoto monitoru má za následek nárůst počtu císařských řezů. Lékaři z toho bohužel toho dosud neudělali žádný závěr. Nebyli schopni tomu uvěřit.“

„Pokud bych měl shrnout, co jsem se za ta léta naučil,“ dodal Michel Odent, a nastavil tak zrcadlo masovému českému porodnictví, „tak musím říci, že nejsnadnější a nejbezpečnější porod nastává ve chvílích, kdy u porodu není nikdo, kromě tiché porodní asistentky nebo dudy. Jinými slovy, počet komplikací roste s počtem zúčastněných osob.“ Doufám, že za pár let se budou jen některé děti svých maminek udíveně ptát „Mami, tys mě nerodila doma?“. A budou to považovat, právě tak jako ona zmíněná holčička, za handicap. On to totiž handicap je.

POROD JAKO ORGASMUS

Ani po osmi letech od prvního vydání této knihy se nic nezměnilo na mém přesvědčení, že porodníci ženám často zatajují, že skutečnou příčinou komplikací (a následných císařských řezů) jsou právě oni a jimi ženám vnucený systém: k porodu dochází v nepřátelském prostředí (chybí intimita, teplo, šero, pocit bezpečí). „Vina“ za případné komplikace není v „rozmazlené“ ženě, která dnes již nedokáže sama porodit. Právě odcizené porodě 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 operátér a císařský řez je pak skutečnou záchranou. Jenže to vše, jakkoliv hrdinsky to vypadá, je až důsledkem předchozí



Tvář ženy, která právě „orgasmicky“ porodila, mluví za všechno.

ignorance mužů porodníků. Právě proto, že ženy rodí v porodnicích a s dalšími lékařskými zásahy, způsobuje, že následně nedokáží navodit mateřské city (jsou zmateny, 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).

Dlouho jsem ve své cestě propagace přirozených porodů byl sám a „doma“, navíc jako muž, jsem rozhodně prorokem nebyl. Už je to tady, opakoval jsem si v duchu, vděčný odvážné americké režisérce, matce tří synů. Spolu se dvěma stovkami nadšených divaček a pár desítkami diváků jsem totiž v rámci Světového týdne respektu k porodu viděl v květnu 2008 ve světové premiéře 85 minutový dokument *Orgasmický porod*.

Film je to navýsost „vyvážený“: nic neskrývá, ale vše toleruje. Neagituje, jen nabízí. Je plný respektu (k ženám, porodům) ale i revoluční odvahy bořit mýty a iluze. Porodní příběhy gradují: od snadného, hodinového, přes komplikovanější až po dvaadvacetihodinový, a nakonec, jako vyvrcholení, porod orgasmický (na tuhle ženu už do smrti nezapomenu: míra štěstí, kterou vyzařovala její nádherná tvář, síla a přesvědčivost transu a sexuální rozkoše byla až neuvěřitelná, i když ukázkově viditelná a rozeznatelná).

Jednu chvíli se publikum, úžasem celou tu dobu přikované do sedadel, úlevně zasmálo: to když oči téhle ženy začaly z toho dokonalého zážitku „plavat“ a obracet se v sloup. Celý film je totiž jednou dlouhou oslavou těhotných žen a jejich porodů: oslavou původní schopnosti každé ženy šťastně a zdravě porodit vlastními silami. A právě poslední příběh nádherně ilustroval „revoluční“ tezi, že zrození dítěte začíná, ale také končí sexem. Slast orgasmu a štěstí z tváře této ženy přímo číší.

Jeden z těch příběhů (záměrně) je medicínsky vedený porod, a kontrastně k ostatním číší manipulativností, odcizením, absencí sebedůvěry rodičky. Právě proto by tento film mělo vidět co nejvíce žen: aby přestaly slepě důvěřovat lékařům, a začaly více věřit ve vrozenou schopnost svého těla přirozeně, bez lékařských zásahů, porodit. Právě proto by tento film měli vidět i lékaři (a povinně i medicí a politici a ministr zdravotnictví), aby jim to došlo, a dali důvěru

Žena, která si těhotenství, porod a mateřství šťastně vychutná, protože nechá tělo a přírodu pracovat v dokonalém evolucioně vypiplaném a tisíciletými vývoje ozkoušeném niterném rytmu ženského těla (má v břiše štěstí, jak věděli již staří Číňané), se dočká celé řady až zázračných vylepšení: kmenové buňky dělátko ji vyléčí i z dlouhodobých nemocí a potíží, naroste a přemění se jí mozek, při přirozeném (nepřerušovaném a neurychlovaném) porodu se dočká energetického a hormonálního orgasmu s obrovským přívalem tělesných a duševních sil, a také jakéhos duchovního zrození (dívka se porodem mění v Ženu, tvrdí jedno domorodé rčení). Navíc i v prvních měsících po (zdůrazňuji: šťastném, rychlém a někdy sice namáhavém, ale bezbolestném) porodu ženě narůstá objem šedé hmoty mozkové a nově se propojují mnohá mozková centra: je pak chytřejší, intuitivnější, zdравější a samozřejmě i celoživotně šťastnější.





Petra měla štěstí, že se její muž pohyboval kolem aktivních mužů a žen, okolo new ge hudby a přirozených porodů, a obstaral jí přístroj Baby plus. Zde je těhotná podruhé, a velikost její pýchy (všimněte si i štěstí ve tváři) naznačuje, že to budou dvojčata, zase kluci.



Hrdý otec s Adámekem, který když byl ještě v bříšku, poslouchal stále složitější rytmické programy, a přestože to rodičům následně jaksi nedošlo, dnes jsou moc rádi, že to vyzkoušeli. Už jako zkušený školák jim dnes dělá svou inteligencí, ale i zodpovědností, velkou radost.

