

# Cesta OPRAVDOVÉHO muže

MUŽ MUSÍ BÝT CITLIVÝ A VNÍMAVÝ, MUSÍ UMĚT NASLOUCHAT ŽENĚ, POMÁHAT V DOMÁCNOSTI I S DĚTMI. MUŽ MUSÍ BÝT SILNÝ A ODVÁŽNÝ, MUSÍ VYDRŽET ZÁTĚŽ I BOLEST A OCHRÁNIT RODINU V PŘÍPADĚ POTŘEBY. MUŽ MUSÍ BÝT ZÁBAVNÝ, VTIPNÝ A MÍT SVÉ KLUKOVSKÉ SNY. MUŽ MUSÍ BÝT VÝKONNÝ V POSTELI I V PRÁCI, ANI PŘÍLIŠ TVRDÝ ANI PADAVKA. MUŽ SE ASI MUSÍ VE FINÁLE ZBLÁZNIT, CHCE-LI BÝT SKUTEČNÝM MUŽEM. NEBO NE?

TEXT TOMÁŠ SHARAM KRAMÁR



Marcel Harazim (41)



Tomáš Sharam Kramár (34)



Richard Vojík (36)

**D**řív to bylo jasné dané: muži pracovali a válčili, aby uživil a ochránili rodinu, ženy se staraly o děti a domácnost. Muži museli být drsní a necitliví, aby vše zvládli, a stejně tak přistupovali k ženám. To byla první fáze, doba zjištěného muže. 20. století všechno změnilo. Nejprve se osamostatnily ženy, naučily se řídit auta i firmy a ochranu silného válečníka v dnešní době nepotřebují. Muži – v Evropě v reakci na druhou světovou, v USA v reakci na válku ve Vietnamu – zahodili své divoké, agresivní mužství, už nechtěli zraňovat. Dlouhovlasí tančící muži zajímající se o duchovno a sexuální vztahy, popírající řád a autority, dali vzniknout novému, jemnému, citlivému muži. A ženy mu začaly dávat před-

nost. Drsný macho je sice víc sexy, ale citlivý muž je lepší do moderní rodiny. Je to chlap, který v sobě rozvinul své vnitřní ženské kvality. Jenže zmužnělá žena a zženštilý muž, to zavání spíš příjemným pokecem než sexuální vášní. A tak začali někteří muži hledat, jak zůstat citliví a přitom si vzít zpět své chlapské koule. To je příliš stručná historie mužství, ale pokud vás zajímá, proč jsou muži dnes takoví, jací jsou, sáhněte po knize Roberta Blye Železný Jan, kultovním díle o mužské identitě. „Stejně jako se ženy naučily pohybovat mezi svým ženským a mužským polem, tedy obléknout si kostým a sednout za volant, když jdou do práce, a naopak zkráslit se a přejít do své vnitřní ženy, když jdou večer s mužem do divadla, tak i muži se mohou naučit pohybovat v těchto polaritách. Někdy je těžké a nepohodlné říct chlapsky ženě: ‚Ne, teď půjdeme sem!‘, jenže ta

**Drsný macho je víc sexy, ale citlivý muž, zajímavější se o duchovno, se do moderní rodiny hodí přece jen lépe.**

žena to ocení, ono ji to položí, protože je to sexy. Ale zase občas, když se potřebujeme o něčem bavit, tak mohou jít víc do středu a ona taky a tam si budeme rozumět, protože budeme používat podobný jazyk, zatímco když jsme v polaritách, tak my se sice přitahujeme, ale v jádru si nerozumíme,“ říká Jan Bílý, který již léta vede mužské kruhy a semináře v Čechách.

