

Chci chvíli doznívat

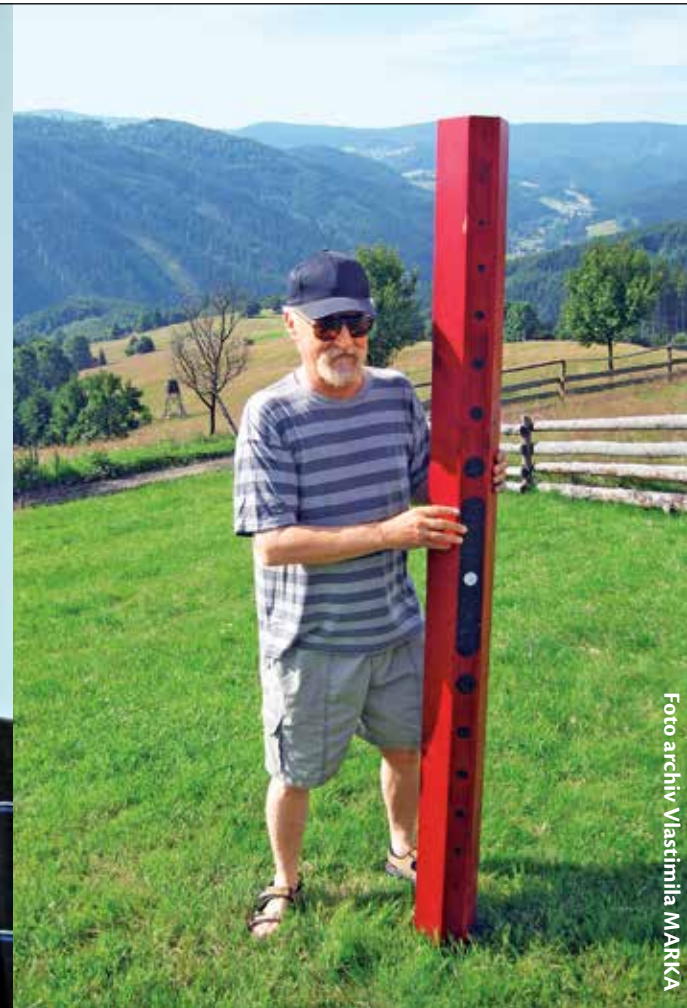


Foto archiv Vlastimila MARKA

Vlastimil Marek * 23. srpna 1946

Spisovatel, duchovní učitel a lektor,
alternativní hudebník, buddhista

Jako hudebník působil ve skupinách Extempore, Elektrobuss, Amalgam a MCH Band, vystupoval také s Jakubem Nohou a Emilem Pospíšilem. Coby aktivního člena Jazzové sekce ho pronásledovali komunisté. Za organizování mírového gongového koncertu ho v srpnu 1986 zatkla StB. Byl odsouzen za údajné poškozování zájmů republiky v cizině, v roce 1990 byl plně rehabilitován. Propaguje etnickou, ambientní a new age hudbu, zasadil se o zviditelnění alikvotního zpěvu. V roce 1999 se na konferenci The Art of Birthing v New Yorku poprvé setkal s propagátorem přirozených porodů Michele Odentem. Roku 2001 se na pražské konferenci Přivádíme děti na svět seznámil se zakladatelem prenatalní psychologie Peterem Fedorem-Freyberghem. Na přednáškách a seminářích po celé republice šíří myšlenku přirozených porodů. V knižní tvorbě se věnuje oblasti hudby, zenové filozofie, propagaci přirozeného porodu, zpěvu a hudby v těhotenství.