ženám a pomáhali a vnucovali se jen tam, kde je to skutečně potřeba.

Ve vstupech mezi jedenácti příběhy pak ve filmu promlouvají prakticky všechny známé americké celebrity tohoto „oboru“: Penny Simkin, Ina May Gaskin, Christiane Northrup, Marsden Wagner, a další lékařky, lektorky předporodní přípravy a porodní báby. Mluví věcně, přesně, popisují situaci v (nejen) americkém porodnictví, a jakoby mezi řádky (ne)obviňují (vše)vědoucí, přemedikalizované porodnictví, ale spíše vyzývají netušenou sílu v každé ženě.

„Co se stane, když ženy, místo aby porod protrpěly, jak jim je neustále vnucováno, si jej užijí? *Orgasmický porod* je pádnou výzvou našim kulturním mýtům. Je totiž už statisticky prokázáno, že standardní nemocniční porod není bezpečnější a pro matku a dítě lepší,“ píše na svých internetových stránkách režisérka. Debra Pascali-Bonaro se nemohla na světovou premiéru svého filmu do Prahy dostavit osobně, přestože moc chtěla, a tak jen poslala pozdravný dopis. Vřele doporučuji (i těm, kteří neumí anglicky), podívejte se na několik ukázek z filmu na www.orgasmicbirth.com

Něco se, sice pomalu, ale jistě, mění. Jako další námět pro nevyhnutelné změny v našem porodnictví bych rád navrhl obměnu někdejšího hesla mladých mužů gentlemanů (dobře oholen, dobře naladěný): dobře porozen, celoživotně dobře naladěný. Nedávno jsem se setkal hned se dvěma příběhy, týkajícími se dobře (rozuměj: přirozeně, bez medicínských zásahů, a dokonce doma) porozených dětí, které stojí za komentář.

Adámek, dítě stimulované přístrojem baby plus, vyrostl jako z vody a již chodí do třetí třídy. Rodičům až donedávna nedošlo, že jeho neutuchající a výjimečná aktivita, zvědavost a ochota k jakýmkoli hrám je 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 jaksí daleko rozumněji, než by se vzhledem k jeho věku dalo čekat. Naznačuji, že je-li takto (metodou baby plus, nebo pravidelným zpěvem maminky) stimulované dítě mnohem inteligentnější (teorie hovoří o tom, že v okamžiku porodu jim neodumřely miliony

osamocných neuronů, jako nám ostatním, nestimulovaným, ale naopak, stimulované neverbální komunikací, matčíným zpěvem nebo poslechem rytů, a tedy spojené dendrity jako do copánků, jim neurony zůstaly), je chytrější a výkonnější a efektivnější nejen v těch měřitelných a sledovatelných disciplínách a aspektech, ale ve všem.

Občas se setkávám s chlapečky, porozenými přirozeně a doma, a žasnu, jak jsou dokonalí jak v koordinaci pohybů (levou zadní zvládají všechny ty různé koloběžky a kolečka a skateboardy), tak v komunikaci se sourozenci nebo s dospělými. Jak jsou sebevědomí a jak se dokáží vyjádřit. Jak jsou (na vše) šikovní. Známý, který pracuje v indické samoobslužné jídelně vyprávěl, 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 stolek k mamince. Známý navázal rozhovor a kontrolně se mezi řečí jeho maminky (téměř spiklenecky vědoucně) zeptal: „Rodili jste doma?“ „No samozřejmě,“ zněla odpověď, „To už je dnes normální, ne?“

Když mi to vyprávěl, zatetelil jsem se radostí. Tak přece. Celé ty 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 slýchat o dětech, které začínají měnit svět... protože se dobře (správně, nepoškozeně) narodily. A sním o tom, že někdy v budoucnosti, bude-li jaká, se například politici, budou-li vůbec třeba, budou vybírat nejen podle vzdělání, ale také podle toho, jak byli porozeni. Protože ti optimálně porození budou zárukou optimálního (lidského i politického) chování a jednání i a právě v krizových situacích. A bude jich čím dál víc, protože bude přibývat i žen, tedy jejich maminek, které na otázku, jestli rodily přirozeně a doma, odpoví: „No samozřejmě, jak jinak...“

Je také stále zřejmější, že řešení krize (nejen) českého porodnictví netkví v penězích (jak tvrdí lékaři a ministři), ale právě naopak. Zatímco nás jsou (nejen mé) informace o tom, že nejnovější porodní lůžko (na kterém ženu přikurtují do té, jak vědí domorodé kultury, nejnebezpečnější pozice, tedy na zádech), stojí od 300 000 korun výše, malá dřevěná

*Konečně. Konečně i my začínáme vědět, co tušili a vyznávali staří Číňané a domorodé kmeny, že totiž devět měsíců těhotenství poznamenává budoucí lidi na celý další život. Během vývoje embrya v těle matky se rozhoduje o sklonu k chorobám, včetně těch duševních, nebo o výkonnosti mozku a inteligenci. Pro dítě, ale i pro děti jeho dětí, napsal v listopadu 2010 biolog a publicista Jaroslav Petr. *Adaptace embrya a plodu na nepříznivé podmínky v těle matky prý probíhá až na úrovni dědičné informace. Nemění se přitom pořadí písmen genetického kódu. Mění se „obal“ dvojité šroubovice DNA, který určuje, jak tvrdě budou jednotlivé geny pracovat. Genetici říkají, že jsou nastoleno tzv. epigenetické změny - tedy změny odehrávající se nikoli „vnitř“ DNA (tedy pořadí písmen genetického kódu), ale na jejím „povrchu“. Tyhle epigenetické změny nepostihnou jen dítě, v jehož dědičné informaci se změnil „obal“ DNA, ale předávají se po několik dalších pokolení. Konečně si tedy snad těhotné ženy i u nás uvědomí obrovskou zodpovědnost, ale také nadějeplnou a dnes už možná i jedinou možnost pozitivně změnit svět. Stačilo by informovat se a zachovat zdravý rozum (důvěřovat vlastnímu tělu). Stačilo by vyšlábat se stresu, nepít a nekouřit, přiměřeně a zdravě jíst, a předešlým si těhotenství a záruku zrodu nového života užívat: zpívat si a být šťastná. Současná krize porodnictví je totiž zároveň obrovskou šancí na změnu: porod se z operace znovu může změnit v radost. Přichází totiž nová doba porodní...**