Potřebujete-li trochu nakopnout a rozproudit svou energii, práce vás nenaplnuje a vztah není takový, jak si představujete, přečtěte si Cestu pravého muže od Davida Deidy. Už jen při čtení názvů kapitol v obsahu vám začne běhat mráz po zádech. Deida neskutečně trefně popisuje rozdíly mezi ženským a mužským prožíváním a myšlením. Jeho základní myšlenkou je, že zatímco žena pro své naplnění a podporu ženské energie potřebuje láskyplný vztah, pro muže partnerka ani rodina nesmí být na prvním místě. Muž musí žít pro své poslání, pro svůj účel, pro činnost, která ho naplňuje životem a radostí, a tuto energii pak

přinášet domů a předávat své ženě. Pokud muž vědomě nezná smysl svého života, pak jen bezcílně proplouvá životem, prací i vztahem. „Cíl mužství je, když kráčíš po své cestě a jdeš z vnitřní síly a hloubky, a kdykoli přijdeš na to, že jsi tak trochu ztracený, tak si sedneš a jdeš meditovat. A to je taková novinka, že pravý muž, jak ho nazývá Deida, na to jde právě skrze meditaci, tedy zastavením se a soustředěním na to, co se opravdu děje tady a teď. Není ani v minulosti, ani v budoucnosti, ale tady a teď se dívá, co může víc dát. A aby mohl víc, →



Muži dřív válčili a chránili a aby vše zvládli, museli být drsní. I k ženám. Dnes chceme pravý opak... Nebo ne?

sto lety, kdy se mezi nimi objevovaly sufražetky, které demonstrovaly za svá práva, ostříhaly si vlasy a oblékly kalhoty. Což bylo neslýchané a zároveň celé považováno za extrémně neatraktivní. A stejně tak muži, kteří na sobě dnes pracují, občas ztrácejí mužskou atraktivitu. Za to však mnohem víc získávají, a bylo by fajn, kdyby ženy byly trochu shovívavější k tomu, že muži občas nemají toho macha v sobě. Což je podpoří v tom, aby se do něho uměli rychle vrátit.“

Na této cestě mohou mužům zásadně pomoci zejména jiní muži. A to nejlépe tací, kteří se už sami vydali na cestu sebepoznání a dokážou být neúprosně kritičtí ke svým přátelům. Žádné chlácholení tady nepomáhá, jen upřímné nastavení zrcadla a podpora v překonávání vlastních hranic a pohodlnosti. Toto prostředí nabízejí různé mužské kruhy či skupiny. Kontakty, stejně jako další zajímavé informace, najdete na webu Jana Bílého [www.konstelace.info/muzi.html](http://www.konstelace.info/muzi.html).

Takže, milé ženy, podpořte své partnery v rozvoji mužství. Ať už vám připadají příliš chlapáctví nebo zbytečně zženštilí, cesta je stejná a výsledek je benefitem hlavně pro vás! Protože když muž převezme opatř a udá směr, vy můžete přestat věci kontrolovat a uvolnit své ženství. Když muž získá sebejistotu a radost při plnění svého poslání, dokáže vás otevřít a napumpovat svou energií, kterou vy přeměníte na lásku. Když se muž naučí cítit, může otevřít své srdce a tuto lásku od vás přijímat. Tím se sepne kruh vašeho vztahu a naskočí ona malá atomová elektrárna, kvůli které jste vlastně spolu.

**PODĚLTE SE O SVŮJ NÁZOR**  
Co si o mužích a jejich současné roli ve společnosti myslíte vy? Jak vypadá a jak se chová ideální muž? Diskutujte na [www.zenaazivot.cz](http://www.zenaazivot.cz). Tři odpovědi odměníme!

musí nejdřív naplnit sám sebe,“ říká Richard Vojtk, jeden z mála účastníků Deidových mužských seminářů.