Z bibliografie: *Český zen* (1994), *Hudba je lék budoucnosti* (1996), *Tajné dějiny hudby – zvuk a ticho jako stav vědomí* (2000), *Nová doba porodní – přirozený porod jako cesta ke společnosti bez násilí* (2002), *Hudba jinak – hudební nástroje a styly, které vám mohou zlepšit zdraví a změnit život* (2003), *Návod na použití člověka – meditace jako cesta ke štěstí a zdraví* (2004), *Budoucnost duchovnosti – další fejetony o duchovnosti a jiném myšlení* (2010), *Porodit Buddhu – provokativní, ale také inspirativní fejetony o tom, že ženy mohou změnit svět* (2013)

Duchovní učitel Vlastimil Marek o cestě k vědomé smrti

Jsem zhruba o čtvrt století mladší. Asi se neumím vcítit do životní fáze, v níž se nacházíte.

Jsem za zenitem. Vše, co jsem potřeboval, mohl a měl sdělit, jsem vyslovil, v různých formách zveřejnil a uložil pro příští generaci zájemců. Umění žít jsem zvládl už za totality, o to víc jsem si života užíval po ní. Cítím se jako typický český, ještě všeobecně vzdělaný a za třicet let aktivního psaní a přednášení téměř zprofesionalizovaný důchodce. Tedy ten, kdo už zná odpovědi na všechny otázky života, ale nikdo se ho na nic neptá. Ale neřeším to. Užívám si života jako nikdy předtím.

Máte pocit, že se vás nikdo na nic neptá? Jste přece autor řady knih, domníváte se, že nikoho neoslovují? Poněkud jsem předběhl dobu, takže čekat, až veřejnost zaznamená, přečte, nebo dokonce pochopí má poselství, nemá smysl. Byl jsem na svou dobu příliš nadšenecký, aktivní, záměrně nespojen

Byl významný alternativní muzikant, ale své nástroje rozdal a hudbě už se nevěnuje. Ani ji neposlouchá. V osmašedesáti letech průkopnický plánuje odchod z pozemského světa. Důstojný, a tak trochu hudební – jako když se kácí rezonanční smrk.

se ziskem nebo odbornou pozicí. Nejprve coby disident a později jako alternativní provokatér jsem vířil zatuchlé vody v českých rybnících muzikoterapie, školství, rychlokvašené emancipace českých žen, totalitní atmosféry v českých porodnicích. Vždy jsem se snažil najít nejen skutečné příčiny individuálních, celospolečenských a dobových problémů, ale i metody jejich řešení. Snažil jsem se rozpoutat diskusi, leč reakce zatím téměř žádné: rozmazlená společnost není připravena. Co se týče nejbližší budoucnosti, nemám o tomto státě ani o jeho konzumem omámených obyvatelích žádné iluze.

To zní jako hodně nekompromisní ortel. Celé roky smutně komentuji mizející schopnost tolerantní komunikace a respektu. Většina Čechů se snaží co nejrychleji a bezohledně najít své štěstí – chtějí si užít. Přitom by stačilo sledovat výsledky dlouhodobých výzkumů: za posledních dvacet let se materiální situace většiny lidí v naší kultuře podstatně zlepšila, aniž došlo ke znatelnému vylepšení pocitů osobního štěstí. Jsme až na vzácné výjimky ryzí materialisté, kteří chtějí pořád víc. Mnozí dokonce konzumují i šamany, bohyně a duchovní semináře. A když pak přijde někdo, kdo je zve o duchovnu nejen

poslouchat a číst, ale skutečně konat, raději jdou k jinému, který nabízí rychlejší a trpytější cestu.

Mluvíte z vlastní zkušenosti, předpokládám.

Pořádal jsem kdysi sérii tří seminářů, vždy po měsíci. Na konci prvního jsem účastníkům doporučil, aby cvičili to a ono, potom že budeme pokračovat. Poctivě trénovali tak tři z těch třiceti lidí! A líní po měsíci závistivě koukali, že ti, co trénovali, krásně hvízdají alikvoty, dobře meditují, chytře a správně se ptají, mají zážitky. Líní si samozřejmě stěžovali na nespravedlnost – jak to, že my jsme neměli zážitky? No protože měsíc jen pasivně čekali, až jim to někdo nalije trychtýřem do hlavy. Ani cizí jazyk se nenaučíte tak, že si koupíte učebnici čínštiny a přečtete si ji za víkend. Tak jako žena, která si mužem nechá zaplatit kurz Bohyně sexu za víkend a v neděli večer ho při návratu seřve, že jí to nikdy neudělal správně. Místo toho, aby ho jako nikdy předtím pomilovala. Takový mají Češi vztah k duchovnosti.