Nevděk světem vládne, a o pochvalu člověk celé roky nezavádí. Poslední dobou se ale přece jen občas naskytne situace, která potěší. Na Šumavě, za Čeňkovou pilou postavili u řeky Vydry nadšenci (jeden byl na mém semináři, hraje na tibetskou mísu a naučil se naslouchat) „ucho“. Kolenjdoucí turisté mohou na konec roury přiložit to svoje, a ustrnout v užaslém poslechu zvuků vody, jak je nikdy předtím neslyšeli. Heslo navíc vybíží: Slyšet zvuk vody je krásné, zaslechnout, co je za zvukem vody, to je teprve nádhera.

porodní stolička (na které se rodilo odjakživa, a porod na ní je bezpečnější, přirozenější a tedy snazší) stojí 600 korun. Víme již také, že pokud by vedly porody českých žen (v oněch 80 a více procentech, kdy je rodička zdravá a lékařskou pomoc nepotřebuje) porodní asistentky, stát by ušetřil ročně nejméně 200 až 300 milionů korun. V USA to již vědí: americký lékař Frank Oski vypočítal, že v USA by ušetřil stát od 13 do 20 miliard dolarů ročně jen tím, že by příliš zmedikalizovanou péčí o rodičky nahradil péčí porodních asistentek a prodloužil dobu kojení.

Knihu *Nová doba porodní* jsem připravoval několik let (tehdy internet moc nefungoval a Google byl ještě na houbách) a měl jsem ji (v rukopise) prakticky hotovou na přelomu tisíciletí. Když pak v roce 2002 vyšla, neobjevila se jediná recenze, jediný komentář (všichni ti, kterých se to profesně týkalo, dělali a mnohdy stále dělají mrtvého brouka). Neměl jsem žádnou zpětnou vazbu. Pak mi jedna žena, která pracovala s těhotnými, začala vyřizovat poděkování té které přirozeně nebo doma porodivší maminky. Sem tam mi přišly poděkovat jiné maminky na závěr mých přednášek nebo seminářů, sem tam přišel e-mail s oznámením, že kniha je dobrá a pomohla. Ale například na lékařských fakultách a středních zdravotnických školách měly studentky, které ji uvedly v bibliografii (nebo ji do-konce citovaly) ve svých závěrečných pracích, velké problémy. Pak se věci začaly pomalu lámat a předloni mi jedna žena psala, že se z ní učí budoucí porodní asistentky v Brně. Potěšilo to, ale znáte to: co oko nevidí... Až teď mi přišel e-mail, který (konečně, snad) ukončil období čekání na pozitivní ohlas (se skutečným, právě takto původně zamýšleným důsledkem pro konkrétní maminku a její dítě).

Dobrý deň, musela som vám napísať. Chcela by som vám poďakovať, za seba, za svoje dieťa, za svoju rodinu. Keď som otehotnela, plánovane, prvá moja myšlienka bola: tak, a teraz sa tomu nevyhnem, budem rodiť! A pred očami defilé žien, z filmov, zvičajúcich sa v porodných bolestiach. Až do tretieho mesiaca som žila vo veľkom strese, nie len pre obavy z porodu, ale i pre náhle zlú finančnú situáciu. Potom som si kúpila knihu *Nová doba porodní*. A do slova a do písma to zo mňa spadlo. Všetko. A podniknuto ma to k ďalšiemu štúdiu (Leboyer, Odent, Stadelman, ...internet NK ČR). Zmenil sa mi rebríček hodnot. Začala som triediť odpad, používať prírodnú kozmetiku, ekologické výrobky, zdravo sa

stravovať, neodsudzovať, uvedomovať si dosledky svojho konania pre celú planétu (neznie to nadnesene? ale tak to cítim). Prestala som túžiť po aute, nových džínach, chůvičke, cisárskom reze... Proste zmena celej osobnosti. Ale pretože som už taká, myslela som si, že je to dočasné. Nebolo, stal sa zo mňa človek, ktorý sa snaží uprednostňovať duchovno pred materiálnym. Snažím sa. Som rada. Porodila som doma, tak ako som si priala, s priateľom, s porodnou asistentkou, v tichu, šere, pohode. Porod mi dodal silu, zvládla som si ho presadiť, i porodiť, zrazu bojujem ako lvica za svoje práva, a práva svojho dieťaťa. To predtým nebolo. Takže ešte raz: ďakujem, vaša kniha bola tým spúšťačom, ktorý zmenil moj život. Momentálne ju má požičanú jedna maminka, ktorá uvažuje o porode doma...
S pozdravom, Soňa Z.



Kluci, kteří mají to štěstí, že jsou dobře porození, jejich maminky jsou informovaně láskyplné, a celé se synovi věnující, a tety a babičky si stále umí brát, budou emočně pevní na celý život.

ZBAVIT UTRPENÍ

Buddhovy čtyři pravdy o utrpení, a hlavne jeden z nejposvátnejších sľubů každého buddhistického mnicha (zbavit všechny živé bytosti utrpení) provázal, přinejmenším mezi buddhisty, poslední dvě a půl tisíciletí známou historií lidstva. Jenže s tolika válkami a neustálými boji to, zvláště v dnešním světě, vypadá naivně a nesplnitelně, jako z říše mýtů: zbavit utrpení? Každý přece zažívá utrpení, a bez utrpení si život kohokoliv nedokáže představit ani ti nejslavnější umělci, pro které je utrpení základem tvorby, zvláště pak ti, kteří vyrostli v křesťanském světě, jehož základním logem je trpící ukřižovaný. Jenže co kdyby to šlo? Zbavit lidi utrpení?

