

SRDCE MUŽE

Příběhy mužů (ne)jen pro muže

Srdce muže

Příběhy mužů (ne)jen pro muže

© Pavel Michalik 2015

Cover illustration © Martin Bohuš 2015

Illustration © Jan David, Ondřej Valenta 2015

Graphic Design © Hana Danková, 2015

ISBN 978-80-260-9104-2

OBSAH

Příběh knihy	11
Předmluva z Marsu	14
Předmluva z Venuše I.....	17
Předmluva z Venuše II.....	19
Zrození a dětství.....	23
Porod	24
Zraněné dítě	28
Zmatený králík a zázrak zrození	30
Příběh opravdového porodu	33
Dítě a Bůh	36
Trauma „vrací úder“	39
Touha.....	42
Regrese	43

Mlha	47
Ďábel ve mně.....	50
Puberta	55
Hrdinská výprava.....	56
Osamělý muž v nočním lese	58
Erasmus story	62
Příběh vítězství	66
Poprvé	69
Zrno, které sejem.....	71
Strach	73
Volba	76
Táta.....	79
Otec	80
Tatínku	87
Poklonit se otci	91
Dopis tátovi	95
Táta a já	97
Tati, děkuju.....	101
Jako otec	104
Jsem tvůj syn, táto!	106
Můj otec ve mně	108
Poděkování tátovi za život	113
Mužská síla.....	117
Bojovník	118
Srdce bojovníka.....	121
Síla v nás.....	124
Cesta bojovníka	126
Hodný kluk.....	135
Hodný kluk.....	136
Z hodného kluka celistvým mužem.....	141
Hodnej kluk v letadle	145
Strach z mužské síly	149
Komunikace	154

Mužská síla	157
Krize a sen	162
Uzdravení jednoho hodného kluka	163
Vztahy k ženám	167
Síla ženy	168
Materídouškový čaj.....	171
Možná jo, možná ne.....	173
Znovunalezení přitažlivosti	175
Americká svatba	178
Moje cesta v oslovování holek	182
Stesk	189
Procitnutí.....	190
Kořeny strachů	193
Můj skutečný nástup na cestu pravého muže.....	198
Dar od zabijáka	206
Mluvit pravdu	211
Last man standing	214
Tělo	219
Já a moje zdraví.....	220
Závislost	225
Uzdravení	228
Spiritualita.....	229
Pavel	230
Slunce	235
Smysl života a vize.....	237
Poslední vložka	238
Volání	242
Sophie.....	244
Investice jako cesta k sobě.....	247
Životní cesta Richarda Vojíka.....	250
Milenka, peníze, život	259
Kroky do neznáma	263
Dokážu to	267

Dobrodružství poznávání.....	273
Smrt.....	275
Když jsi zemřela	276
PoCITY.....	279
Zrození	282
Odcházení	290
V srdci tě mám.....	294
O autorech	297

PŘÍBĚH KNIHY

Když mi před třemi roky uprostřed noci přišla vize sestavit knihu příběhů, kterou by sepsali sami muži, příběhů, které by byly osobní a byly vyprávěny srdcem, ani na chvíli jsem nezapochoyboval, že taková kniha vznikne.

Ale vůbec jsem v ten moment netušil, jak dlouho celou knihu budu sestavovat (no tedy myslel jsem, že za půl roku nebo nejpozději za rok kniha vyjde) a ani jak těžké bude dosáhnout toho, aby muži byli ochotni sdílet opravdu od srdce o svých pocitech, tužbách a emocích.

Chtěl jsem oslovit takové muže, kteří nebudou jen popisovat, co kde viděli, co se při tom v jejich okolí stalo, ale budou vyprávět o tom, co se dělo v jejich nitru, co v těch situacích cítili a vnímali. A protože jsem takhle otevřené muže osobně neznal (my muži sice v hospodě mluvíme o všem možném – tedy hlavně o sexu, sportu a politice – ale o svých

prožitcích, emocích, pocitech, tak o tom tedy opravdu nemluvíme), oslovil jsem několik lidí, kteří vedou mužské kruhy a skupiny, zda by mě v tomhle mém snažení podpořili. Podporu jsem nakonec dostal od Zdeňka Webera a mužského kruhu, který založil, a v tu chvíli jsem myslel, že mám vyhráno.

Ne! Ne! Ne! Velikou deziluzi jsem zažíval následující rok. Desátý, jedenáctý, hurá dvanáctý příběh – jásal jsem v duchu a zároveň byl smutný, že tohle opravdu na vydání knihy nestačí.

Ani trochu jsem nepředpokládal, že pro muže je opravdu tak těžké vyjít se svým příběhem na veřejnost, sdílet jej a dát tak nahlédnout za svoje brnění, ukázat veřejně své slabosti, svá zranění.