Kde a proč se v nás bere ta lenost s povrchností?

Povrchnost, spěch a nesoústředění, a nakonec i neustálá nespokojenost se sebou samým, jakož i spotřební neukojitelnost, vyplývají právě ze sobectví a z něj plynoucího materialismu. Zjednodušeně řečeno: materialismus, který máme na mysli, vyplývá také z nesprávně vedených porodů, ze dvou světových válek minulého století bez lásky – z nich vyplývajícího drezurního školství, na zisk orientovaného zdravotnictví a špatně fungujících soudů a státní správy. Přitom materialismus je jen jakýsi program mysli, který se při troše snahy dá přeprogramovat. Ale musíme pro sebe začít něco pozitivního dělat – třeba jíst vegetariánsky, cvičit jógu nebo se pomoci meditací naučit být k životu i partnerům pozorní.

Když je to s českou duchovností tak špatné, proč se pořád snažíte lidi přesvědčovat o smyslu duchovných cest? Není pro vás lepší zavřít se do klidu někam na poustevnu? Izolovat se?

Češi měli po roce 1989 obrovskou šanci něco zásadního změnit, ale ačkoli za námi v naději, že nezopakujeme jejich chyby, jezdily duchovní osobnosti z celého světa – včetně dalajlamy –, zklamali jsme je i sebe: zvolili jsme nákupy. A navíc to, co si laici myslí o duchovnosti nebo o duchovních učitelích, je zase jen obrovská iluze. Poustevna je dobrá jako škola, místo, kde se o sobě něco dozvím a něco se naučím, ale pak je třeba vyjít do světa a podělit se.

Když jste byl ve vězení, pořádal jste turnaje ve vyprávění vtípů – vaše životní metoda je pozitivní vnímání a jednání. Přiznám se, že v našem povídání mnoho optimismu necítím.

Člověk ani společnost nemůže ven z pasti, dokud si neuvědomí, že v ní je. Po lekcích otevření očí v mých knihách a člancích vždy následovaly nějaké terapeutické, jakkoli alternativní, k pozitivním výsledkům směřující metody. Že je málokdo vyzkouší? To není můj problém, ač mi to může být líto. Říkávám, že ještě není tak zle, aby mohlo být lépe. A dělám všechno pro to, aby lidé, kteří si to časem uvědo-

mí a budou chtít pro nápravu věcí něco dělat, měli po čem sáhnout.

Vždy záleží na úmyslu. Dvacet let jsem se věnoval osvětě v případě zbytečně medikovaného porodnictví, které je na počátku všech problémů. Přestože se situace k lepšímu nezměnila, získal jsem jiný pohled na lidi. Jsem daleko tolerantnější, protože povahu zlých lidí, lhářů a lakomců, jakož i samotnou existenci závisti, zla a lakoty, vysvětluje ve většině případů právě traumatický porod. Z toho plyne vlastně optimistický závěr: stačilo by změnit přístup k porodu a za dvě tři generace by svět neznal agresí a násilí. Ověřil jsem si také, že idealisticky pojmá bezpodmínečná láska, která většinu lidí nečiní potíže, pokud se jedná o kotě nebo kuřátko, ale s nerudným šéfem či s trucovitou partnerkou ji už nezvládají, je možná. A nakonec pro všechny výhodná.

