



TEXT:
Beáta Matyášová



Maminko, vyprávěj

Příprava na setkání

Objevit v sobě ženu můžeme kdykoliv. Naše cesty jsou různé a každá je zajímavá. Pojdme si o nich vyprávět. Pojdme si o nich přečíst. Pojdme si o nich zazpívat. Skrze naše příběhy posilujeme svoji ženskost. Na mnohé si tím odpovíme, mnohé si odžijeme, mnohé se naučíme. Od sousedky, od babičky, od maminky, od cizí paní z autobusu, od své dcery nebo od její kamarádky. Napříč generacemi se dokážeme obdarovat. A z této myšlenky vychází Mokoša, která spojuje ženy bez ohledu na věk. Čím pestřejší složení skupiny, tím lépe. Povídala jsem si s její zakladatelkou **Petrou Drahanskou**, která vícegenerační setkání žen organizuje už devátým rokem. Účastní se jich – jak jinak, i se svou dcerou Ronjou. :-)

Petro, jaký byl vlastně Váš motiv založit Mokošu? Můžete s námi sdílet Váš osobní příběh?

První Mokoša se konala v roce 2008 a vznikla jako autorský kurz v organizaci Prázdninová škola Lipnice, která pořádá nej-různější seberozvojové akce metodami zážitkové pedagogiky. Hledaly jsme odpověď na otázku, jestli je vůbec možné vytvořit kvalitní program pouze pro ženy. Protože ženy, když se sejdou, většinou žádný program nepotřebují. Prostě si uvaří kafe a ka-frají o všem možném. S kamarádkami jsme se rozhodly, že všem dokážeme, jak se dá takový program připravit, aby šel skutečně do hloubky. Někteří – především muži – této myšlenky nedůvě-řovali vůbec, někteří se snažili pomoci například doporučením

odborníka (muže) na vztahy mezi matkami a dcerami! Takové absurdity nás spíše nakopávaly, než odrazovaly. Tehdy už jsem sama měla 4letou dceru a snažila se nějak vybalancovat mateřství, kariéru a nový životní styl, který mi přineslo přestěhování se na vesnici bez rodinného hlídacího servisu. Moje jediná babička žila v jiném místě než já a maminku jsem tou dobou už 7 let neměla. Později se k tomu všemu začaly prohlubovat i problémy v partnerství, síly docházely a vnitřní zdroj vysychal. Všechno jsem se snažila nějak urvat, o nějakém svém extra ženském sebevědomí nemohla být řeč, takže o témata a vlastní zkušenosti ke zpracování nebyla nouze i bez „odborníků“.



Kurz pro maminky s dcerami



Zpětně jsem však za všechny tyto impulsy vděčná. Vesmírné zákony byly i v tomto případě zachovány. Mužská energie dodala patričný impuls a ta ženská se postarala o to, aby se vše mohlo skutečně zrodit. K tomu nám dopomohlo setkání, na které jsme pozvaly zástupkyně všech věkových kategorií, pro které jsme chtěly program přichystat. Ty starší říkaly: „*My bychom rády jely, ale nevíme, co bychom tam dělaly. Mladé holky mají svůj život a určitě nejsou moc zvědavé na nějaké staré báby. I když nás by zajímalo slyšet, jaký je ten dnešní život a s čím se potýkají...*“ A ty mladší zase říkaly: „*My bychom rády jely, ale nevíme, čím bychom mohly přispět. Nemáme ještě takové životní zkušenosti, které bychom mohly předávat, hlavně těm starším. I když bychom rády slyšely jejich příběhy a náhledy na různé situace s jejich věkovým odstupem...*“ A právě tento upřímný vzájemný zájem mě velmi oslovil.

Samozřejmě, že jsem jako malá holka hrozně ráda poslouchala babiččiny příběhy z jejího dětství a mládí, ale že to bude stejně tak fungovat i s úplně cizími ženami, mě překvapilo. V tu chvíli bylo rozhodnuto – nepůjde jen o kurz pro ženy. Program bude stát právě na mezigeneračním setkávání! A právě tím je tento kurz specifický. Poskládat skupinu tak, aby se od každé věkové kategorie sešel zhruba stejný počet žen, trvá většinou půl roku. Tak dlouho se kumuluje energie každého setkání. A každoročně je nejtěžší výzvou dostat mezi nás starší ročníky. Ideální je proto vzít s sebou svoji maminku, babičku, tchýni a vydat se na setkání společně. Doposud nejstarší účastníci bylo 88 let.

Komu semináře doporučujete? Jak můžeme posilnit generační pouta?

Setkání doporučujeme všem ženám, protože jeho síla spočívá právě v různorodosti – nejen věkem, ale i postojem ke svému ženství. Měly jsme na kurzu stavařku, která si sama postavila svůj dům, ženu v domácnosti, která během kurzu málem stihla uplést šálu, manažerku, kterým zprvu přišlo téměř odpudivé trávit čas v nějakém babinci, ale i velice jemné a citlivé ženy, které ztratily díky nějakému zranění napojení na svoji ženskou podstatu. Tato různorodost nám pomáhá vyvarovat se jakékoliv stylizace ženství. Na každé téma je v kruhu tolik pohledů, kolik je žen. Ideální je absolvovat tento kurz v rodinné vazbě. Kurz je hodně prožitkový, i když není koncipován terapeu-

tický. Jeho cílem není vrtat do rodinných citlivých témat, ale v příjemném a bezpečném prostředí si dopřát společný zážitek. Když se během programu vyplaví něco, co je třeba sdílet, má podpůrná atmosféra skupiny neuvěřitelně hojivý účinek. Najednou ženy zjistí, že to, co je trápí nebo s čím bojují, řeší v kruhu téměř každá druhá. A když ne právě toto, tak něco jiného.