Nedávná ekonomická a bankovní krize přiměla další miliony znejistěných zamyslet se nad skutečnou příčinou současných krizí a stavu světa: senátor Jaromír Štětina by se, jak uvádí na obálce své knihy *Brutalita moci*, za odpověď, co je příčinou *Zla*, klidně upsal i Mefistofelovi. Pan senátor, stejně jako politici všech států a bankéři světa, je ale pouze málo, nebo špatně, informován. Práce předních prenatálních psychologů (a neurovědčů), jako jsou Michel Odent, Peter Fedor-Freybergh, Thomas Verny, Frederic Leboyer, ale i Konrad Lorenz a u nás třeba František Koukolík, však jednoznačně potvrzují, že už víme, proč existuje agrese (a z ní vyplývající všelijaké krize a války). I ekologické ohrožení planety se dá popisovat z nejrůznějších pozic (viz třeba

James Lovelock), ale nejpádňěji poukázal na skutečné a individuální příčiny agrese a válek právě Fedor-Freybergh: „Děloha je prvním ekologickým prostředím každého člověka. Jak se k němu chováme, když je ještě v děloze, tak se on bude k sobě a přírodě chovat, až dospěje.“



Deva Premal se narodila rodičům, kteří jí celé těhotenství neustále zpívali indické mantry. Mantry zpívali i při jejím porodu. Do jedenácti let neviděla televizi. Naznačuji, že na rozdíl od nás ostatních, je její emoční systém pevný a zdravý. Dnes její hlas léčí a jí zpívané mantry jsou dokonalou ukázkou, že být šťastný je snadné a přirozené... Odkaz indické klasické hudby, která neztratila své léčebné a duši povznášející kvality, v této původně Němce, ale dnes světoobčance, ale i v tělech a myslích posluchačů, rezonuje i dnes, ve věku hlukového zamoření, tou nejvyšší kvalitou bytí. A navíc je žijícím důkazem, že i dnes to jde: být dobře porozen a vychován, a tedy po celý další život zdravý, šťastný a štěstí i rozdávat.

Michel Odent, Marsden Wagner a další celá desetiletí píší a přednášejí o minulém století jako o „století bez lásky, a o tom, jak chování i myšlení těhotných žen, a především zbytečně zmedikalizované porody, negativně ovlivňují následné chování žen a jejich dětí, a tedy celých společností. Víme přece, že všichni diktátoři světa byli nechtěné děti, porozené traumaticky, a vychovávané otčímem, který je bil (od Stalina a Hitlera, až po Hussaina). Ještě jednou Fedor-Freybergh: *Kdybych dokázal zařídít, aby se děti rodily chtěné a v prostředí dostatku a lásky (a vychovávané pochvalami, ne tresty, pozn. aut.), za tři generace by svět neznal agrese a násilí.*

Naznačuji, že zatímco v Buddhově době byly příčiny agrese a násilí podstatně jiné a neodstranitelné (a porodnice neexistovaly), a on jako „lékař“ musel nejprve diagnostikovat jejich příčiny (čtyři pravdy o utrpení), současný stav (rozvinutého) světa a příčiny násilí jsou způsobeny již ne hladem a nemocemi či podvýživou, ale spíše velkovýrobnami dětí na běžícím pásu porodnicemi. Tehdy navíc vědělo o možnosti a způsobech, jak odstranit utrpení, jen několik osvěcenených jedinců, a nebyly cesty jak jejich moudrost rozšířit... dnes ovšem možnosti jsou, jen se nebát a vyhrnout si rukávy. A to za žádného z nás (a žádnou ženu) žádný porodník ale ani ministr neudělá. To je zodpovědnost, ale i neocenitelné privilegium každé(ho) z nás.

Jestli tedy chce dnešní buddhista zbavit všechny živé bytosti utrpení, měl by kromě sebe začít tam, kde to všechno začíná: u početí, těhotenství a porodu. Pozitivní změna porodnictví (a změna vztahu společnosti k mateřství) by mohla být prvním krokem ke společnosti bez násilí... tedy bez (lidmi samotnými způsobeném) utrpení.

Což mne přivádí k důvodům, proč tak dlouho a tak důrazně varuji před celospolečenskou ztrátou „ženství“: jedině žena, s možností (orgasmického) porodu, může a měla by začít všeobecnou nápravu věcí lidských. Zatím je každá další generace (žen) stále poškozenější (ve smyslu oběti obětí),

jakmile ale znaménko vývoje (také díky obnovenému ženství a úctě k mateřství a přirozenému porodu) převrátíme z mínus na plus, každá další generace bude méně poškozená a schopnější využít svých potenciálů. Nebo jinak, podobně jako v umění a kultuře, pokud přežijeme, budeme za sto let vzpomínat ne na politiky, generály nebo ty, kteří jsou dnes přepláceni a uznáváni, ale spíše na ty, kterým dnes nevěnujeme (oficiální) pozornost.

Jinými slovy, začít může každá žena: může rovnou využít potenciálů svého těla a jeho nastavení. Tím, že přestane soustředit a hledat chyby v tom druhém, a vrátí se (ale ne mužskými způsoby!) ke svému ženství, může začít rodit lidi budoucnosti: duchovní, šťastné, zvědavé, ale také tolerantní a postupně moudré. A aniž by musela být buddhistkou (i když pokud bude jen trochu myslet dopředu, přirozeně začne důkladně recyklovat, ctít každou formu života na Zemi i Zemi samotnou, a myslet pozitivně), začne pracovat na obrovském zadání, které stojí před ní i celým lidstvem: zbavit všechny živé bytosti utrpení.