Když jsem se o tom nedávno s jedním mým kamarádem bavil, tak říkal: „Pocí, emoce – o čem to sakra mluvíš? Já nic takového nemám, prostě jako by mě půlka chyběla.“

A tak se stávalo, že tu a tam přišel další příběh a že mnohokrát vůbec neodpovídal vypsáním tématům a častokrát nebyl psán vůbec tak zevnitř, jak bych si přál.

Zpočátku jsem měl tendenci příběhy autorům vracet a žádat je, aby šli více ke svým pocitům a popsali tenhle svůj stav, ale pak jsem si uvědomil, že chci, aby byla kniha pestrá, aby nebyla jen podle mě, protože každého může zaujmout něco jiného. Každý máme svou barvu duhy, svůj příběh, svůj způsob vyprávění. A kniha odráží tuhle pestrost, tenhle různobarevný pohled na svět.

A také mi došlo, že my muži ještě nejsme ve většině připraveni na to, abychom sdíleli náš vnitřní svět, že snáze nám jde popisovat ten vnější.

A že jsme takoví opraváři. Pokud je něco v pořádku, ať už ve vztahu s ženou, v práci, s přáteli, tak o tom není potřeba mluvit, vše přece funguje jak má. Teprve, když se něco rozbije, třeba manželka, tak hledáme cestu, jak vztah k ní napravit a začínáme se trochu otvírat, ptát a také sdílet. Ale velmi, velmi opatrně, abychom se neotevřeli moc. To je totiž nebezpečné!! Alespoň pro nás, muže.

Nakonec se v knize sešlo více než šedesát příběhů od přibližně čtyřiceti

mužů. A já mám po těch třech letech pocit, že kniha se dostala k cílové pásce svého zrodu a že je první, i když zdaleka ne úplně dokonalou vlašťovkou pro to, aby se tu vůbec otevřel prostor pro mužské sdílení.

A moc si přeji, aby tomu napomohlo jak vydání knihy, tak i prostor na webových stránkách, který pro Srdce muže zůstane nadále otevřen.

Pavel Michalík

POROD

„Přála bych si porodit našeho syna doma,“ zaznělo z jejich úst. Věděl jsem, že se rozhodla moudře, podle své nejnítěrnější pravdy, ale pro mne to byl velmi silný krok, ve kterém jsem cítil, že ode mne potřebuje podporu, kterou jsem jí nebyl schopen v tu chvíli dát. Život ve mně se zastavil, ztuhl jsem a cítil strach. Co když se něco stane? Kdo jí pomůže? Na to přeci já nemohu stačit! Vůbec nevím, co bych dělal, nevěřím si, že bych jí mohl pomoci a že bych to mohl zvládnout. Byl jsem jedna velká pochybnost. Bylo pro mě těžké představit si, jak něco takového může probíhat, a navíc v našem domě, s mou ženou a naším prvorozeným dítětem. Její slova zněla velmi přesvědčivě, dost klidně, ale nebyl jsem jí na to schopen ani nic říct, natož ji okamžitě podpořit. „Neumím si to představit a vůbec nevím nic o porodu doma“, řekl jsem. Věděl jsem, že potřebuji mnohem více informací a hlavně dodat pocit důvěry v to, že je to pro nás všechny ta nejlepší cesta. Hledal jsem ubezpečení toho, že rodit přirozeně a „jen“ s porodní bábou je pro mou ženu a naše dítě to nejlepší, co můžeme udělat.

Po zjišťování mnoha informací, čtení a podrobném zkoumání možností v naší zemi mi žena nabídla jednodenní přednášku na toto téma se ženou, která rodila doma již čtyřikrát.

Vůbec nikam se mi nechtělo, a tak mozek začal vymýšlet všechny možné i nemožné důvody, proč nikam nejedít. Ve výmluvách jsem měl i podporu těla, zrovna jsem měl zánět kotníků a teplotu. Co tím sakra skrývám? Je to strach! Bojím se ve skutečnosti toho, že selžu, že nebudu schopný postarat se o mé milované, že jim nedokážu zajistit bezpečí. A co bych dělal, kdyby

POPRVÉ

Kdo bude dřív? Stojíme s kamarádem u něj doma odpoledne po škole, piňdoura vyndanýho ze slipů, a honíme si ho jako o život. Uf, uf, uf, budu první, už buduuuuuu. Áááách.

To bylo poprvé.

Neměl jsem žádnou holku do svých dvaadvaceti. Báł jsem se, že mě odmítne, tak jako se mi to stalo ve dvanácti. Citlivej kluk. Brečím doma pod peřinou a říkám si, že už nikdy. Sám se sebou uzavřu takovou dohodu. Nikdy už nechci cítit tu bolest. Nikdy už se nenechám ztrapnit. Do mýho srdce už nikdo nepronikne.