**Na porody jsme narazili už poněkoli-
táté, je to jedno z vašich témat. V čem je
současné porodnictví špatné, poškozující
a traumatizující?**

Lidé netuší, že všichni jsme obětí obětí. Pohybujeme se v bludném kruhu generací. Lékaři, kteří dnes vedou porodnice, byli traumaticky, a tedy poškozeně porození před padesáti lety v socialistických porodnicích, dnes stejným způsobem vedou porody. Stejně neporadí těhotným ženám jejich matky, které porodily ve zbytečných bolestech v nemocnicích. Přitom těhotenství není nemoc! Potřebujeme re-generaci společnosti. Nejlépe je začít na samém počátku, u porodů.

**Jistěže těhotenství není nemoc, ale jaký
vliv má porod na nefunkční školství,
zdravotnictví, soudy?**

V REGENERACI jsem v roce 1998 uveřejnil přílohu s názvem Prenatální život. V roce 2001 jsem tamtéž publikoval text Nová doba porodní: přirozený porod jako cesta ke společnosti bez násilí (což byl základ pozdější stejnojmenné knihy z roku 2002 – pozn. red.).

Na mém blogu jsou k dispozici články na téma zbytečně medikace porodů u nás, píšu zde také o výhodách porodů přirozených. Tedy takových, při nichž nezasahují lékaři. Neexistuje totiž jediný důkaz, že způsob, jakým dnes probíhá porod v továrnách zvaných porodnice, je – kromě