Milé ženy, rodit děti znamená tvořit budoucnost. Rození je nejen fyziologickou, ale i duchovní, a jistém smyslu právě buddhistickou záležitostí. Z vás, ale i z vašich partnerů, a samozřejmě poněkud dříve a snadněji i z vašich přirozeně (a nejlépe orgasmicky) porozených dětí, se mohou stát Maitréjové (buddhové budoucnosti). Dalajlama a další vůdčí osobnosti buddhismu by měly každoročně udělovat (s vysokou finanční částkou spojenou) *Buddhovu cenu* (kterou by si již dnes zasloužili i všichni výše jmenovaní), a Buddha by dnes, aby pomohl lidem zbavit se utrpení, učil nejen meditaci, ale i přirozeně nemedikalizované porody. Protože by mu bylo jasné, že jedině tak pomůže budoucí generace zbavit utrpení.

ZAČÁTEK KONCE ŠEPTÁNÍ?

Napsala mi jedna šťastná (protože cílevědomě připravená a informovaná) maminka, která nedávno porodila (přirozeně, ideálně). Viděla ukázky z filmu *Orgasmic birth* a četla můj článek. Dostal jsem několik podobných reakcí, tato je ale konečně taková, jakou jsem čtenářkám a všem ženám přál: převratná (v onom AHA! efektu) a odhodlaně



Zatímco kdysi se mládež setkávala na posvíceních a tancovačkách, dnes je příležitostí zažít se vzájemně (kromě těch pracovních a nábožných) velmi málo. Zatímco seminář Bohyní sexu za víkend vede účastnice k egoistickému užívání sebe sama (a následným nedorozuměním a dokonce i rozchodům), možnost naučit se něco „mužského“, například brát si se zvukem (na plastové didžeridu), který bládní a masíruje, sblíží ty i ony víc, než by se zdálo. Praktické zvládnutí prvních okamžiků ostychu a radost z úspěchu těch jiných dokonale přetváří budoucnost.



Kluci, milé maminky, potřebují běhat, zkoumat, prát se, padat, a taková louže je pro ně naprosto neodolatelná. Chce cákat a plácát se a dokud nebudou drkotat zuby, klidně i nahatě v počasí, které vám připadá nelidské. Nezapomeňte, oni (a pak většina nerozmazlých mužů) mají desetkrát odolnější kůži po celém těle.

inspirativní. A tak jako doslov své aktivity na tomto poli ocitují:

Absolutně nadšená z ukázek a myšlenky filmu *Orgasmic Birth*, se slzami v očích, nedá mi nenapsat vám. Ano, ta věta ve vašem blogu, že ženy, které to zažily, se "stydí" hovořit o svém porodu, aby neuvedly do rozpaků ženy, které zažily těžký, dlouhý, bolestivý porod, ta věta mnou otřásla. Vždyť to je celé špatně! Ano, zažila jsem rychlý, radostný a BEZBOLESTNÝ přirozený nemedikamentózní porod, a až teď mi docvaklo, že místo šeptání této skutečnosti jen blízkým a zasvěceným osobám, je třeba o tom hovořit, křičet, zpívat - a tím osmělit všechny ženy, že se to dá, že to existuje! Že nejvíc ženy svazuje STRACH, který do nás proniká už při poslouchání strašidelných historek o porodech, když jsme byly malá děvčátka. Dodnes nevím, jestli jsem skutečně fyzicky neměla bolesti, anebo jsem si jen v transu absolutního ponoření dokázala vědomě posunout hranici bolesti. Ano, dá se родit v extázi štěstí, a tak, že byste už druhý den šly родit znovu! ...moje památná věta na druhý den, protože porod byl velmi rychlý, byla: škoda, že jsem si to ještě víc neužila! Ze srdce děkuji za vaše postřehy, práci a inspiraci, Kristína

Děkuji, Kristíno. O to tu teď totiž jde: ženy u nás v naprosté většině netuší, že netuší, neví, že neví, a přes rostoucí počet informací o možnostech přirozeného (a tedy pro ně i jejich miminka bezpečného a zdravého) porodu stále zůstávají v neviditelné virtuální kleci negativního celospolečenského naprogramování minulostí. Je nejvyšší čas aby zjistily, že jsou v pasti, aby se z ní mohly dostat. Je také nejvyšší čas jít (pozitivním) příkladem.

Dospěli jsme v Česku na další životní křižovatku (nebo, chcete-li, na vyšší úroveň)? Už se začíná všeobecněji vědět o tom, že stávající, převládající způsob porodu (ve velké nemocnici, pardon, porodnici) není ani bezpečnější, ani levnější, a zdaleka není ideální (také protože předem odsuzuje ženu do pozice pasivní oběti). Už začínáme vědět, že tudy cesta nevede, ale aby se něco změnilo, musí se změnit především myšlení zainteresovaných: žen i porodníků.

Co kdybyste se, vy, ženy, které jste šťastně a bezbolestně (nebo dokonce orgasmicky) porodily, přestaly stydět ze to, že jste „normální“. Co kdybyste přestaly svým mlčením, nebo šeptáním, podporovat generačně předávaný negativní

vzorec vztahu k porodu (ale i k menstruaci)... Co kdybyste vy, které jste už šťastně a bezbolestně (nebo dokonce orgasmicky) porodily, přestaly o tom zázraku jen šeptat...

Místo šeptání se radujte, zpívejte o tom, mluvte nahlas a pyšně: vždyt jste naplnily své evoluční poslání, realizovaly jste dar života, zrodily jste se v Ženu, a daly jste zdravý a šťastný život. Buďte na sebe pyšné.