Jaké jsou vztahy dnešních matek a dcer? Proč je pro každou z nás tento vztah tak jedinečný a často také hodně složitý?

Vztahy dnešních matek a dcer jsou, podle mého názoru, takové, jaké vždy byly, jsou a budou. Plné lásky i bolesti, trpělivosti i netrpělivosti, pochopení i nepochopení, blízkosti i úplného odcizení, napojení i totálního odstřižení. Jsou takové nehledě na jejich věk. Mezi malou holčičkou a její mladou maminkou může toho všeho být stejně tak jako mezi starou ženou a její dospělou dcerou. Kvalita a hloubka tohoto vztahu se nevyvíjí věkem, ale prací na sobě samé a pochopením tohoto klíčového vztahu, který se svým způsobem zrcadlí v těch nejhlubších vrstvách naší existence. Jsou to hloubky, o kterých si většinou nic nenačteme, ale musíme je prožít do morku kostí právě v těch nejbližších vztazích, ve vztahu s přírodou i celou naší planetou, ve vztahu sama k sobě i k celé existenci. Pocit přijetí, lásky a bezpečí, po kterém touží každé malé dítě v náručí své maminky, určuje později i kvalitu celého našeho životního postoje. Jak důvěřujeme životu jako takovému, jak se mu dokážeme odevzdat, učit se od něj a přijímat.

Sdílení životních příběhů během kurzu



Co se můžeme od sebe vzájemně naučit?

Těch cest učení je neskutečně mnoho a každému vyhovuje něco jiného. Zajímavé je, že to, co se učíme od vlastních rodičů (nejen maminek), buď přijmeme jako fakt, který většinou nevědomě automaticky kopírujeme, nebo máme potřebu se vůči tomu vymezit a dělat to přesně naopak stylem: „*Hlavně, abych nebyla jako moje matka!*“ Když to teď vztáhnou na naše mezigenerační setkání žen, za nejpřínosnější považují právě možnost vykročit z té linie „buď a nebo“ a mít možnost sdílet celou škálu možností, jak lze k životu přistupovat, jaké lze mít vztahy nebo jak se dají zvládat a řešit různé životní situace, do kterých se jako ženy dostáváme. A z této šíře si pak vybírat ty nejlepší pro sebe, nebo si dovolit hledat úplně nové vlastní cesty.



Ženy z Mokoši



Atmosféra ve tvářích žen
na mezigeneračním setkání



Ukázky různorodých programových bloků z kurzu
Mokoša pro ženy ve věkových kategoriích 20–100 let



V minulosti spolu žilo několik generací pod jednou střešou, chybí nám dnes vzory, pomocná ruka, opora?

Upřímně myslím, že právě absence společného bližšího soužití generací a současný životní styl vyvolal potřebu po vytvoření prostoru, kde bychom se mohly jako ženy scházet. Už nežijeme na statcích, nedereme peří, nemáme ani kmenový stan, kam bychom chodily společně menstruovat a odpočívat. Starší ženy žijí samy nebo v domově důchodců, mladé maminky s nároky dnešní doby jsou rády, že stíhají své děti a kariéru, teenagerky jsou napojeny na IT kanál, který je pro ně největším zdrojem informací téměř o všem. Zní to jako klišé, ale musím se přiznat, že se to týká i mě. Babička nás opustila v hospici, s maminkou to byla kapitola sama o sobě a dcera je i teď, když píšu tyto řádky, o patro níž ve svém pokojíčku u počítače. Tak to prostě je a nemá cenu si něco namlouvat. A proto mám velkou radost, když vím, že se já i moje dcera těšíme, až zase spolu vyrazíme na Mokošu, protože to bude náš čas a zároveň možnost nechat se

inspirovat ostatními ženami, probrat věci, které se někdy těžko sdílí jen ve dvou nebo se prostě jen přirozeně nenaskytne příležitost. Největší hodnotu celého projektu spatřuji v komunitě opravdových přítelkyň, která se zde přirozeně vytváří, a v jeho tematické komplexnosti. Některé z nás nemají vlastní dcery nebo se vůbec nemohou stát matkou. To ale nic nemění na tom, že jsme ženy. Všechny se nejprve musíme naučit spojit samy se sebou, umět být silné a také si umět dovolit být slabé. Prostě být

v souladu se všemi tvářemi naší vnitřní ženy. Pak můžeme vychovávat i takové dcery a také mít sílu se postarat o svoji matku, díky které tady všechny jsme – ať už o tu vlastní biologickou, nebo tu naši společnou. Nikdy není pozdě s čímkoliv z toho začít.



Mezigenerační
setkání žen



Petra a Ronja

„Pro mě je Mokoša jako jiný svět, kdy máme čas jen na sebe. Nikdy se mi z Mokoši nechce odjíždět, ale když už, tak odjíždím od hlavy až k patě nabitá energií a inspirací.“

Ronja Dražanská (11 let)



Setkání s rituálem
pro matku Zemi

Kdo je Mokoša?

Mokoša je slovanská bohyně úrody. Na jaře rozdává teplo a vláhu, v létě úrodu chrání, na podzim ji rozdává a v zimě sama odpočívá. Je ochránkyní cest, snů a osudu. Zná tajemství věšteb a stará se o to, aby každý člověk šel po osudem dané cestě, ale zároveň dává svobodu výběru mezi dobrem a zlem, mezi všemocnou láskou, která je nekonečná, a mezi lidským strachem, pramenícím právě z naší konečnosti.

Koukněte na:
www.mokosa.cz