

# Dobrý svět pro 7 generací

TEXT:  
Markéta  
Čepická Daňhelová



Koukněte na:

[www.nahoupacimkoni.cz](http://www.nahoupacimkoni.cz)

[www.facebook.com/nahoupacimkoni](https://www.facebook.com/nahoupacimkoni)

[www.acentrum.eu](http://www.acentrum.eu)



*Ve své práci už se věnuje hlavně miminkům a malým dětem, protože došla k poznání, že děti jsou velcí učitelé lásky a respektu. Na jejich kurzech si ale přijdou na své i maminky, kromě protažení se a blízkého kontaktu s dítětem tu mohou přijít na nové myšlenky, dozvědět se něco nového, otevřít se vědomému rodičovství, nahlédnout hlouběji do sebe nebo si posílit vědomí ženskosti v onom období upocených vlasů a zapatlaných triček od přesnídávek. Arnoštka Berousková také organizuje speciální setkávání pro matky bez matek. Šama totiž takovou je. Ve svém životním příběhu má kapitol na obsáhlý román. Za těžká období je ale vděčná. Říká, že ji posunula tam, kde je teď. A na svých kurzech chce dětem a maminkám hlavně dopřát pocit bezpečí. Protože bezpečí léčí.*

## Mnoho kousků do skládačky

„Moje poselství je, že ať člověka v životě potká cokoli, bude se mu to jednou hodit. Důležitý je celý příběh. Jednotlivosti mohou vypadat nedůležité, ale když se to spojí dohromady, zapadá to do sebe. A to se mi děje vlastně neustále,“ vysvětluje mi sympatická a krásná žena nad šálkem kávy. Dělam si poznámky a nad seznamem profesí, které si Arnoštka v mládí vyzkoušela a které později zúročila, se nestačím divit. Její příběh ale začal už v porodnici, ze které její maminka utekla, a ona strávila první dva roky svého života v kojeneckém ústavu. Deset let pak

sice vyrůstala s babičkou, do ústavní péče se ale po čase vrátila. „Když mi bylo dvanáct, babička zemřela. Šla jsem k tetě, ale neshodly jsme se, a ve svých šestnácti letech jsem musela odejít do dětského domova. Nemohla jsem dokončit keramickou školu, kterou jsem tak milovala. Hned jsem musela nastoupit do fabriky, do porcelánky,“ vzpomíná Arnoštka. Když v osmnácti z dětského domova odešla, začala studovat večerní gymnázium, následně dvě vysoké školy – speciální pedagogiku a terapeutický výcvik. „U studia se ale musíte nějak živit, když nemáte rodiče,“ říká věcně Arnoštka a začíná s vyjmenováváním. Nějakou dobu pracovala jako prodavačka, pak jako keramička (což později využila při arteterapii), ale i jako tanečnice v klubu. „Tancovala jsem na bedně v Radosti. Tam jsem se seznámila s lidmi, kteří byli na okraji společnosti. V rámci praxe na vysoké škole jsem potom pracovala s toxikomany. Děkala jsem v terénu, vyměňovala stříkačky. Později jsem na školách dělala preventivní programy.“

## Přesměrování k dětské duši

Ve třiceti letech se Arnoštce narodila první dcera, a to ji nasměrovalo k dětem. „Když byly Marušce asi dva roky, začala jsem pracovat v Centru pro sociálně postiženou mládež jako arteterapeutka s romskými dětmi. Ony tančily, zpívaly, dělaly si choreografie, byly úplně geniální. Maruška tam chodila se mnou, zažily jsme společně spoustu krásných chvil.“





chystá i léčivé babykruhy zaměřené na metamorfni techniku, tedy na rozpouštění traumat prvky reflexologie.

## Slunce přeci stále svítí

A jak by Arnoštka charakterizovala svoji práci? „Vědomý, a tím léčivý dotyk, vlídné slovo a příběh. A hlavně mi jde o to, vytvořit v hodině dětem i maminkám pocit bezpečí. Spousta z nás je vychovaných tak, že něco spadne, ani se to nerozbije a stejně dostaneme vynadáno, z principu, lidé spolu takhle prostě mluví. Když se k sobě chováte hezky, s respektem, přijde pocit bezpečí. A ten nás léčí. Přeji si, aby si lidé, až odejdou z hodiny, pamatovali, jak jim bylo hezky. A aby se k tomu mohli dostat i sami.“ Konec hodiny Arnoštka neošidí o relaxační desetiminutovku. Vždy si najde něco, co všem udělá dobře a co se dá použít i doma. Třeba obyčejné uvědomění si toho, že slunce stále svítí! K tomu přihodí informaci, že podle Toltéků jsme všichni spojení se sluncem a že každý máme svůj paprsek. Představa vlastního paprsku nám udělá dobře.