Že by nastával začátek konce šeptání? A začala nová doba porodní?

Na demonstraci před maďarským velvyslanectvím položila 14. října 2010 řada žen a maminek květiny pro Ágnes. Nejen u nás totiž klade lékařsko-farmaceutický komplex překážky přirozenému vývoji: maďarská policie zatkla Dr. Ágnes Geréb, známou maďarskou gynekoložku a porodní asistentku, a následně na ni uvalila vazbu. Zkušená porodní asistentka, která pomáhala u více než dvou tisíc mimoklinických porodů, nyní čelí obvinění z kvalifikovaného obrožení zdraví z nedbalosti. K zatčení došlo 4. října 2010. Tého dne přišla k Dr. Ágnes Geréb těhotná žena na plánovanou předporodní konzultaci. Dr. Ágnes Geréb této ženě již před touto návštěvou nedoporučila porod mimo nemocnici, neboť rodička trpěla poruchou srážlivosti krve. Během návštěvy u porodní asistentky se však rozběhl překotný porod neumožňující včasný přesun do nemocnice. Novorozeneц již od počátku trpěl dýchacími potížemi a rovněž u něj došlo k selhání oběhového systému. Přivolaná ambulance zahájila resuscitaci dítěte a následně jej převezla do nemocnice. Ještě tébož policie lékařku vyslebla, následně ji zatkla a uvalila na ni vazbu. I přesto, že totalitní režim padl již před více než



dvěma desítkami let, je situace maďarského porodnictví stále v politováníhodném stavu; na jedné straně sice právní předpisy ženě přímo nezakazují rodit v domácím prostředí, ale na straně druhé porodním asistentkám, které u takového domácího porodu pomáhají, brozí vězení a trest. V zemích západní civilizace jako je Velká Británie či Německo, je porod doma, resp. porod v porodním domě, zcela legální, legitimní a respektovanou možností a tvoří nedílnou součást systému zdravotní péče.



PŘÍLOHY



Zatímco původní reakce bývaly velmi negativní, roste počet těch pozitivních. A na přání těch žen, které se nejprve rozčílily a začaly obviňovat, ale pak jim to došlo, a napsaly mi děkovné e-maily svědčící o jejich niterné proměně, otiskuji některé zjednodušující, ale o to pádnější návody směřující k nápravě...

*Odolat nátlaku médií je velmi obtížné, a být (nebo dokonce chtít být) stejně postižená jako hollywoodská hvězda je přece tak vzrušující, že? O tom, že jen na zisk orientovaná média (nejen těhotným ženám) škodí právě tak jako ženské časopisy, píší a varují bezky dlouho. V příloze HN se koncem října 2010 objevil článek o tom, jak si hollywoodské hvězdy užívají melancholii a poporodní blues: Angelina Jolie po porodu dvojčat nespala a padala vysílením, Brooke Shildesová o své poporodní psychóze napsala knihu *Jak přešlo: má cesta poporodní depresí*, a když tenhle smutek přepadl Courtenex Coxovou půl roku po porodu, chtěla autem sjet ze skály. Namísto aby se české ženy mohly dovídat o pozitivních zkušenostech a přirozeně porodivších ženách a (klidně i) herečkách, i náš senzacechtivý tisk opěvňuje „cizí neštěstí“ jako něco žádoucího. Důsledek? „Něžné pohlaví se rychle učí od toho opačného“, komentovala poslední vývoj v říjnu 2010 novinářka Eva Bobůrková. „Vědecké studie vypovídají, že ženy a dívky mají stále blíže k agresi slovní i tělesné. Vypadá to, že my ženy, s tím, jak pronikáme víc a víc do mužských světů, se rychle učíme – ale od těch špatných.“*

DESATERO ŠTASTNÉHO MATEŘSTVÍ

Asi jen deset procent z těch asi 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 se třeba pít a kouřit v těhotenství nemá, tak fotkami těhotných celebrit se sklenkou vína nebo 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 tato stručná a pádná forma zaujme i další? Takže, kromě všech těch jim známých a zdravých věcí a akcí, 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 prozpívá, tím lépe dítětko všestranně prospívá.

2. Rodte v tichu a teple (nejlépe doma, v porodním domě, nebo v co nejmenší porodnici, jako doma), přirozeně a nejlépe orgasticky (viz www.orgasmicbirth.com) Počet komplikací roste s počtem osob u porodu. Michel Odent

3. Přirozený zdravý porod je základ zdraví a štěstí jak pro vás, tak pro vaše dítě na celý život. Informujte se a prostě si ne-nechte porod ukrást (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 s narozením dítěte 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, soutěžit, aby byli o to více muži.

10. Čím víc se mateřství budete těch přinejmenším 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.

KDYBYCH ZNOVU ŽILA SE SVÝM MUŽEM...

Kdybych znovu žila se svým mužem, byla bych mu víc ženou. Nechovala bych se k němu z pozice síly, protože to je mužská role, ale učila bych ho síle své lásky. Víc bych ho objímala a hladila než se přela a bojovala.

Neříkala bych, že k němu budu milá až potom, co bude milý on, protože muž přece nemůže vědět, co to je být milý, ale byla bych k němu milá, aby se naučil, co to znamená a jak je to i pro něho výhodné.

Nenutila bych ho žít podle svých očekávání, ale očekávala bych, že bude žít svůj život.

Už bych ho nekritizovala, protože to s muži nefunguje, většinou se zaseknu a nikdy na tuhle „prohru“ nezapomenou. Naopak, vždycky, i za sebemenší věc, bych ho chválila.

Víc bych mu naslouchala, a méně ho poučovala. Víím už totiž, že muži říkají stejnými slovy něco jiného než ženy (berou vše jako instrukci), a také že mluví málo, ale co řeknou, na rozdíl od žen udělají.