Vdaná panička. Oblouznil jsem ji svými básněmi. Hotelový pokoj ve tři ráno. Vůbec nevím, co mám dělat. Nešikovně jí líbám, povalím na postel, hladím bradavky. Jak se proboha dostanu dovnitř? Kudy? Ve filmu to vypadá snadno, ale kde je tady, u ní, sakra ta díra? Pomáhá mi. Nikdy bych se jí nepřiznal, že je to poprvé. Ví to? Odevzdávám se. Vůbec nevím, co se děje dál. Sedí na mě a hýbe se. Je to úžasné, jsem rád, že to řídí, jsem rád, že jen stříkám.

To bylo poprvé.

Vyhýbal jsem se vztahům, zodpovědnosti. Báł jsem se odmítnutí. Vytvořil jsem si svůj vnitřní svět. Platonické lásky, bezpečí, nezranitelnost. Nevěděl jsem, jak holku oslovit, jak ji pozvat na rande. Byl jsem pozorný, naslouchající, radící. Byl jsem výborná kamarádka. I pro spolužačku, která vojela kdekoho. Jen já jsem byl přítel. Hrdý přítel. Navenek. Nasraný,

zavidějící, trpící. Uvnitř. Jak já jsem chtěl, jak moc já jsem chtěl? Jak moc jsem ostatním záviděl. Jsem ale přeci hodnej kluk, romantik, ne žádný prasák.

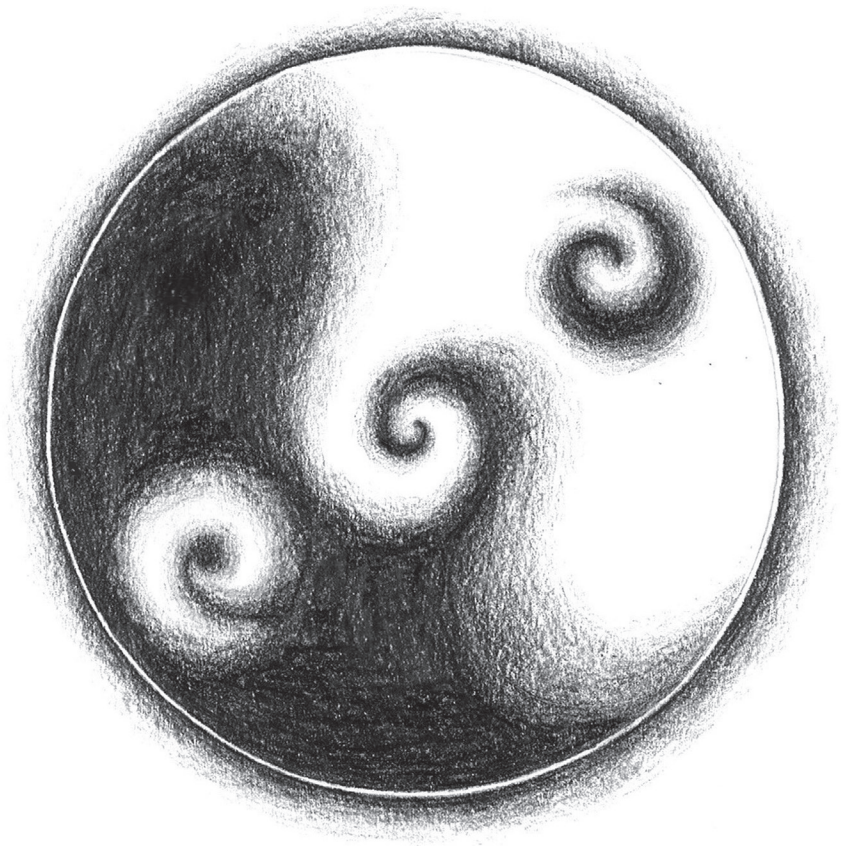
Divná kamarádka.

Jsem uvnitř. Pomalu se pohybuji sem a tam. A při tom se jí dívám do očí. Je v nich láska. Láska, která proudí mezi námi. Něžně, opatrně se pohybuji a přitom vnímám jen ty oči, ten proud, který jde až do srdce. Vůbec se nepotřebuju udělat. Vznáším se v oblacích, jsem mimo svoje tělo a při tom tady. Nejsme tak tvrdý jako jindy. Vím to a při tom mi to vůbec nevadí.

Nejsem jen tělo. Jsem i duše. Jsem energie. Nejsme ani ty, ani já. JSME.

To bylo poprvé.

Pavel



OTEC

Chybí mi. Ten neznámej chlap. Nikdy bych to nikomu neřekl. Vím to vůbec? Jsem ještě malej kluk. „Můj táta má sílu, že kdyby tě nakopnul, vyletiš až na Měsíc!“ – „To můj táta, kdyby tě nakopnul...“ Druháci se hecujou před školou v malým Městečku. Mlčím. Cítím se nesvůj. Stydím se? Maskuju se nasazeným úsměvem, možná nemám koutky nahoru. Je mi sedm, osm let. A nemám tátu.