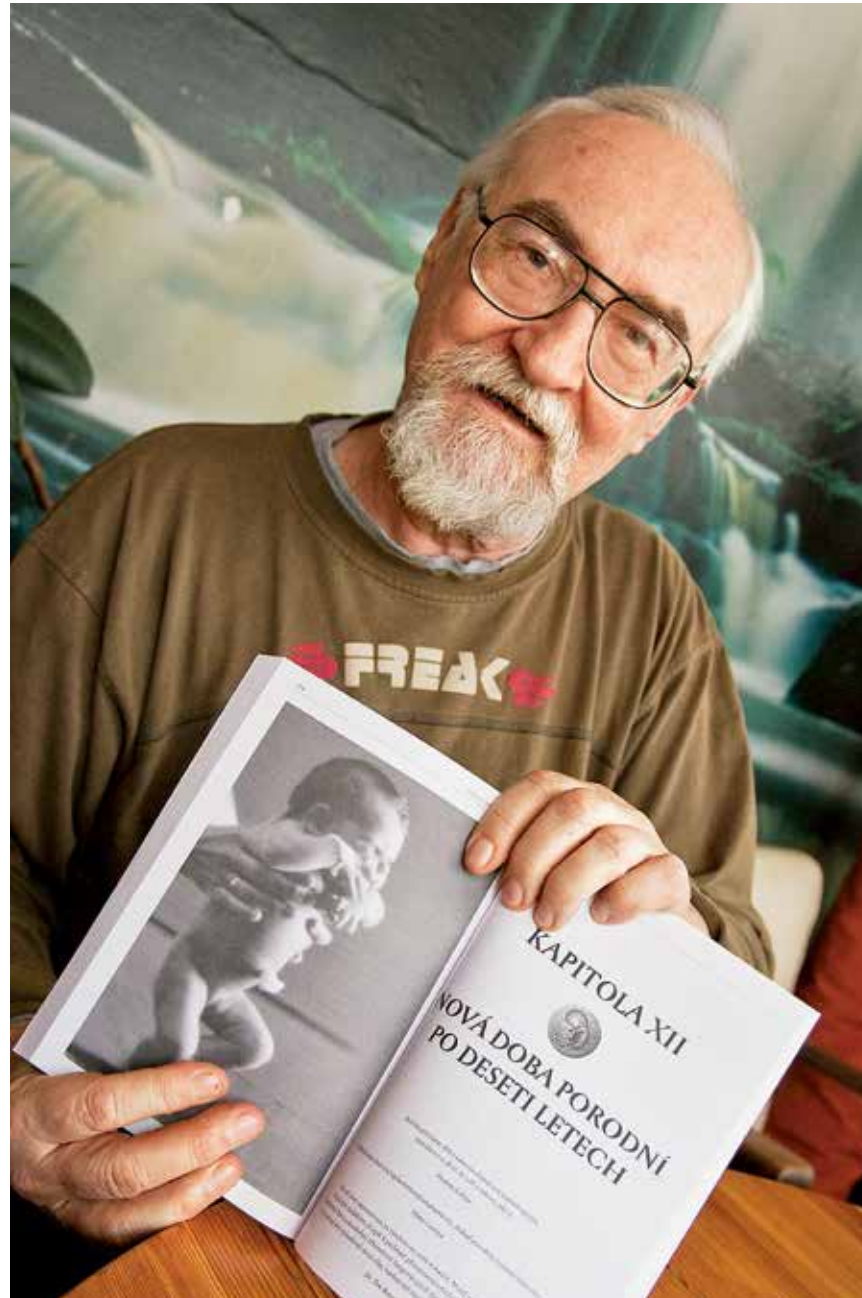


Foto Ota NEPILY

několika procent akutních patologických případů – pro rodičku a její dítě bezpečný a prospěšný.

**Když to otočíme, jaké jsou důkazy
o opaku? Tedy, že současný porodnický
systém je nebezpečný?**

Existují desítky závažných studií dokazujících, že téměř všechno na běžném, lékaři vedeném porodu – a tím myslím už polohu, rutinní přístupy a postupy, odcizení, aplikaci povzbuzujících a utišujících prostředků a další okolnosti –

rodičku, a především její dítě ohrožuje a bohužel mnohdy také na celý život fyzicky, a hlavně psychicky negativně ovlivňuje. Ve Švédsku, kde mají nejnížší porodní úmrtnost na světě, je lékařských zásahů u porodu jen sedm procent, u nás devadesát procent. Americký neonatolog Marsden Wagner po inspekci v českých porodnicích, iniciované Světovou zdravotnickou organizací, prohlásil, že první, čeho se českým ženám v porodnicích dostane, je nesvoboda následovaná obřízkou a separací dítěte.

Tak zlé je to i dnes?

Ano, bohužel je. Psycholožka Michaela Mrowetz na nedávné mezinárodní konferenci přirovnala běžný medikalizovaný porod u nás k pomyslné situaci na ulici: těhotné ženě někdo nabídne drogu, ale informuje ji jen o jejích pozitivních účincích, jiný tutéž ženu povalí na zem a tlačí na břicho, další jí nastříhne vaginu a ještě další jí odnese dítě. Na ulici bychom napočítali hned několik trestných činů, v porodnici se totéž nazývá porodní péčí.

**Mluvme teď o opačném pólu života.
Před třemi lety jste měl zdravotní krizi
a málem jste vyvanul, jak tehdejší situ-
aci nazýváte. Jak přemýšlíte o smrti?**

Měli bychom mít možnost odejít ze života právě tak rituálně a slavnostně, jak bychom se měli narodit. Současná takzvaná svobodná společnost ani netuší, a nechce slyšet, jak nás stát v momentech zrození, ale i umírání a smrti, kontroluje a terorizuje. A dokonce trestá jakýkoli pokus o alternativu. Je ale jen otázkou času, kdy se lidé vzeprou a pokusí se o vědomě dobrou smrt. Tak jako se v dobách před Inký v tamější společnosti vždy několik lidí, kterým bylo přes šedesát let, měli vnuky a zasadili dostatečný počet stromů, domluvilo a uspořádalo slavnost. Během ní tito lidé vypili nápoj a umřeli.

**I vy se připravujete na podobně vědo-
mý odchod?**

Poslední roky se připravuji, abych byl fyzicky i duševně očistěn a mohl odejít radostně a optimisticky v čase, kdy se svobodně rozhodnu. Volím zkrátka jinou cestu než ti, kteří, aniž to tak chtějí, umírají ve strachu, ve zbytečně prodlužovaném utrpení a v technokraticky vnuceném odcizení nemocnice nebo léčebny dlouhodobě nemocných. Nechci se podílet na všeobecně rozšířeném předstírání většiny, že smrt zmizí, když ji schováme. Což navíc systému umožňuje vydělávat na prodlužovaném utrpení bezmocných – to je přece něco pokryteckého a neodpustitelného.