Nenechala bych se kamarádkami přemluvit k tomu, abych



Jeden z propagátorů přirozených, nemedicinských porodů, Američan dánského původu Marsden Wagner, již na konferenci Porod je duše a tělo ve Špindlerově Mlýně v roce 1999 české porodníky a porodní asistentky varoval jak před přílišným optimismem, tak před odporem stávajících přednostů, úředníků a ředitelů nemocnic. Měl, bohužel, pravdu. Jak vyplývá ze současných názorů mnou oslovených (tehdy nadšených) aktivistek, porodních asistentek (i tehdy nejslavnějšího českého porodníka), ani dnes, v roce 2010, není situace o mnoho lepší než před těmi deseti, jedenácti lety. Pokrok a tak potřebnou změnu neobstará několik statečných a nadšených jedinců. A k pozitivním změnám v českém porodnictví nedojde, dokud se za něj nezачnou brát (nebo dokonce práť?) samy rodičky.

o něm mluvila, natož negativně. Naopak, vždycky bych stála při něm a bránila ho, třeba proti kamarádkám, ale dokonce i proti svým rodičům. Z historie a pozitivních příkladů totiž vím, že když žena následuje svého muže, zvláště v dobách krize, vždy ji to nakonec posílí a o to víc je sama sebou.

Už bych nevyžadovala, aby mi i po letech vyznával lásku před svými kamarády a už vůbec ne před jeho nebo mými rodiči nebo kolegy. A nechala bych na něm, jestli se budeme na veřejnosti držet za ruce.

Pokud bych chtěla, aby opravil kapající kohoutek, zmínila bych, že obdivuji jeho organizační schopnosti, s jakou vždycky dokázal sehnat opraváře (nechala bych na něm, kdy a jak), a jen tak mimochodem bych vyjádřila přání, aby ten kohoutek přestal kapat.

Nenutila bych ho chodit se mnou nakupovat, ale o to víc bych obdivovala, jak dokáže sehnat co je třeba.

Vysvětlila bych mu každý měsíc, že před menstruací a často i během ní budu říkat věci, které

tak ve skutečnosti nemyslím – aby to nebral vážně (aby se k smrti nelekal že je našemu vztahu konec).

Naopak bych brala velmi vážně, když by se podivil nad mým dvacátým svítkem nebo tričkem.

Domluvila bych si s ním jasné signály – například, když přijdu nahá (tomu neodolá žádný muž na světě), mám chuť se milovat. Nebo když si dám na hlavu ručník, bolí mne hlava (aby nepodléhal hlubinné krizi že zase něco zkažil). Už totiž vím, že mlčení ženy je mučení muže a muž je z ženy stále poněkud zmaten.

Nikdy bych mu nekladla nezodpověditelné otázky, protože už vím, že když muž něco neví, je ponížěn a bere to jako životní prohru. A také bych o něm už nechtěla, aby rozhodoval, který svítek mi víc sluší.

Nerozčilovaly by mne jeho ironické poznámky, protože bych už věděla, že to je jako když kluk podrazí holce nohy, tedy způsob pozornosti a vyjádření zájmu.

Nejprve bych ho nakrmila, a až potom bych si s ním povídala. Nevytírala bych a nezametala pod jeho židli, když na ní zrovna sedí, protože už vím, že i on v bytě potřebuje svůj bezpečný koutek a je tím ponížován.



Pokud to s ním žensky umíte, milé ženy, váš milující muž se pro vás (a vaše společné dítě) přetrhne: napíše báseň, namaluje obraz, postaví domek na Bali. Máte zázračnou moc učinit ho šťastným, a dovolit mu, aby on učinil šťastnou i vás.

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), tak tímto "desaterem" činím 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) žena by měla:

- 1) být přirozeně a orgasmicky porozena (po chtěném a maminkou prozpíváném těhotenství), protože jen tak je v dětství optimálně nastartováno zdraví a štěstí na celý život.
- 2) být v průběhu dětství jen chválena (a vychovávána v přírodě 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 jen 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 pokud není zablokovaný, stejně výkonný jako mužský).
- 5) první menstruaci oslavit s rodinu a kamarádkami, protože to nastavuje pozitivní vztah ženy ke svému tělu a k mateřství, a tedy i k sexu (a bezproblémovému počertí těhotenství).
- 6) pubertu prožít v bezpečné atmosféře docenění, že se jí přestavuje mozek (dívka netuší, co se s ní děje, a čím tole-



Být šamankou, a umět „běhat s vlky“ není záležitost jednoho víkendu. Angličanka Carolyn Hillyer se to učí celá desetiletí. Žila v lesích, bydlí v primitivním slaměném domku s doškovou střechou, vyrábí šamanské bubny, kreslí mystické tváře dávných šamanek, žila na Cukotce s tanními Eskymáky a naučila se zpívat písně udeganek, duši dávnou zemřelých šamanek. S výrobcem indiánských fléten a skladatelem hudby Nigelem Shawem dnes dokáže zpívat a hrát tak, že běhá mráz po zádech a čas přestane existovat.



rantnější bude její okolí, tím snadnější puberta a pozitivnější průběh).

7) už od školy vědět o možnostech jak zvládnout emoce a o rozdílech mezi ženou a mužem a 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 své chtěné těhotenství celé zpívat (třeba mantry, opěvující budoucí pozitivní vlastnosti svého dítěte) a užívat si. Pozitivní 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 dále viz výše, znovu od bodu 1)



Žena se od muže liší v asi desítkách tisících detailů (až po genetickou roveň), ale právě proto se, mají-li dost respektu a pokory k tomu druhému, tak doplňují. Všechny ty rozdíly a rozchody jsou jen sémantickým nedorozuměním. Ten umí to a ta zase tamto, a teprve dohromady udělají moc (a potom si mohou své dovednosti vyměnit).