Postupně se Arnoštce narodily ještě tři děti, zůstala na ně ale nakonec sama. „Vztahy mi dříve moc nešly,“ shrnuje. Práce s dětmi už jí ale zůstala. Je jednou z mála lektorek, která pořádá kurzy i pro úplná miminka. Říká jim Andělíčky. „Dotekem a malými i většími pohyby ručiček a nožiček (= kloubní jóga pro miminka) vyprávíme první příběhy. Už v tak raném věku je krásně vidět, jak miminko, které je přítomno na naší hodině podruhé, dává najevo, že poznává, a raduje se z toho. Vyzorovala jsem, že s dotekem děti (a nejen děti) zaostřují svou pozornost. S Andělíčky zpíváme ukolébavky a mantry a sobě léčivé písně. Tančíme s miminky v náručí, zbavujeme se energetického neklidu a zpíváme dětem do oušek kouzelné písničky.“ Z Andělíčků vyrostou Skřítci, ze Skřítků Indiáni.

„S Indiány a jejich rodiči pracujeme s rituály a indiánskými léčivými písněmi. Máme třeba Indiánská dřívka, která v létě vyřezávám. Děti je milují, a jak rostou, různě je používají – nejdříve je žižlají prvními zoubky, pak se učí ťukat a nebouchat ostatní, pak z nich stavíme sluníčka, domečky a cestičky – krásně se tu potvrzuje, jak ty nejjednodušší předměty nejvíc rozvíjejí dětskou představivost. Pomocí dřívek vytváříme k písničkám rytmus, kterým se posiluje a vytváří smysl pro řád, orientaci v prostoru, intonaci, matematiku. Rytmus podporuje odvahu do života :-).“

## Když mámě chybí máma

Aronoštka vede také Léčivý kruh pro matky bez matek. „Já jsem také matka bez matky. Je to specifická poloha. My všechny, které se na kruhu setkáváme, máme podobnou zkušenost. Nemáme babičku, které bychom mohly zavolat a říct: Mami, prosím tě, co mám dělat, ona mi tady blinká..., cokoli. Docela překvapivě se ten Kruh začal plnit. Jde o podporu, sdílení, léčivé písně. Sama si uvědomuji, že mám v sobě do dneška ne ještě zcela zpracovaná traumata,“ konstatuje Arnoštka a dodává, že



## Potrava pro duši

„Je toho hodně, co sytí lidskou duši. Pocit bosých nohou v trávě, poslouchání ptačího zpěvu, zážitek doteku slunečního paprsku, mámin šťastný smích, živé jídlo, bezpečí v tátově klíně... A nejdůležitějších je prvních sedm let. Asi tušíte, kolik běhá po světě hladových lidí... Lidský druh příliš nedává svým mláďatům to, co potřebují, aby z nich mohli být šťastní dospělí... Žijeme ve světě, který je nepřirozený, a ani si to neuvědomujeme. Cítím větší zodpovědnost než dřív. Je důležité, abychom si uvědomili, že svět je možné udělat jinak. Ne, že ho někdo udělá, že my ho uděláme. Jak říkaly moudré babičky – měli bychom žít tak, abychom předali dobrý svět pro dalších 7 generací. A to předávám, mezi řádky svých malých příběhů, i já.“



## Arnoštka Berousková (47), speciální pedagog s terapeutickým vzděláním.

Byla u zrodu rodinného centra Na houpacím koni, které je její srdeční záležitostí. Učí i v dalších rodinných centrech po Praze: v A centru, v KC Kampa, v centru Bambulky. Své zkušenosti lektorky a terapeutky, ženy bez matky, maminky a samoživitelky čtyř dětí využívá v přednáškách s obdobnými tématy. Zabývá se numerologickým rozbořením a výkladem tarotových karet. Součástí její individuální terapeutické praxe jsou také šamanské očištné techniky.

Arnoštka je maminkou Marušky (17 let), Jelena (13), Ernestýnky (11) a Adina (7), všechny děti porodila doma. Nemohla jsem se nezeptat na jméno Jelen. „Když se Jan narodil, přišel jelen a shodil parohy. Syna jsme tedy pokřtili Jan Jelen. To jméno má tak silnou vibraci, že mu nikdo jinak než Jelen neřekne. A ty parohy dodneška máme!“