Možností je minimum, a tak stále průkopnický hledám. V nedávném rozhlasovém povídání se na toto téma rozhovořil i Zdeněk Mahler. Zmínil, jak se kácí rezonanční smrky (stromy, jejichž dřevo slouží k výrobě hudebních nástrojů – pozn. red.). Aby nebyly pádem na zem poškozeny, lesníci je při kácení pokládají do vysokého, měkkého lůžka z větví. A smrk pak ještě hodnou chvíli dozrívá... Zdeněk Mahler pak dojatě dodal: Já bych také rád nějakou dobu dozrival.

**Předpokládám, že byste nedozrival
v tónech evropských stupnic.**

To ne, protože naše stupnice jsou uměle vypočítané, tedy anatomicky rozladěné. Proto také naše hudba nefunguje a dnes spíše škodí. Už celé roky nehraji, nástroje jsem rozdál, sbírku CD také. Hudbu jako takovou – až na výjimky, kdy si třeba zazpívám nějakou mantru – neposlouchám, protože ji nepotřebuji. Mou hudbou je ticho, šumění stromů, zvuky života. Za ty roky, kdy jsem hrával jen na tibetské mísy, jsem totiž radikálně zjemněl a současnou běžnou produkci, až na vzácné výjimky, vnímám spíše jako obtěžující a bolest způsobující.

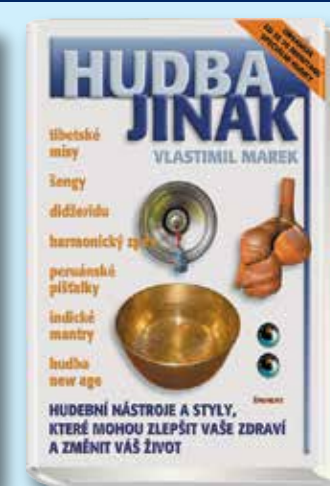
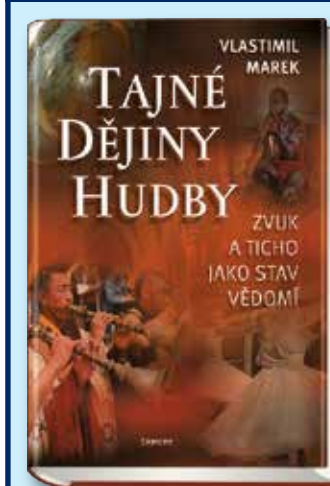
**Chcete doznít jako rezonanční smrk.
Jak myslíte, že dozní tato doba?**

Každá doba zanikne. Kolaps naší civilizace se blíží a je neodvratný. Jde jen o to, aby zjednodušený systém proběhl co nejméně bolestně a abychom se poučili. Zatím je lidstvo nepoučitelné. Jak kolaps proběhne a co si z té zkušenosti dokážeme vzít, bude jen na nás. Jde také o to, abychom měli představu, co bude po onom krachu. Aby existovala povědomost o nějaké – nejlépe pozitivní a duchovní – vizi. Již od dob totality opakují, že je to právě praktická a aplikovatelná duchovnost, kterou budeme muset zvládnout všichni, jinak nebudeme vůbec.

Miloš KOZUMPLÍK

INZERCE

Vlastimil Marek v nakladatelství Eminent



**TAJNÉ
DĚJINY HUDBY**

224 stran
165x235 mm
249 Kč

**HUDBA JINAK
(s CD)**

184 stran
165x235 mm
349 Kč

**NOVÁ DOBA
PORODNÍ**

264 stran
165x235 mm
299 Kč

Knihy jsou k dostání v knihkupectvích České republiky a Slovenska.