DESATERO ŠTASTNÉHO 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 rozdílů (kupodivu stále většině žen i mužů neznámým), 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 ženami) postižení muži, na které nic z uvedeného neplatí, ale i podle oficiální psychologie jich je 85% „reformovatelných“. Nabízím tedy až ironicky zjednodušená pravidla pro chápavé a nenaježené ženy. Doufám také, že se najde nějaká moudrá a zkušená, která sepíše 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, aniž to ví a většinou chce, mučí např. tím, že ho nutí po příchodu z práce (= lovu jelena) si povídat, „chápat“ ji, reagovat na její emoční stesky atd. V tomto a jiném se žádný muž nevyrovná kterékoli kamarádce.

3. Co rozhodně žena nemá dělat: nevytírat muži pod nohama (ten tak ztrácí archetypální dotek se zemí), nemluvit o něm s kamarádkami (ani v dobrém), netahat ho po nákupu, nechťtí po něm i po letech, aby jí (znovu!) pravidelně vyznával lásku (když už to párkrát udělal) atd. (chtít 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 vyroste skutečný muž, který pak bude umět komunikovat i s ženami (a také diskutovat, prohrávat, uctívat, ale také stát si za svým a 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 tv 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, když už ji „pohladí“, tak pádným plácnutím (nejraději na nějakou oblinu): dělá to, co sám má nejraději. Milování,



Když muži svým bubnováním povýší obyčejné ženské křepčení na louce u lesa na posvátný tanec, dojde i těm původně uječeným a věčně nespokojeným, že a jak nám všem chybí rituál, a jak jsou i ti zřádniví bručouni, jsou-li bezprostřední, a dovolíte-li jim to, vstřícní a k pomilování.



Na demonstraci u maďarského velvyslanectví se objevila jediná, zato ale překrásně těhotná Žena, pyšná na své „štěstí“. Hned také byla vyzpovídána maďarským novinářem, a všichni přítomní muži na ní mohli oči nechat. Dokonale symbolizovala novou dobu těhotenskou i porodní.

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.

DOSLOV

Mnohé se změnilo k lepšímu a na mnoha českých a moravských porodnických odděleních už jsou možné věci, na které před těmi deseti lety nebylo ani pomyslení. Jenže často nevydržely – se změnou ředitele nebo personálu se kvalita služeb někdo dost drasticky změnila. Seznam „baby friendly“ porodnic se tak neustále mění a jen internet je schopen reagovat na pochvaly nebo naopak stížnosti rodiček.

Po letech, kdy původní vydavatel odmítal, přestože zájem neutíchal, vydat další dotisky (v té první vlně vyšly celkem tři), a poté, co dalších 6 let odmítal veškeré mé návrhy a náměty, jsem ho nakonec přemluvil a odkoupil od něho práva na sazbu (autorská práva mi připadla po pěti letech). A tak mohu konečně knihu z jara roku 2002, ale připravovanou již od roku 1999, doplněnou a aktualizovanou, vydat znovu, tentokrát vlastním nákladem.

Roky hojně užívám jeden citát: Abychom mohli z pasti, musíme zjistit, že v ní jsme. A tak jak pro připomenutí situace ve většině českých porodnic (a ve zdravotnictví obecně), tak jako důkaz, že jsem celé ty roky pokračoval v psaní článků (a později blogů) na téma přirozené porody a vztahy mezi muži a ženami (a zdraví a hudba jinak atd., vše na <http://blog.baraka.cz>), přetisknu zde některá varovná, téma shrnující zamyšlení, a posléze i optimistické články, dokazující (mnohem pomalejší, než jsem čekal, ale přece jen) posun v myšlení rodiček, a sem tam i odborníků.

Jaká je tedy situace v českém porodnictví po deseti letech? Rodíme většinou poslušně v porodnicích, tvrdí Petra Sovová za Hnutí za aktivní mateřství, ale to neznamená, že jsme bezvýhradně spokojeny s poskytovanou péčí. Zatímco Ministerstvo zdravotnictví poukazuje na fakt, že 99% žen rodí v porodnicích, a jsou tudíž logicky spokojené, HAM naznačuje, že tam stále nerespektují přání rodiček ohledně průběhu porodu, že je narušován kontakt s dítětem, že čeští porodníci stále přehlížejí nejnovější vědecká doporučení, že poskytují neúplné nebo zavádějící informace, a že jsou značně zkorumpovaní. I HAM rodičky vyzývá, aby přestaly být pasivní.

Vlastimil Marek, listopad 2010

„Radost z porodu není jen příjemným prožitkem, neznamená jen jakýsi bonus k porodnímu zážitku. Naopak, je to moudrý přírodní mechanismus, který novopečené mamince pomáhá nastavit se na náročnou péči o miminko. Je silou, která dává rodiče energii a která probouzí základ toho nejdůležitějšího vztahu na světě. Vztahu mezi matkou a jejím dítětem. Naše vlastní matky nám často nemohou nebo neumějí předat zkušenost, že porod je radostí. Zkušenost, která byla potlačena a přerušena, však může být znovu obnovena,“ napsala v květnu 2010 novinářka a maminka Gabriela Chrastinová.

V totéž jsem sice doufal již před deseti lety, v době, kdy jsem připravoval první vydání této knihy, ale dodnes je stále „naším hlavním úkolem vrátit porody matkám. Neboť je to matka, kdo má rozhodovat o místě a způsobu svého porodu.“ Naštěstí přece jen přibylo „žen, matek, porodních asistentek, institucí a hnutí, které se snaží znovu navázat na původní vnímání porodu jako radostného zážitku. Od nepaměti ženy sdílely zkušenost, že porod je radost.“

Je jen na Vás, milé čtenářky, jakou zkušenost o porodu budete předávat svým dcerám, protože informace o tom, proč a jak, již máte.