Když muž není takzvaně ve své síle, není si jistý sám sebou a nenaplnuje svým životem své poslání, neklape mu to ani doma v posteli. Protože první, kdo vycítí mužovu nejistotu, je právě jeho žena. Žena svého muže neustále intuitivně, nevědomě testuje, jestli je pevný a stabilní, aby se o něj mohla s důvěrou opřít. Jestli udrží kormidlo v nastaveném směru, i když ho bude v slzách prosit, aby otočil. Žena ví, že pravý muž nikdy nemění svá rozhodnutí jen proto, aby udělal radost své ženě. A pravý muž ví, že to, co žena chce, není to, co říká. Opravdový chlap musí umět svou ženu i svět pročit, aby je otevřel a dobyl. „Chlap se musí naučit vnímat, dovolit si pocity,“ tvrdí Jan Bílý. Také proto, že své poslání, svůj smysl života nemůže vymyslet, ale musí ho najít pocitem. A to je pro chlapa strašně nebezpečné,

## Muži jsou dnes v podobné situaci, jako byly před sto lety ženy, kdy bojovaly za svá práva. Také si zaslouží podporu.

protože je to obvykle doprovázeno tím, že se jeho mužský svět nějak poškodí. Možná to přestane trochu klapat v práci, možná v sexu. Ale teprve z téhle krize se mohou partneři dostat do jaksi víc tantrického sexu, kdy chlap je schopný se podívat, co vlastně žena cítí, a žena je schopná se podívat, co si ten chlap představuje a myslí. „Protože normálně žena cítí a chlap jede podle svých zažitých zvyků,“ říká Jan Bílý a zároveň apeluje na ženy: „Je důležité, aby ženy pochopily, že muži jsou v současné době v podobné situaci, v jaké byly ženy před nějakými

## CITLIVÝ GAUNER, KTERÝ DOKÁZAL ZCELA ZMĚNIT SÁM SEBE

Marcel Harazim, 41 let

**Z** Marcela vyzařuje silná chlapská energie, i když je oblečen do jogínského roucha. V kavárně sotva usedne a už vesele flirtuje s číšnicí. „Jako správný potomek předrevolučního žižkovského taxikáře jsem býval gauner s velmi pestrým životem. V devatenácti jsem se ocitl ve vězení, ve třiceti jsem v Izraeli šéfoval firmě provozující tři ilegální kasina. Byl jsem typický produkt specifické výchovy svého otce – bezohledný macho, chlapák, který byl zvyklý své přítelkyně spíš jen ‚používat‘. Samozřejmě vím, že to zní hnusně, také mi z toho později bylo všelijak, ale také vím, že jsem se z tohoto období dost poučil,“ svěruje se.