Mám ale dědu. Bydlím u něj a u babičky. Žijeme tam i s mámou a mou ségrou. Zpětně si uvědomuju, že děda je pro toho malýho kluka nejlepším chlapem na světě. Ale že by někoho nakopnul? Asi ne. V dětství beru jenom svýho dědu jako dospělýho a živýho chlapa se vším všudy – jako svůj vzor. Pak taky ještě přišel umělohmotnej herec Jean-Claude van Damme a karate. Kabrňák.

Ale co otcové mýho života? Hm, abych začal počítat na prstech jedný ruky.

Biologickej otec – nikdy jsem ho v dětství neznal, snad jen první roky života. Nevím, to si nepamatuju. Na několika černobílých fotkách doby je definitivně odtrhnutej. V posledních letech momentální dospělosti ale mám možnost poznávat ho. A on mě. Moje volba, zkouším to.

Pak je tu první otčím – je mi šest let, možná pět. Jsem zavřenej doma v šatně, když opilej bije mámu. Zavřela mě za papundeklový dveře, abych neviděl. Dřepím pod bundami mezi hromádkama knížek a časopisů. Bolí mě břicho. Kde je mladší ségra? Nevím...

Nenechal jsem se takovou plytkou odpovědí odbýt: „Mráz je příčina, ne důvod. Co je důvodem?“

Trochu jsem ho tím zaskočil, neměl připravenou rychlou odpověď, musel se chvíli trápit. Cítil jsem, že ocenil dobrou otázku, a za pár vteřin mi přihrál myšlenku: „Důvodem je, že voda je taková. Je to její vlastnost, že při určité teplotě zmrzne. Jiné látky mrznou jindy, to je zase jejich vlastnost.“

„Dobrá,“ připustil jsem, protože mi to přišlo logické, a zkusil jsem jít dál: „A může s tím voda něco udělat? Může tuhle svou vlastnost nějak změnit, aby nezamrzla při 0 °C, ale jindy? Může se stát „jinou“ vodou?“

Teď už se nedal nachytat: „Jasně že může, když v sobě rozpustí třeba sůl, tak nezamrzne.“

A najednou mi svítl. Dávalo to smysl. Zaplavil mne neskutečně krásný pocit, že vesmír je dnes otevřený právě a jen pro mne. Chvilky, kterých člověk zažije jen pár za život a které si musí zasloužit. A tuhle jsem si sakra zasloužil. Čtyřicet let, než jsem to pochopil. Zároveň ale přišla i nevýslovná radost z toho, že jsem vůbec pochopil, protože většina lidí to nepochopí nikdy.

Pochopil jsem, co dělám pořád špatně. Onoho rána mi došlo, že to, co platí pro vodu, platí i pro člověka. Co je důvodem toho, že člověk nějak reaguje na určité situace? Proč ho něco potěší, něco vyděsí, něco bolí a něco naplní beznadějí?

Důvodem nejsou události samy, ale naše nastavení. Jak jsme my sami uvnitř ustrojeni, tak reagujeme. Události jsou jen příčiny našich reakcí, důvodem jsme my sami.

Dobrá, ale můžeme změnit své vnitřní ustrojení, můžeme sami sebe přenastavit? Dozajista ano, když může voda, člověk může tím spíš. Pak jsme ale schopni docílit stavu, kdy sami určíme, jak budeme na konkrétní situace reagovat.

Všechno je jen a pouze v nás – radost, štěstí, klid, pohoda. Smutek, strach, neklid, stres samozřejmě také, ale kdo by o ně stál, když si může sám vybrat svět, ve kterém bude žít.

O AUTORECH

Pavel Michalik

Pracuji jako vysokoškolský pedagog a vedoucí mužských skupin a kruhů. Točím dokumentární i hrané filmy, rád píši, povídám o životě a užívám si svých tří synů.

Před šesti roky jsem po svém prvním meditativním setkání se smrtí hodně změnil svůj život. Zjistil jsem, že nepotřebuji pivo ani jointa, abych se dotkl něčeho vyššího. Postupně jsem pochopil, že smysl života, který stále hledám, není ve věcech ani činnostech kolem mě. Že smyslem života jsem Já sám. Začal jsem vnímat své srdce, o kterém jsem do té doby ani nevěděl, kde je. A začal jsem se vypořádávat se svým největším strachem. Strachem ze své maskulinity, ze svého mužství. Začalo se narovnávat pokřivené vnímání sebe sama jako muže, pokřivené vnímání toho, kdo je vůbec muž. Začal jsem se osamostatňovat, hledat svou vizi a naplňovat ji.