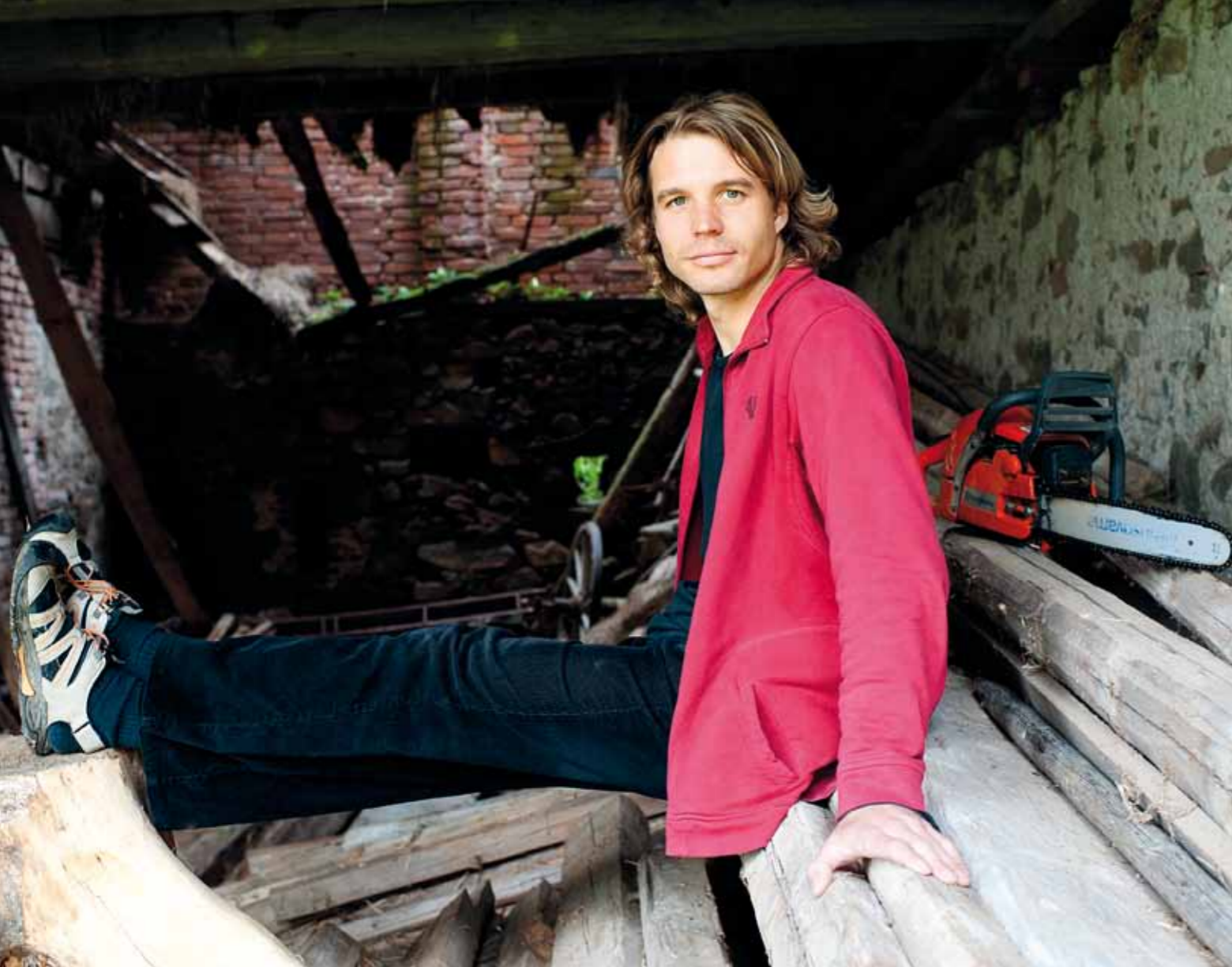
„Moje cesta k sobě, k mé podstatě, začala velmi netradičním řešením vleklého zdravotního problému. Skrze tuto zkušenost jsem se pak dostal k masážním, meditačním a jógovým technikám, kterými jsem postupně zjemňoval sám sebe, svůj vztah ke světu, a tedy i k ženám. Přispěly k tomu samozřejmě i mé zkušenosti s tantrou. Skutečně zlomové pro mě bylo nalezení mého vnitřního zraněného dítěte. Člověk není drsný chlapák jen tak, ale má to své důvody. U mě to byly rozvrácené rodinné poměry v dětství. Takže jsem se potřeboval dostat k té čisté, původní energii nevinného dítěte, kterou máme každý v ohromném množství, jen ji většinou postupem let zakryjí a zdeformují představy a očekávání našich

rodičů, učitelů a vůbec celého systému,“ vysvětluje Marcel své postoje. „A protože jsem si uvědomil, že ten macho nejsem já, že to jsou jen vzorce, které mě v dobách dětské bezbrannosti chránily, začal jsem otevírat víc své srdce a přestal se bát ukazovat svou zranitelnost.“ Marcel změnil svůj život

dokonale. Díky rokům studia a praxe na Středním a Dálném východě včetně života v indickém ašramu dnes učí jógu, nabízí vlastní techniku mystických prožitkových masáží a vede semináře, kde mají lidé možnost lépe poznat sami sebe. Více informací o něm najdete na [www.buddhapark.info](http://www.buddhapark.info). →



Býval jsem typický produkt výchovy svého otce – macho, který se k ženám nechová hezky.



## NEBOJÍM SE ZAČÍT ZNOVU

Tomáš Sharam Kramár, 34 let

Dlouho jsem nevěděl, jak ten krok udělat. Odejít z práce, která už mě nenaplňovala, v níž jsem ale byl dobrý a do jisté míry nenahraditelný. Odejít z dobře placeného místa do nejistoty, do touhy dělat něco jiného, aniž jsem tušil co. Jako záminka mi nakonec posloužilo tříměsíční cestování po Asii. Po návratu jsem si užíval svobody a snažil se přijít na to, co chci v životě dělat. Po půl roce hledání a zkoušení jsem začínal upadat do líné, zoufalé deprese. Moje žena, která mě podporovala v opuštění starého a hledání nového, mě teď musela podporovat i finančně a začala jí docházet trpělivost. Přestávala mi věřit. Vztah upadal do krize a já si stále říkal, že ne-

**Muž by se měl zcela zasvětit svému cíli, splnit jej a unést i období nejistoty.**

chci práci jen pro peníze. Pak se mi dostala do rukou Deidova kniha, která zcela přesně popisovala můj tehdejší stav: „Muž by se měl stoprocentně zasvětit svému cíli, splnit jej a pak se dokázat vzdát dosavadního způsobu života. Musí si umět připustit, že netuší, kudy se má v životě dál ubírat, a unést období nejistoty a čekání na vyjevení nové vize či nové formy

jeho poslání.“ A tak jsem s klidným svědomím a bušícím srdcem vyměnil boj proti korupci, tiskové konferenci a ministerské komise za dřevo, hlinu a kosu a jal se věnovat přírodnímu stavitelství, ekologickému zemědělství a výrobě dřevěného nábytku. Přistoupil jsem na to, že si musím nějak přivydělávat, než mě mé nové poslání uživí. A najednou jsem byl plný energie a nápadů, život mi začal proudit a příznivé okolnosti vycházet vstříc. Konečně jsme po dlouhém hledání se ženou našli vysněné místo pro život a já už se těším na stavbu našeho domu. A vůbec mi nevádí, že prodávám svůj statek s právě dostavěným rodinným domem. Mám totiž novou vizi.

## MÁM VIZI A JSEM OTEVŘENÝ

Richard Vojík, 36 let



Richard už na první dojem působí, že ví, co chce, a že to úspěšně dělá. „Moje vize v tomto životě je udělat co největší množství lidí hluboce šťastnými, tak, aby našli zdroj štěstí v sobě. Ať už vedením seminářů, masírováním nebo psáním knih. Díky mé babičce-léčitelce umím už od dětství masírovat a dotýkat se, to je moje silná doména. Meditovat jsem se naučil s kluky, když jsme se věnovali karate, tak nějak po svém. Vzali jsme cihlu, sedli si na ni a pozorovali. Ve třiceti jsem pak znovuobjevoval, co jsem tehdy jako kluk prožíval,“ přiznává Richard.

Do moderní tantry se vrhnul jako mladík už společně se svou partnerkou Denisou. „Prošli jsme výcviky v Čechách a jako chudí studenti jezdili pracovat do duchovních center v zahraničí, za což jsme se účastnili seminářů a četli jejich knihy. Po celou dobu jsme všechno prověřovali na sobě a na našem vztahu. Pro mě jedním z nejsilnějších cvičení bylo tříhodinové milování se denně po 40 dnů. Každý den musíš najít tu energii a také ji dát, to bylo fakt strašně překonávání svého ega. K tomu jsme pak prošli hodně inspirativními Deidovými semináři, které nám vysvětlily rozdílnosti mezi ženským a mužským prožíváním,“ vysvětluje Richard, kudy se jeho životní cesta ubírala.

A pokračuje: „Co mně osobně tady u nás chybí, jsou silné mužské vzory. Poznal jsem, že jakákoliv skupina mužů, kteří spolu chvíli sdílejí, je hluboká a silná. Mužské kruhy u nás jsou, ale je potřeba hledat vzory, od kterých se chceš učit. Moje zkušenost je, že se začínou objevovat, když já se tomu otevíru. Když si sednu a začnu o něco prosit, tak se to objeví. Musím ale být otevřený a pozorný, aby mi to neuniklo.“ Pokud vás Richardovy názory zaujaly, více informací o něm najdete na [www.denisaarichard.cz](http://www.denisaarichard.cz). ■

**V dnešním světě chybí silné mužské vzory. Ale zjistil jsem, že se začínou objevovat, když o ně poprosím.**